

**ПЛАТКОВСКАЯ ОКСАНА ВЛАДИМИРОВНА**

*Доцент кафедри педагогіки і психології, Харківський національний університет внутрішніх дел, м. Харків*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ ВО ВРЕМЯ ГЛОБАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ**

### **ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН**

Глобальні зміни які відбуваються в світі, не залишають байдужими ні суспільство в цілому, ні окремої людини зокрема, тому одне з важливих якостей яким повинен володіти людина - емоційно стійкий. Емоційна стійкість формується під впливом внутрішніх психологічних процесів серед яких не останню роль відіграє мислення. Мислення впливає на формування картини світу, формує внутрішні установки, пріоритети, сприяє вибору способів вирішення в складних внутрішніх, соціальних і професійних ситуаціях. Джерело емоцій - Суб'єктивна дійсність і її співвіднесення з потребами в даний момент. Змінюючи мислення людина по суті змінює свій внутрішній світ, сприйняття загальної картини світу що відбивається на емоційному стані.

**Ключові слова:** *емоції, мислення, емоційна стійкість, воля, психологічне здоров'я.*

Глобальные изменения которые происходят в мире не оставляют равнодушными ни общество в целом, ни отдельного человека в частности. В последнее время из-за экономической нестабильности, в поисках лучшей жизни страну покидает молодое и наиболее трудоспособное население, происходит перераспределение населения внутри страны. Преобразование ранее существующих традиций в семейной сфере, изменение с сфере образования, изменения в сфере медицины вносит чувство незащищенности и неуверенности в завтрашнем дне. Все это не может не сказываться на психологическом здоровье населения в целом.

В условиях быстро меняющихся жизненных ситуаций выживает, как правило не самый умный, усердный, а обладающий психологической гибкостью и мобильностью, способный к риску, свободный от внутренних страхов и предубеждений, готовый меняться и эмоционально устойчивый.

Эмоциональная устойчивость – способность личности обеспечивать возможность сохранения определенной направленности своих действий в

эмоциогенной ситуации при помощи саморегуляции и самоконтроля. Сила и интенсивность проявления эмоций зависит от типа темперамента человека, от актуальных потребностей и с годами сформированных внутренних установок.

Однако для развития эмоциональной стойкости мышление, которое влияет на формирование внутренних установок, не менее значимо, чем сила воли и самоконтроль.

Мышление – высшая форма отражения окружающего мира, сложный познавательный процесс, свойственный только человеку. Познавательные процессы основаны на наличии объективных отношений и закономерных связей между предметами и явлениями и осознании, понимании человеком этих связей.

Основными функциями мышления являются *понятие* (отражение общих, при том существенных свойств предмета или явления), *суждение* (форма мышления содержащая утверждение или отрицание какого-либо положения относительно предметов, явлений или их свойств) и *умозаключение* (форма мышления при которой человек, сопоставляя и анализируя различные суждения, выводит из них новое суждение).

Мышление в общем влияет на формирование картины мира, формирует внутренние установки, приоритеты, способствует выбору способов решения в сложных внутренних, социальных и профессиональных ситуациях.

Эмоции - переживания человеком своего отношения к тому, что он познает или делает по отношению к другим людям и самому себе.

Эмоции не могут возникнуть сами по себе, из неоткуда. Источник эмоций – субъективная действительность (ранний опыт человека) и ее соотношение с потребностями в данный момент.

Эмоции и чувства часто определяют поведение человека, постановку ним тех или иных жизненных целей. Чувства носят социальный характер. Они не существуют вне познания и деятельности человека. Они возникают в процессе деятельности и взаимодействия, и влияют на ее протекание.

Эмоции прямо или косвенно влияют на формирование наших мыслей. Как и обратный процесс изменение мыслей ведет к изменению эмоционального состояния.

Эмоции выполняют 2 функции: регулятивную и сигнальную. Регулятивная функция чувств выражается в том, что стойкие переживания направляют

влияют наше поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать препятствия и сложности. Однако, пребывать в таких чувствах как тоска, отчаяние, горе не только могут вызывать психологическую боль, но и вызывают органические изменения, которые в последствии могут приобрести форму болезненных расстройств.

В современных условиях нестабильности, важным становится эмоциональная стабильность человека, как развитый навык позволяющий в нужный момент рассмотреть, проанализировать и сделать умозаключения о процессах и событиях под другим, не привычным углом, намеренно усилием воли менять отношения к происходящим в жизни травмирующим событиям, формировать иные умозаключения.

Воля – психическая деятельность человека, определяющая его целенаправленные поступки, связанные с преодолением трудностей и препятствий. Препятствия могут быть *внешние* (не зависящие от человека, объективные препятствия, внешние помехи, противодействие других людей и *внутренние* препятствия зависят от человека, это не желание делать то, что нужно, наличие противоречащих побуждений, пассивность человека, привычки действовать необдуманно, лень, чувство страха и т.д. Внутренние препятствия – с годами сформировавшиеся стереотипные способы реакции в сложных ситуациях, способы взаимодействия с другими в социуме, способы избегания ситуаций, при формировании которых важную роль играет именно мышление. Мышление по сути, формирует нашу настоящую действительность, ее восприятие и способы взаимодействия с ней.

Меня мышление (противоречивые убеждения, стереотипы, привычные способы реагирования в сложных ситуациях) человек по сути меняет свой внутренний мир и способы взаимодействия с внешним.

