

ior control models in terms of types of subject control of the child; the results of preschoolers distribution in terms of the ability to orient in time; the study of voluntary memory. The correlation analysis was carried out to identify the relationships between indicators of self-regulation. The differences are revealed in the self-regulation indexes of senior preschool children of different sexes: girls have more rapid development of self-regulation components comparing with boys. The prospect of further research is in identifying certain typological profiles, which would reflect the differences between preschoolers groups with different rates of self-direction.

Key words: self-regulation of behavior, anxiety, self-esteem, correlation link, arbitrariness of behavior, autonomy of subjective regulation.

УДК 378.1:656-052

Чайка О.І.

СУБ'ЄКТНА САМООЦІНКА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДИСПЕТЧЕРАМИ УПРАВЛІННЯ ПОВІТРЯНИМ РУХОМ

Чайка О.І. Суб'єктна самооцінка психофізіологічного ресурсу професійної діяльності диспетчерами управління повітряним рухом. Питання суб'єктної самооцінки психофізіологічного ресурсу диспетчера УПР є актуальною проблемою сьогодення в діяльності диспетчера УПР. Саме від здатності самостійно та адекватно оцінити свої особисті професійні якості залежить надійність на успішність діяльності диспетчера. У цій статті розглядається потенціал професійної надійності. Особлива увага приділяється професійно важливим якостям, які диспетчер може самостійно та адекватно оцінити і які мають суттєво об'єктивне значення для ефективності діяльності. Коректна психофізіологічна підготовка дозволить підвищити здібності до адекватної самооцінки та саморегуляції диспетчерів управління повітряним рухом свого психофізіологічного ресурсу, що, в свою чергу, забезпечить професійну надійність в нестандартних умовах.

Ключові слова: надійність професійної діяльності, пам'ять, увага, оперативне мислення, психоемоційна стійкість, самооцінка.

Чайка О.І. Субъектная самооценка психофизиологического ресурса профессиональной деятельности диспетчерами управления воздушным движением. Современный уровень развития гражданской авиации характеризуется значительным влиянием человеческого фактора на безопасность полетов. Вопрос объективной самооценки психофизиологического ресурса авиадиспетчера является актуальной проблемой в системе управления воздушным движением. Именно от способности самостоятельно и адекватно оценить свои личные профессиональные качества зависит надежность успешной деятельности диспетчера. В этой статье рассматривается потенциал профессиональной надежности. Особое внимание уделяется профессионально важным качествам, которые диспетчер может самостоятельно и адекватно оценить и которые имеют существенное и объективное значение для эффективности деятельности. Правильная психофизиологическая подготовка позволит повысить способности к адекватной самооценке и саморегуляции диспетчеров управления воздушным движением своего психофизиологического ресурса, что в свою очередь, обеспечит профессиональную надежность в нестандартных ситуациях.

Ключевые слова: надежность профессиональной деятельности, память, внимание, оперативное мышление, психоэмоциональная устойчивость, самооценка.

Постановка проблеми. Наше сьогодення характеризується широким розвитком інформації та високих технологій. За останні роки досягнення людства в різних галузях, а також технічний розвиток, зазнали неймовірних змін та високих досягнень. Одночасно з технічним розвитком все більшої важливості набуває роль людського фактору в ряді професій, що пов'язані з управлінням

особливо складними системи. Професія диспетчера управління повітряним рухом (далі диспетчер УПР) являється саме такою професією. За останні роки вплив, який зумовлюється диспетчером УПР на рівень безпеки польотів над територією України суттєво збільшився, тому актуальним є питання як підготовки диспетчера УПР до дій в екстремальних умовах, так само і їх перепідготовки та підвищення кваліфікації. Схильність людини до помилок при управлінні особливо складними системами, лише підкреслює необхідність примноження зусиль у вирішенні цієї проблеми. та вимагає досконалого вивчення психічних станів, що виникають у процесі професійної діяльності та психофізіологічних якостей представників даної професії. Важливим аспектом є виявлення фактів психічної деформації під впливом певних негативних факторів, а також розвиток здібностей суб'єкту самооцінки психофізіологічного ресурсу професійної діяльності. В процесі освоєння діяльності, індивідуальні якості суб'єкта формуються в систему професійно важливих якостей.

