

зусиль, певних здібностей. Розвиток рефлексії є важливим на етапі контролю та оцінювання. Вона символізує про здатність людини пояснити свої дії, зазначити, що, для чого і чому саме так вона робить, чому свої дії вона вважає правильними, а не хибними тощо. Відмова від рефлексії робить неможливим намітити подальший розвиток подій.

Рефлексія як важливий механізм саморегуляції поведінки тісно пов'язаний із рівнем розвитку таких ознак як осмисленість, організацію та обґрунтованість. Організованість засвідчує наскільки людина здатна до рефлексії, наскільки у неї є умотивованими й осмисленими є думки та вчинки. Формування нових смислів та характеристика доцільності діяльності людини передбачає така ознака рефлексії як осмисленість. Змогу знайти підстави та причинність дій засвідчує обґрунтування. Отож, процеси рефлексії суттєво впливають на оформлення й осмислення мотивів, а також за допомогою обґрунтованості змінюють ціннісні орієнтації людини.

Список використаних джерел

1. Дольская О. А. Роль рефлексии в современном образовании. Образ человека будущего: кого и как воспитывать в подрастающих поколениях : коллективная монография / под ред. О. А. Базалука. Київ. МФКО, 2013. Т. 3. С. 96–117.

2. Матурана У., Варела Ф. Древо познания : биологические корни человеческого понимания; пер. с англ. Ю. А. Данилова. Москва. Прогресс-Традиция, 2001. 224 с.

3. Філософський словник соціальних термінів / за заг. ред. В. П. Андрушенка. Харків. Корвін, 2002. 672 с.

Дяченко Анна Максимівна,

студент 3-го курсу за спеціальністю

«Психологія» Національної академії

внутрішніх справ

Науковий керівник: старший викладач

кафедри юридичної психології

Національної академії внутрішніх справ,

кандидат психологічних наук **Дідух М. М.**

ВПЛИВ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ НА ОПАНУВАННЯ ТРУДНОЩІВ У СТУДЕНТСЬКОМУ ЖИТТІ

Вивчення життєстійкості є одним з важливих напрямків соціально-психологічних досліджень. Все частіше піднімається питання про якість життя людини, її задоволеність собою, свою

працею, сім'єю тощо. Увага спрямовується на вивчення ключових передумов, що дозволяють підтримувати особистості ефективну взаємодію зі значущими людьми, досягати успіху в житті, бути щасливою, незважаючи на вплив несприятливих обставин [1].

Життєстійкість особистості – це вміння ефективно існувати в супереч життєвим перешкодам та труднощам. Це здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно [1].

Життєстійкість ускладнюється, набуває сили, коли людина долає перешкоди, набуває досвіду, вчиться не пасувати перед випробуваннями, не ховатися від страждань.

Актуальним питанням залишається вивчення життєстійкості в студентському віці, адже це час формування власної ідентичності, професійного самовизначення, зрілої особистості. Тому важливо розвиватися та вміти долати складні ситуації дорослого життя.

Нині у сучасного студента можна спостерігати відсутність чіткої цілісної моделі життєвого шляху. Відзначається недостатня сформованість вміння саморегуляції поведінки та організації своєї діяльності у життєвому часопросторі. На жаль, студенту вкрай не вистачає відповідальності, віри у себе, сили духу та сміливості, щоб мужньо боротися з усіма перешкодами які заважають йому проявити свої здібності та таланти. Включаючи труднощі у свій життєвий контекст, студент особливим чином починає конструювати власне майбутнє. Перетворювальна поведінка змінює не тільки ставлення до важких життєвих ситуацій, вона відповідним чином змінює способи планування та структурування життя взагалі [2].

Життєстійкість характеризується збереженням задоволеності у ситуації пристосування до оточуючих змін, під час долаття труднощів. Життєстійкість вчить нас бути щасливим та досягати успіху всупереч стражданням. Розвиток даного процесу визначається особливостями залученості студента у взаємодію з культурою та середовищем, його оточенням. Можливість використовувати соціальні ресурси активізує розвиток компонентів життєстійкості як особистісного феномена.

Таким чином, для того щоб у складних життєвих умовах студент не звертав з свого індивідуального шляху, щоб встояв вперед неспинним тиском соціуму, зміг знайти конструктивні шляхи саморозвитку йому необхідна життєстійкість. Вона обумовлює конструктивну адаптацію до проблеми смислу, а

також дозволяє задовольнити такі екзистенційні потреби, як потреба у подоланні себе, у бажанні розвивати та вдосконалювати себе для досягнення максимальної повноти життя. Життєстійкість проявляється у таких рисах як мужність, сміливість, готовність діяти, ризикувати, здатність, не вагаючись, здійснювати прийняте рішення, ініціювати власні дії та вчинки [3]. Тож важливо ставити перед собою стійку життєву позицію, яка дозволяла б визначати високі цілі, наполегливо працювати, продуктивно використовувати свій час, міркувати, планувати власне майбутнє та досягати поставленої мети. Такий студент не пасує перед труднощами, списуючи свою бездіяльність на нездоланні перешкоди або на недостатність власних здібностей щодо їх подолання. Життєстійкість спонукає студента турбуватися за власне здоров'я та включатися у підтримуючу соціальну взаємодію, що є передумовою [2].

Список використаної джерел

1. Бабатіна С. І. Вплив життєстійкості на особистісний розвиток в студентському віці / С. І. Бабатіна // Практична педагогіка та психологія: методи і технології : матер. всеукр. наук.-прак. конф. (м. Запоріжжя, 1–2 липня 2016 р.) / Класичний приватний університет. – Запоріжжя, 2016. – С. 119–123.

2. Кравчук С. Психологічні особливості життєстійкості студентів та їх ставлення до активної участі в політичному житті суспільства в умовах воєнного конфлікту / Світлана Кравчук // Психологічні виміри культури, економіки, управління : науковий журнал. – Львів, 2018. — Том 12. – С. 27–38

3. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека // Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека // Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. – К. : Марич, 2009. – 76 с.

Євтушенко Вікторія Ігорівна,

аспірант кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ СТИЛЬ ДІЯЛЬНОСТІ СЛІДЧОГО НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

Сьогодні важливими завданнями психологічної науки і практики є вивчення процесу розвитку людини як суб'єкта професійної діяльності, а дослідження індивідуального стилю професійної діяльності в останній час стало важливим напрямком дослідження у проблемі оптимізації діяльності людини. Саме тому