

ОСОБИСТІСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ У ПОДОЛАННІ ЖИТТЄВИХ ТРУДНОЩІВ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ

І. А. Ільницька

Херсонський державний університет, innavizastar@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор О.Є. Блинова

Постановка проблеми. Наукова проблема полягає в тому, що на сучасному етапі все більше зростає значущість вивчення успішності подолання життєвих труднощів саме молоддю. Саме молоді люди, як найбільш активна частина нашого суспільства, на всьому протязі життєвого шляху стикаються з життєвими труднощами. Це труднощі як в особистому житті, так і важкі ситуації, породжені новими суспільно-історичними умовами в житті суспільства, коли студентська молодь переживає період становлення психосоціальної зрілості, економічної самостійності. Проте практика показує, що подолання життєвих і професійних труднощів або важких ситуацій, успішність реалізації перспективних проєктів, стабільність, багато в чому визначаються особистісними, соціальними якостями людей. У зв'язку з цим виникає необхідність визначення впливу особистісного потенціалу на розкриття психосоціального розвитку студентської молоді.

Найбільший інтерес представляє дослідження реалізованості особистісного потенціалу молоді, як подальшої професійної успішності.

Сьогодні вже оформилися провідні позиції в розумінні особистості, у визначенні її психологічного змісту, а також її розвитку.

Головним завданням роботи є обґрунтування сутності категорії «особистісний потенціал».

Базовими поняттями для термінологічного апарату дослідження механізмів формування розвитку особистісного потенціалу молоді стають такі поняття, як: потенціал, особистість, потенціал особистості, особистісні ресурси.

Соціальні психологи (А. Будакова, Ю. Сметанова та ін.) виділяють такі характеристики особистісного потенціалу, як життєстійкість як система

переконань у власних можливостях долати важкі життєві ситуації; цілеспрямованість як здатність ставити цілі і досягати їх; особове зростання як прогресивна динаміка внутрішнього світу людини; автономія як прагнення до самоврядування, а також здатність до управління життєвими подіями.

Завжди приділялася велика увага особистісним ресурсам. Ще у 1937 р. на конструктивну природу особистості звернув увагу Г. Олпорт, що вирізняв у неї сильне прагнення до пошуку і вирішенню все більш важких проблем [1].

Ряд авторів намагалися визначити структуру особистісного потенціалу як характеристики рівня особистісної зрілості. Д. Леонтьєв розглядає особистісний потенціал як «системну організацію індивідуально-психологічних особливостей особистості, що лежить в основі її здатності виходити із стійких внутрішніх критеріїв і орієнтирів у своїй життєдіяльності і зберігати стабільність смислових орієнтацій і ефективність діяльності на тлі тисків і зовнішніх умов, що змінюються» [3, с. 157].

Аналіз наукових підходів дозволяє визначити, що потенціал, який пов'язаний із діяльністю, передбачає розвиток особистості. Потенціал найбільш розкривається в контексті життя та діяльності особистості,

Н. Коваль визначає такі властивості потенціалу особистості, як цінності, що збагачують потенціал особистості, стійкість як постійна протидія зовнішнім впливам, активність людини у досягненні мети, її уміння здійснювати саморозвиток, знаходити способи реалізації наявного потенціалу.

Як визначають дослідники, головною властивістю потенціалу особистості є системність, тобто потенціал особистості це система. Як вважають С. Богомаз і В. Мацута, особистісний потенціал є системною характеристикою, яка об'єднує стійкість і гнучкість, здатність протистояти небажаним змінам і одночасно ініціювати і здійснювати бажані [2].

А. Маклакова визначає особистісний потенціал, як психологічні особливості особи, які взаємозв'язані між собою та визначають ефективність адаптації і вірогідність збереження професійного здоров'я.

Можна зробити висновок, що особистісний потенціал може оцінюватися за наявністю у людини особистісних якостей, необхідних для успішного виконання діяльності, досягнення значимих результатів.

С. Богомаз, В. Мацута включають в особистісний потенціал: рефлексивність, життєстійкість, самоорганізацію діяльності, самодетермінацію, якість життя і задоволеність ним, показники кар'єри і цінності [2]. Самодетермінація дозволяє людині погоджувати особистісні риси, нерозкриті завдатки для організації власної життєдіяльності в цілому і для досягнення поставленої мети.

