

**ПИЛИПЕНКО К.В.,**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Національного університету «Запорізька політехніка»  
м. Запоріжжя, Україна*

### **ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ЯК ПРЕДИКТОР ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ – МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ПІД ЧАС ПЕРВИННОЇ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Професія психолога стає все більше затребуваною та привертає увагу не тільки вітчизняних науковців, але й пересічних громадян України. Адже війна є неймовірно складним випробуванням, що має руйнівні наслідки для держави в цілому та для кожного її громадянина. Особливо це стосується психологічного благополуччя та тих загроз, що несе йому війна. Разом з тим постійно збільшується попит на різні види психологічних послуг мало не у всіх сферах суспільної діяльності, що спричиняє зростання вимог до якості фахової підготовки психологів у вищих навчальних закладах. Таке зростання вимог стосується перш за все професійно важливих якостей особистості фахівця-практичного психолога.

Війна має значний вплив на емоційний стан і психологічне благополуччя особистості. Студенти – майбутні психологи, що знаходяться у процесі первинної професіоналізації, стикаються з такими викликами, як високий рівень стресу, тривоги, невизначеності та втрати.

Дослідження показують, що студенти з вищим рівнем емоційної стійкості схильні до кращого психологічного адаптивного реагування на стрес та негативні події. Їхня здатність ефективно керувати емоціями допомагає знижувати ризики психічних розладів та зберігати психологічне благополуччя.

Проблема емоційної стійкості більшою мірою розглядалася в межах загальної психології, військової психології, інженерної психології, психології праці, психології спорту та психофізіології (Л.М. Аболін, І.Ф. Аршава, О.А. Блінов, Б.Х. Варданян, М.І. Дьяченко, П.Б. Зільберман, Є.П. Лійн, М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, П.П. Криворучко, Г.С. Нікіфоров, А.Є. Ольшаннікова, С.М. Оя, В.О. Пономаренко, Т. Рібо, В.В. Стасюк, О.Я. Чебикін, О.А. Чернікова та ін.). Лише в останні роки проблема емоційної стійкості почала розглядатися в більш широкому професійному просторі допомагаючих професій (лікаря, педагога,

практичного психолога, соціального педагога). Звертаючись до визначення поняття «емоційна стійкість» слід зазначити, що за наявності великої кількості різноманітних підходів до його визначення – йдеться про здатність індивіда протистояти тим емоціогенним подразникам, які можуть негативно впливати на перебіг діяльності та зберігати власну працездатність.

Поняття «психологічне благополуччя» є предметом наукових досліджень N. Bradburn, E. Deci, E. Diner, R. Ryan, C. Ryff, M. Аргайл, А.В. Вороніної, Г.В. Ложкіна, Н.А. Батуріна, Н.К. Бахаревої, В.М. Бучацької, С.В. Водяхої, В.М. Духневича, Л.В. Жуковської, І.В. Заусенко, О.А. Ідобаєвої, С.В. Карсканової, О.Н. Паніної, А.Є. Созонтова, Н.П. Фетіскіна, Р.В. Шаміонова та багатьох інших науковців.

Дослідженням благополуччя в умовах війни займалися ряд зарубіжних вчених. Так, В. S. Frey, А. Sagi-Schwartz вивчали вплив важких травматичних переживань, пов'язаних з війною, на благополуччя дітей. Т. Ronen, А. Seeman досліджували благополуччя підлітків–учнів інтернату в умовах війни. Т. Kushnir, S. Melamed аналізували вплив війни в Перській затоці на вигорання та благополуччя працюючих цивільних. О. N. Shemyakina, А. С. Plagnol приділили увагу висвітленню суб'єктивного благополуччя у повоєнний період.

Вивченням проблеми психологічного благополуччя молоді займаються Н.О. Гончарова, Є.Ю. Григоренко, Н.М. Гранкіна-Сазонова, С.П. Ревенко, А.С. Харченко та інші науковці. З'являється все більше наукових робіт присвячених психологічному благополуччю студентів в умовах війни.

Отже, вивчення психологічного благополуччя студентів-майбутніх психологів в умовах воєнного стану є надзвичайно актуальним та важливим завданням. Розуміння впливу війни на психологічне благополуччя та психічне здоров'я, а також розробка ефективних підходів підтримки може сприяти збереженню та підвищенню емоційної стійкості як предиктора психологічного благополуччя цієї важливої групи майбутніх фахівців.

### **Список використаних джерел**

1. Волинець Н.В. Психологічні особливості особистісного благополуччя в професійній сфері життєдіяльності : монографія. Хмельницький: Видавництво НАДПСУ, 2019. 620 с.
2. Ben-Shahar Tal. Happier: Learn The Secrets to Daily Joy and Lasting Fulfillment. New York : McGraw-Hill Education, 2007. 192 p.
3. Bradburn N. The structure of psychological well-being. Chicago : Aldine, 1969. 318 p.
4. Seligman M. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York : Free Press, 2012. 368 p.