

Яковець Тетяна 

канд. екон. наук, доцент, доцент кафедри фундаментальних та спеціальних дисциплін
*Чортківський навчально-науковий інститут підприємництва і бізнесу
Західноукраїнського національного університету, Україна*

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ ЯК СКЛАДОВА ЯКОСТІ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Освітній процес сучасного закладу вищої освіти виходить за межі виключно трансляції знань, умінь і навичок, виконуючи функцію цілісного середовища формування особистісних і психологічних ресурсів здобувачів освіти. У цьому контексті психологічна стійкість студентів набуває особливої значущості як інтегральна характеристика, що відображає здатність особистості ефективно функціонувати в умовах підвищених навчальних навантажень, соціальної нестабільності та невизначеності, адаптуватися до змін і долати труднощі без втрати навчальної мотивації та продуктивності.

З позицій управління якістю освіти психологічна стійкість здобувачів освіти розглядається як важлива складова якості освітньої діяльності, оскільки вона безпосередньо впливає на результати навчання, академічну успішність, залученість студентів до освітнього процесу та їхню здатність до саморегуляції й професійного становлення. Відповідно, рівень сформованості психологічної стійкості може виступати індикатором ефективності освітнього середовища та управлінських рішень, спрямованих на забезпечення якості освітнього процесу.

Аналіз наукових підходів до трактування психологічної стійкості свідчить про наявність як концептуальної спільності, так і методологічних розбіжностей у працях українських і зарубіжних дослідників. У більшості наукових інтерпретацій психологічна стійкість постає як особистісна здатність підтримувати ефективне функціонування в умовах психоемоційного напруження, зберігати баланс внутрішніх станів і мобілізувати ресурси для подолання складних життєвих обставин. Центральне місце в цих підходах займають процеси саморегуляції, адаптації та відновлення психічного стану [1;2].

Водночас відмінності у теоретичних акцентах зумовлені різними дослідницькими традиціями. Вітчизняна психологічна наука переважно орієнтується на структурно-компонентний аналіз психологічної стійкості, виокремлюючи її емоційні, когнітивні та поведінкові складові, а також умови їх формування в освітньому середовищі. Натомість у зарубіжних

дослідженнях домінує динамічний підхід, у межах якого психологічна стійкість розглядається як змінний процес реагування на стрес, адаптації до викликів та відновлення після кризових або травматичних подій [3;4;5].

Як захисний механізм, психологічна стійкість виконує кілька важливих функцій [6]:

1. Адаптивну - сприяє гнучкому пристосуванню до змін середовища без втрати особистісної цілісності;
2. Регулятивну - допомагає контролювати емоційні реакції, підтримувати психічну стабільність і уникати дезадаптивних форм поведінки;
3. Мотиваційну - стимулює пошук нових можливостей розвитку та подолання труднощів;
4. Енергетичну - забезпечує мобілізацію внутрішніх ресурсів у кризових ситуаціях.

Водночас механізм психологічної стійкості має здатність активувати інші внутрішні системи захисту особистості, зокрема механізми психологічного самозбереження, когнітивної перебудови переживань та формування нових моделей поведінки.

Освітній процес у закладі вищої освіти формує сукупність організаційних, педагогічних і психологічних умов, які істотно впливають на рівень психологічної стійкості здобувачів освіти та водночас виступають важливими характеристиками якості освітньої діяльності. Якісно спроектований і керований освітній процес створює середовище, що не лише забезпечує досягнення результатів навчання, а й сприяє розвитку здатності студентів до адаптації, саморегуляції та подолання психоемоційних навантажень. До ключових умов, що поєднують психологічний і якісний виміри освітньої діяльності віднесемо:

1. Оптимальна інтенсивність навчального навантаження та обґрунтована складність освітніх завдань, які за умови дотримання принципів якості освіти сприяють розвитку навичок саморегуляції, відповідальності та самостійного розв'язання навчальних і професійно орієнтованих проблем.

2. Розвинена система соціальної взаємодії в академічному середовищі, зокрема співпраця між студентами та конструктивна комунікація з викладачами, що є показником якості освітнього середовища і водночас забезпечує формування підтримуючих міжособистісних зв'язків та навичок соціально-психологічної адаптації.

3. Наявність і доступність можливостей для самореалізації та самостійної освітньої діяльності (участь у науково-дослідній роботі, творчих ініціативах, органах студентського самоврядування), що розглядається як критерій якості

освітньої діяльності та сприяє зміцненню внутрішньої мотивації, впевненості у власних силах і психологічної стійкості.

4. Системна організація психолого-педагогічного супроводу здобувачів освіти, яка є складовою внутрішньої системи забезпечення якості освіти та забезпечує своєчасне виявлення труднощів адаптації, профілактику емоційного виснаження і формування ефективних стратегій подолання стресу.

Слід наголосити, що освітній процес як середовище формування психологічної стійкості здобувачів освіти повинен мати цілеспрямований, системний і керований характер, що відповідає принципам забезпечення якості освітньої діяльності. В умовах сучасних соціальних та освітніх викликів пріоритетного значення набуває розвиток гнучкості мислення, критичного осмислення інформації, навичок емоційної саморегуляції та подолання стресових ситуацій. Реалізація цих завдань потребує від закладів вищої освіти інтеграції в освітні програми спеціалізованих курсів, тренінгових модулів і психолого-педагогічних практик, спрямованих на посилення психологічних ресурсів студентів, що є важливою ознакою якості освітнього процесу.

Узагальнення результатів проведеного дослідження дало змогу сформулювати сучасне трактування поняття психологічної стійкості з урахуванням особливостей освітньої діяльності та вимог до її якості. У межах даного дослідження психологічна стійкість у контексті освітнього процесу розглядається як інтегральна динамічна характеристика особистості здобувача освіти, що виявляється у здатності адаптуватися до навчальних і організаційних викликів, зберігати емоційну рівновагу, конструктивно долати труднощі освітньої діяльності та мобілізувати внутрішні ресурси для підтримання ефективної самореалізації й професійного становлення в умовах змін і стресу.

Таким чином, освітній процес у закладах вищої освіти постає як ключовий простір особистісного та професійного розвитку, у якому формування психологічної стійкості здобувачів освіти є водночас результатом якісно організованої освітньої діяльності та необхідною умовою досягнення сталих результатів професійної підготовки майбутніх фахівців.

Список використаних джерел:

1. Готич Вікторія. Структурна модель психологічної стійкості студентів в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2023, <https://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/188>. Психологічний Вісник+1ResearchGate+1
2. Чхаїдзе А. О., Самкова, О. М. Особливості психологічної стійкості у юнацькому віці. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*, 2019, <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/9385>. Економічний університет
3. Bonanno, George A. "What Is Resilience, and Can It Help Us Bounce Back From This?" *SELF*, 2019, <https://www.self.com/story/what-is-resilience.SELF>
4. Masten, Ann S. "Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives." *European Journal*

- of Psychotraumatology*, 2018, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v5.25338>. Wikipedia
5. Masten, Ann S. "Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives." *European Journal of Psychotraumatology*, 2018, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v5.25338>. Wikipedia
 6. Кравченко Костянтин. Теоретико-методологічні засади проблематики психологічної стійкості військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*, 2022, <https://miljournals.knu.ua/index.php/visnuk/article/view/895>. miljournals.knu.ua