При цьому, в міру ускладнення й удосконалення техніки в ході автоматизації, вимоги до сенсорних та перцептивних здібностей людини-оператора не тільки не знижуються, а навпаки зростають. Одним з найважливіших її компонентів є культура спостереження [9]. Професійне вміння диспетчера УПР вести спостереження тісно пов'язане зі спостережливістю, як властивістю особистості. Воно спирається на цю властивість і одночасно розвиває її. Професійно важливі властивості уваги – це інтенсивність концентрації уваги, стійкість, швидкість перемикання або широта розподілу уваги. Практично всі властивості уваги є дуже важливими для ефективної діяльності диспетчера УПР. При оволодінні новими, більш складними системами або при виконанні діяльності в нових або екстремальних умовах, практично завжди відбувається перебудова системи організації уваги. У структурі професійно важливих якостей диспетчера УПР важливе місце займають сенсомоторні реакції, тому велику увагу слід приділити вивченню факторів, що впливають на швидкість і точність сенсомоторних реакцій людини. З точки зору загальної характеристики психомоторики людини, великий інтерес становить здатність до тренування всіх видів сенсорно-моторних реакцій і психомоторних властивостей [5].

Для успішності діяльності диспетчера УПР важливе значення має також цілий ряд різних мнемічних властивостей: обсяг пам'яті, швидкість запам'ятовування, міцність збереження засвоєного матеріалу, точність і швидкість відтворення, готовність пам'яті до швидкого відтворення матеріалу в потрібний момент. Пам'ять у діяльності диспетчера УПР функціонує в тісній взаємодії з розумовими процесами, а мнемічні властивості отримують опору в розумових властивостях особистості.

Завданням нашої роботи є виокремлення чинників, які впливають на ефективність діяльності диспетчера УПР, і які можуть бути самостійно та адекватно оцінені самим диспетчером УПР, а також дослідження факторів, що впливають на розвиток професійної уяви, взаємодія образів уяви і образів пам'яті диспетчера УПР, оперативне мислення, пам'ять та психоемоційна стійкість. Істотне і одне з провідних місць у діяльності диспетчера УПР займають

розумові та вольові властивості, які є типовими для багатьох видів діяльності, зокрема: цілеспрямованість, наполегливість, завзятість, рішучість, ініціативність, самостійність, витримка і самовладання. Тут важливе місце займає достатня сформованість процесів емоційно-вольової регуляції діяльності та сформованість умінь самоорганізації діяльності, зокрема, економічне витрачання сил, самокорекція техніки виконання рухових актів, зосередженість на техніці рухів і на прийнятті оптимальних рішень, включення прийомів самообілізації (самопереконання, самоодобрення, самопідтримка, самоналаштування та ін.). Важливе місце серед емоційно-вольових властивостей диспетчера УПР займає комплексна властивість витривалості, яка визначається віковими, типологічними особливостями, рівнем тренуваності і специфікою діяльності, а також деякими особистісними властивостями і рівнем мотивації особистості.

Аналіз наукових праць. В.К. Сафонов і Г.Б. Суворов у своїх дослідженнях довели, що успішне вирішення авіадиспетчерами професійних завдань пов'язане позитивно – із наявністю високого інтелекту та сильної нервової системи, що в свою чергу сприяють стресостійкості, і негативно – з рухливістю гальмівних процесів [6].

Діяльність диспетчерів УПР, зокрема керівника польотами, як відзначає Ільїн Є.П. «...творча за своєю суттю робота, яка пов'язана з високою соціальною відповідальністю, необхідністю вирішення проблемних завдань, вирішенням конфліктів, протиріч. Вона припускає безперервне регулювання діяльності інших, забезпечення їх оптимальної взаємодії та узгодження; протікає часто в незапрограмованих, швидко мінливих умовах, тому не піддається алгоритмізації та висуває особливі вимоги до регулятивних, інтелектуальних, вольових, комунікативних характеристик і психічному складу» [3].