Ми можемо визначити, що особистісний потенціал забезпечує розвиток особистості упродовж усього життя. Це саме потрібне людині сьогодні, яка постійно розширює свою компетентність, приймати зміни і бути адаптивними до них. Особистість долаючи задані обставини, в кінцевому рахунку долає саму себе.

У психології стресу життєстійкість (hardiness) це система переконань про себе, відносини зі світом. Виразність прийняття ризику і життєстійкості, здатність людини протистояти важким моментам життя в цілому перешкоджають виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресів і сприйняття їх як менш значущих.

С. Мадді, розробивши тест життєстійкості і провівши велику кількість досліджень, підтвердив, що життєстійкість є тією основною характеристикою особистості, яка опосередковує вплив на свідомість і поведінку людини всіляких сприятливих і несприятливих обставин.

Життєві труднощі, це сукупність певних зовнішніх умов, які чинять негативний вплив на людину, тим самим обумовлюючи характер його діяльності поряд з внутрішніми умовами. Багато дослідників, вважають, що в ряді випадків досить актуалізувати особистісний потенціал для визначення ефективних способів поведінки в виниклих ситуаціях і їх дозволу.

Але необхідно враховувати не тільки суб'єктивні, а й об'єктивні умови для подолання складних життєвих труднощій:

- необхідність формування в особистості властивостей, якостей, ціннісних орієнтацій, потреб, які допоможуть забезпечити їй можливість вирішувати виникаючі проблеми і протиріччя;

- визначення зовні обумовлених умов, які сприятимуть актуалізації наявних у особистості потенціалів, розвитку якостей, необхідних як для подолання криз, стресів, так і для особистісного зростання, саморозвитку та самовдосконалення.

Значно успішніше долають труднощі особистості, які прагнуть до новизни і глибоких переживань в порівнянні з тими, хто дотримується інших життєвих цінностей.

Це пояснюється тим, що жага нових відчуттів і бажання глибоких переживань дозволяють молодим людям не боятися нового досвіду, призводять до зниження рівня страху перед можливими змінами в житті, дають можливість вибирати нові, незвідані шляхи долає поведінки, відкривати для себе нові способи подолання. Це зміцнює в молоді впевненість у своїх здібностях справлятися з важкими ситуаціями в майбутньому.

Кожна людина, в ході свого життя, стикається з труднощами, з якими йому необхідно впоратися. Стрес, так чи інакше, супроводжує наше життя. Тому ми можемо сказати, що в процесі подолання стресу, кожна людина використовує власний особистісний досвід, потенціал.

Д.О. Леонт'єв зазначає, що особистісний потенціал виражається в самовизначенні людини, його зрілості як особистості [3]. Зусилля по роботі над собою, на які здатна особистість показують, чим вище особистісний потенціал, тим більше несприятливих заданих обставин у своєму житті може людина подолати.

Розширення поля діяльності особистості робить більш досяжними цілі в житті, підвищує цінність людини, роблять його більш сильним.

Висновки. Можна зробити висновки, що особистісний потенціал, це здатність людини до розвитку своїх внутрішніх можливостей, можливість успішно рости і розвиватися.

Відповідно до вимог сучасності в освітньому процесі вищої школи необхідно створювати умови, які будуть стимулювати творчу діяльність студентів, стимулювати розвиток особистості в цілому і особистісного потенціалу студентської молоді.

У соціальній ситуації люди з високим особистісним потенціалом мають більше переваг. Вони уміють активно і результативно розпоряджатися своїм життям, використати і розвивати свої здібності в обраному ними самими напрямі.

Основні напрями підвищення особистісного потенціалу студентів: підвищення свідомості життя; підвищення толерантності до невизначеності, підвищення самоконтролю і саморегуляції; розвиток індивідуального стилю саморегуляції поведінки, підвищення самоефективності в спілкуванні і в діяльності, регулювання тимчасових орієнтацій.

Література:

1. Allport Q. W. Personality. A psychological interpretation. N. Y.: Holt, 1938. 588 p.
2. Богомаз С. А., Мацута В. В. Оценка личностного потенциала и выявление основных типов ориентации на профессиональную деятельность у современной вузовской молодежи. *Психология обучения*. 2010. Вып. 12. М.: СГУ, С. 77-88.
3. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал: структура и диагностика. М.: Смысл, 2011. 679 с.