

5. Beauregard M., Lévesque J., Bourgouin P. Neural correlates of conscious self-regulation of emotion. *The Journal of Neuroscience*. 2001. Vol. 21. № 18. RC165. DOI: <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.21-18-j0001.2001>
6. Singer T., Seymour B., O'Doherty J. P., Kaube H., Dolan R. J., Frith C. D. Empathy for pain involves the affective but not sensory components of pain. *Science*. 2004. Vol. 303. № 5661. P. 1157–1162. DOI: <https://doi.org/10.1126/science.1093535>
7. Singer T. et al. The neuronal basis of empathy and fairness // Glimcher P. W., Camerer C., Fehr E., Poldrack R. (Eds.). *Neuroeconomics: Decision making and the brain*. Amsterdam: Elsevier, 2009. P. 355–369.
8. Wicker B., Keysers C., Plailly J., Royet J.-P., Gallese V., Rizzolatti G. Both of us disgusted in My insula: The common neural basis of seeing and feeling disgust. *Neuron*. 2003. Vol. 40. № 3. P. 655–664. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0896-6273\(03\)00679-2](https://doi.org/10.1016/S0896-6273(03)00679-2)
9. Hölzel B. K., Lazar S. W., Gard T., Schuman-Olivier Z., Vago D. R., Ott U. How does mindfulness meditation work? Proposing mechanisms of action from a conceptual and neural perspective. *Perspectives on Psychological Science*. 2011. Vol. 6. №6. P. 537–559. DOI: <https://doi.org/10.1177/1745691611419671>
10. Gogolla N. The insular cortex. *Current Biology*. 2017. Vol. 27. №12. P. R580–R586. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cub.2017.05.010>
11. Lindquist K. A., Wager T. D., Kober H., Bliss-Moreau E., Barrett L. F. The brain basis of emotion: A meta-analytic review. *Behavioral and Brain Sciences*. 2012. Vol. 35. №3. P. 121–143. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0140525X11000446>

ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ «ПСИХОЛОГІЯ УСПІХУ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ» У ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ С4 ПСИХОЛОГІЯ

**Яланська Світлана, Анушкевич Володимир,
Савченко Тетяна**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
yalanskasvetlana@gmail.com*

Умови воєнного часу ставлять нові вимоги щодо підготовки психологів, які мають володіти інструментарієм роботи у складних життєвих ситуаціях. Професійна підготовка фахівців допомагаючих професій в освітньому закладі не повинна обмежуватися вивченням традиційного психологічного інструментарію, звичними підходами щодо методів роботи з різними категоріями осіб [1, с. 50].

У Полтавському національному педагогічному університеті імені В. Г. Короленка розроблено курс

«Психологія успіху та розвитку особистості», що є вибірковою компонентою під час опанування ОП «Кризова психологія. Соціально-психологічне відновлення» здобувачами спеціальності С4 Психологія. Наприклад, серед теоретико-практичних завдань курсу здобувачі вищої освіти мають виконати такі [2].

Тема: ПОНЯТТЯ ПСИХОЛОГІЇ УСПІХУ. СЕКРЕТИ УСПІХУ ВІДОМИХ ЛЮДЕЙ.

Мета: з'ясувати сутність психології успіху, секрети успіху відомих людей.

Основні поняття і терміни: психологія успіху, успіх, успішність, успіх як подія, сенс життя, щастя, життєвий успіх, успішні особистості, складні життєві умови.

Питання для самоконтролю:

1. Поняття успіху.
2. Успіх як подія. Порівняння понять «успіх» та «успішність».
3. Успіх та його складові.
4. Сенс життя, щастя. Поняття життєвого успіху.
5. Короткі відомості про біографії відомих та успішних людей.
6. Успіх у складних життєвих умовах.

Практичні завдання:

Завдання 1. Навести приклад успішної, на Вашу думку, особистості. Розповісти про її досягнення. Пояснити секрет успіху в умовах складної життєвої ситуації.

Завдання 2. Проаналізувати два відеофільми про успішних та відомих людей «Топ-5 знаменитостей з українським корінням». Законспектувати висновки у зошиті.

Завдання 3. Виконати методику «Психогіометричний тест».

Тема: МОТИВАЦІЯ УСПІХУ. СПІЛКУВАННЯ ЯК УМОВА ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ.

Мета: з'ясувати сутність мотивації успіху, особливості спілкування як умови досягнення успіху.

Основні поняття і терміни: особистість, спрямованість, психологія успіху, успіх, мотивація успіху, спілкування.

Питання для самоконтролю:

1. Психологія успіху та психологічна структура особистості.

2. Поняття про спілкування.
3. Структура спілкування. Види, функції та засоби.
4. Стили спілкування. Міжособистісні стосунки, їх зміст.
5. Поняття про групи.
6. Поняття лідерства.

Практичні завдання:

Завдання 1. Обґрунтувати зміст понять «лідерство», «керівництво». У чому їх специфіка? Наведіть приклади.

Завдання 2. Підготувати та презентувати твір есе «Мотивація успіху» (навести приклад із власного досвіду).

Завдання 3. Проаналізувати два відеофільми на вибір про мотивацію успіху, спілкування, лідерство. Законспектувати висновки у зошиті.

Завдання 4. Виконати методику «Сходінки» (Т. Дембо, С. Рубінштейн).

Завдання 5. Виконати методику роботи з метафоричними асоціативними зображеннями «Кишені» (самостійна робота) (В. Назаревич, А. Дойчук) (рис. 1).



