

Реферат
на кваліфікаційну (магістерську) роботу
«Особливості розвитку психологічної стійкості у студентів»
здобувачки вищої освіти другого (магістерського) рівня
спеціальності 053 Психологія
Рудик Ірини Анатоліївни

Обсяг роботи – 83 с. **Кількість таблиць** – 2 табл. **Кількість рисунків** – 4 рис. **Список використаних джерел** – 75 найменувань, з них 12 – іноземною мовою.

Об'єкт дослідження – психологічна стійкість студентів як інтегративна особистісна властивість.

Предмет дослідження – особливості розвитку психологічної стійкості студентів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічну стійкість студентів, визначити психологічні чинники та особливості її розвитку й окреслити шляхи підвищення рівня психологічної стійкості у студентському середовищі.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні теоретичні підходи до розуміння психологічної стійкості в сучасній психологічній науці.
2. Розкрити структуру та зміст основних компонентів психологічної стійкості студентів.
3. Охарактеризувати провідні чинники формування та розвитку психологічної стійкості студентів.
4. Емпірично визначити рівень психологічної стійкості студентів та особливості її структурних компонентів.
5. На основі результатів дослідження розробити практичні рекомендації щодо розвитку психологічної стійкості студентів.

Методи дослідження. У роботі використано теоретичні методи аналізу, порівняння та узагальнення наукових джерел з проблеми психологічної стійкості. Емпіричне дослідження здійснювалося з використанням анкетування та психодіагностичного тестування за допомогою валідних методик оцінки психологічної стійкості, емоційного інтелекту та стратегій подолання стресу. Для обробки результатів застосовувалися методи кількісного й якісного аналізу, зокрема кореляційний аналіз.

Висновки: Психологічна стійкість – це здатність окремих людей, команд і організацій адаптуватися, відновлюватися та процвітати в ситуаціях ризику, викликів, небезпеки, складності та негараздів. Також, слід взяти до уваги, що стійкість не є статичним станом, а являє собою гнучкий процес. Проведене емпіричне дослідження засвідчило, що психологічна стійкість студентів загалом має середній рівень сформованості та характеризується нерівномірністю розвитку її структурних компонентів. Найбільш уразливими виявилися емоційно-вольовий і мотиваційний компоненти, недостатня сформованість яких знижує здатність студентів до ефективної саморегуляції в умовах стресу. Встановлено, що високий рівень емоційного інтелекту та переважання проблемно-орієнтованих копінг-стратегій виступають значущими чинниками підвищення психологічної стійкості студентської молоді. Водночас виявлення групи студентів із низьким рівнем психологічної стійкості актуалізує потребу у цілеспрямованому психологічному супроводі та профілактиці дезадаптивних форм реагування. Отримані результати обґрунтовують доцільність розробки й упровадження комплексних програм розвитку психологічної стійкості у студентському середовищі, спрямованих на посилення емоційної саморегуляції, мотиваційної сфери та формування ефективних стратегій подолання стресу.

Ключові слова та словосполучення: психологічна стійкість, стресостійкість, резильєнтність, емоційний інтелект, копінг-стратегії.