Способность управлять, отслеживать, принимать и трансформировать свои эмоции в независимости от окружающих один из важнейших навыков которым должен владеть человек в существующем мире. Зеркалом нашей удовлетворенности от взаимодействия с окружающим миром являются как раз эмоции.

В условиях настоящей действительности способность работать со своим внутренним миром, способность создать соответствующую стрессоустойчивую модель себя и пользоваться этой моделью для реализации в жизни один из самых необходимых навыков которым должен обучаться человек.

Умение рассмотреть в эмоции отражение окружающей действительности, распознать эмоцию и ее контролировать, не поддаваться ее влиянию при принятии верного рационального решения, умение находить в сложных ситуациях положительные стороны (личную выгоду, точку роста), трансформировать эмоцию и дать ей социально приемлемое проявление – один из важных навыков для поддержания психологического здоровья человека.

#### **Список використаних джерел**

1. Крутецкий В.А. Психология: Учебник для учащихся пед.училищ. – М.: Просвещение, 1980. 352 с., ил.
2. Общая психология. (Учеб. Пособие для студентов пед. ин-тов). Под ред. В.В. Богословской и др. 2-е изд., перераб. И доп. М., «Просвещение», 1973. 351 с., ил.
3. Гаулман, Дэниел Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Дэниел Гаулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. – 6-е изд. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 544 с.

#### **Spysok vykorystanyh dzherel**

1. Kruteckyj V.A. Psyhologija: Uchebnyk dlja uchashhyhsja ped.uchylyshh. – М.: Prosveshhenye, 1980. – 352 s., yl.
2. Obshhaja psyhologija. (Ucheb. Posobyе dlja studentov ped. yn-tov). Pod red. V.V. Bogoslovskoj y dr. 2-e yzd., pererab. Y dop. M., «Prosveshhenye», 1973. – 351 s., yl.
3. Gaulman, Dэnyel Эмоцыонал'ный yntelekt. Pochemu on mozhet znachyt' bol'she, chem IQ / Dэnyel Gaulman; per. s angl. A.P. Ysaevoj. – 6-e yzd. – М. : Mann, Yvanov y Ferber, 2018. – 544 s.

*Platkovska O.V.*

#### **PSYCHOLOGICAL STABILITY OF THE PERSONALITY DURING GLOBAL CHANGES**

Global changes that are occurring in the world do not leave indifferent either society as a whole or individual person in particular, therefore one of the important qualities that a person should possess is emotionally stable. Emotional stability is formed under the influence of internal psychological processes, among which thinking plays a significant role. Thinking affects the formation of a picture of the world, forms internal attitudes, priorities, contributes to the choice of solutions in complex internal, social and professional situations. The source of emotions is subjective reality and its correlation with the needs at the moment. Changing thinking, a person essentially changes his inner world, the perception of the overall picture of the world, which is reflected in the emotional state.

**Keywords:** *emotion, mind, emotional stability, volition, psychological health.*

*Платковская О.В.*

#### **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ ВО ВРЕМЯ ГЛОБАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ**

Глобальные изменения которые происходят в мире не оставляют равнодушными ни общество в целом, ни отдельного человека в частности, поэтому одно из важных качеств которым должен обладать человек - эмоционально устойчивый. Эмоциональная

устойчивость формируется под воздействием внутренних психологических процессов среди которых не последнюю роль играет мышление. Мышление влияет на формирование картины мира, формирует внутренние установки, приоритеты, способствует выбору способов решения в сложных внутренних, социальных и профессиональных ситуациях. Источник эмоций – субъективная действительность и ее соотнесение с потребностями в данный момент. Меняя мышление человек по сути меняет свой внутренний мир, восприятие общей картины мира что отражается на эмоциональном состоянии.

**Ключевые слова:** *эмоции, мышление, эмоциональная устойчивость, воля, психологическое здоровье.*

УДК 925 : 159.923

**ПРИМАЧОК ЛЮДМИЛА ЛЕОНТІЙВНА**

*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри здоров'я людини і фізичної реабілітації Навчально-наукового інституту охорони здоров'я Національного університету водного господарства та природокористування, м. Рівне*

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ  
ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ  
ОСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ, ЯКІ ОПАНОВУЮТЬ ФАХ ФІЗИЧНОГО  
РЕАБІЛІТОЛОГА**

В статті розкрито психологічну сутність процесу професійного становлення особистості. Обґрунтовано засоби психолого-педагогічного забезпечення професійного становлення студентів вищих освітніх закладів, які, в тому числі, опановують фах фізичного реабілітолога. Автором статті зазначено, що під процесом професійного становлення особистості розуміється розвиток його потенціалів і ресурсів, які сприяють професійному саморозвиткові і самореалізації в контексті загальнолюдської культури, з врахуванням конкретних умов життєдіяльності та професійної діяльності в процесі опанування і відтворення ним соціальних норм та цінностей. В статті професійне становлення особистості розглядається з позицій раціоналістичної психології як управління процесом формування суб'єктивної професійно-особистісної позиції (з урахуванням всієї кількості суб'єктивних і об'єктивних чинників), які актуалізують процес реалізації стратегій управління особистісними ресурсами, задіяними для здійснення професійного становлення індивіда.

Зазначено, що на розв'язання вказаних проблем і протиріч слід спрямувати весь навчально-виховний потенціал вищого освітнього закладу, а саме: на теоретичне осмислення проблем формування професійних компетентностей студентів (цілей, завдань, змісту навчального процесу, впровадження новітніх освітніх технологій,