Рис. 1. Метафоричні асоціативні зображення «Кишені»

Тема: КРЕАТИВНІСТЬ ЯК РЕСУРС ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ.

Мета: з'ясувати роль креативності, творчої діяльності в психології успіху.

Основні поняття і терміни: психологія успіху, успіх, креативність, творчість, творча діяльність, успішна діяльність.

Питання для самоконтролю:

1. Сутність поняття креативності, творчої діяльності. Творчі здібності.
2. Підходи до вивчення творчості: розвиток психологічних уявлень.
3. Критерії творчості.
4. Теорії творчості.

Практичні завдання:

Завдання 1. Проаналізувати відеофільм на вибір про успішних творчих, обдарованих особистостей. Законспектувати висновки у зошиті.

Завдання 2. Виконати методику роботи з метафоричними асоціативними зображеннями «Насіння», зокрема, вправи «Сила», «Причина» (автор Тараріна О.) (рис. 2).

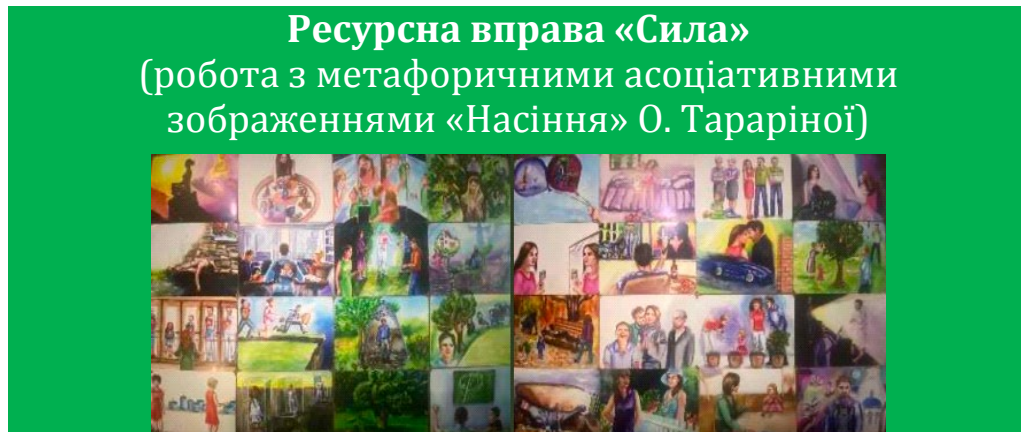


Рис. 2. Метафоричні асоціативні зображення «Насіння»

Завдання 3. Виконати арт-вправу «Міст: «Я здобувач вищої освіти» – «Я – професіонал» (самостійна робота). Студентам надається інструкція: «Уявіть міст через ріку. На сьогодні Ви здобувач і знаходитесь на одному березі. Перейшовши на інший бік – Ви завершите навчання і станете справжнім професіоналом. Подумайте, які дії Вам потрібно здійснити, «переходячи через міст», щоб стати успішним фахівцем своєї справи?». Законспекуйте відповідь.

У закладі вищої освіти мають створюватися всі умови для розвитку особистості кожного здобувача, реалізації його індивідуальної траєкторії. Освітні компоненти, які сприяють формуванню психологічної стійкості, віри в себе, розвитку вмінь знаходження особистісних ресурсів у складних життєвих умовах є досить актуальними для майбутніх фахівців допомагаючих професій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Діденко О., Яланська С., Анушкевич В. Підготовка майбутніх психологів затребуваних на ринку праці в мовах воєнного та повоєнного часу. *Витоки педагогічної майстерності*. 2024. №34. С. 50–55. <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2024.34.317982>

2. Яланська С. П. Психологія успіху : конспект лекцій : навч. посіб. для студентів денної та заочної форм підготовки освітньо-кваліфікаційного рівня – магістр. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. 133 с.

ЖИТТЕСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ ТРУДНОЩІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Яновська Тамара, Гончарова Наталія, Харченко Анжела

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
yanovska71@gmail.com; goncharova.poltava@gmail.com
anzhelaohara@gmail.com*

Вивчення життєстійкості особистості як її психологічного ресурсу виступає важливим напрямом сучасних психологічних досліджень та потребує більш детального вивчення. Життєстійкість вважається основним функціональним компонентом життєздатності, що зберігає стабільність системи особистості, системоутворюючим чинником, що задає параметри основних компонентів життєздатності.

Життєстійкість особистості розглядається дослідниками як особистісний ресурс та як здатність в життєво важливих ситуаціях скористатися зовнішніми ресурсами. Життєстійкість, як комплексна категорія психології особистості, вивчалась в контексті подолання стресової ситуації, зберігаючи внутрішню збалансованість, не знижуючи успішність діяльності, адаптації у суспільстві, фізичного та психічного здоров'я, у співвідношенні зі смисложиттєвими орієнтаціями, індивідуально типологічними особливостями особистості, самоставленням, стильовими характеристиками саморегуляції поведінки.

Метою дослідження є висвітлення проблеми життєстійкості як ресурсу подолання життєвих труднощів в умовах війни.

У психологічній науці здійснено дослідження проблеми розвитку життєстійкості в умовах збройних конфліктів багатьма дослідниками (С. Богданов, О. Залеська, В. Климчук, М. Маркова, Т. Титаренко, Е. Anthony, Т. Betancourt, J. Williamson та інші).