У цілому, більшість із вищеперерахованих професійних якостей є стабільними в тій мірі, в якій вони залежать від природних особливостей. Разом з тим, в умовах професійної діяльності виникає можливість компенсації будь-якої професійно важливої якості за рахунок іншої або за допомогою відповідних набутих умінь і навичок [9]. Таку компенсацію людина може сформувати в процесі проходження підготовки до діяльності на тренажерах або в процесі безпосередньої діяльності.

Важливу, а можливо і ключову роль відіграє професійна надійність диспетчера УПР. Надійність – це здатність суб'єкта зберігати задані параметри діяльності (функціонування) при ускладненні обставин, тобто готовність диспетчера УПР до дій в надзвичайних ситуаціях та при складних обставинах.

Потенціал надійності диспетчера УПР – це сукупність професійних, соціально-психологічних та психофізіологічних можливостей диспетчера УПР, що забезпечують його здатність зберігати задані параметри діяльності при ускладненні її умов або під впливом негативних факторів [4]. З вище викладеного, виникає питання: як можна визначити потенціал професійної надійності диспетчера УПР? Розглянувши ряд джерел спеціальної літератури, а також результати розслідування авіаційних подій та інцидентів, можна виокремити такі основні характеристики потенціалу професійної надійності диспетчера УПР:

- Рівень професійної готовності;
- Стан професійної працездатності;
- Розвиток професійно важливих якостей.

Рівень професійної готовності – це сукупність необхідних знань, умінь та навичок, які в свою чергу забезпечують ефективно та безпечно виконання дій для запобігання небезпечної або аварійної ситуації. Професійна готовність – це багатогранне явище, яке включає в себе професійні знання, інформацію про насколишне середовище, про власні можливості та обмеження, про прийоми регулювання та управління власним станом. На даному етапі, диспетчери можуть вивчати правила та закони по регламентації управління повітряним рухом, проводити практичні заняття на тренажерах, але, нажаль, ніхто не займається та не вивчає закони психічної та фізіологічної регуляції власне поведінки диспетчера в штатних та екстремальних ситуаціях. Як результат, диспетчера УПР погано уявляють ті небезпечні фактори, які можуть бути обумовлені порушенням функціонування тих чи інших систем. Варто також наголосити на тому, що підготовка диспетчера УПР на тренажері до дій в незвичайних ситуаціях ніколи не дасть позитивного результату, якщо оператор завідомо буде поінформований про певні ускладнення та вірогідність екстремальних умов. Тільки реалізація принципу раптовості та неочікуваності забезпечать умови, максимально наближені до реальних

Стан професійної працездатності – це стан авіадиспетчера, який визначається психічними та фізіологічними функціями та характеризує його здатність виконувати професійну діяльність з потрібною на то якістю в межах заданого часового проміжку. Не варто ототожнювати професійну працездатність із повсякденною. Повсякденна працездатність відрізняється тим, що передбачає якісне виконання роботи в штатних умовах, де немає тиску часу, накопичення повітряних суден в межах керованої території та інших непередбачуваних факторів. Професійна працездатність вимагає від диспетчера УПР його максимальних функціональних можливостей в секундні та навіть мілісекундні інтервали, здатність керувати своїми внутрішніми станами, не впадати в ступор. Якщо стан професійної працездатності не задовольняє такі вимоги, то він може виявитися ненадійним. Важливе значення при цьому має суворе дотримання науково-обґрунтованих умов праці та відпочинку диспетчерів УПР [7].

Розвиток професійно важливих якостей є також важливою характеристикою диспетчера УПР, що визначає потенціал його надійності. З огляду на те, що в наш час диспетчери УПР підлягають дуже ретельним професійним та психологічним відборам, то серед них неможливо зустріти фахівців, які не відповідають основним характеристикам обраної професії. Інтелектуальний характер діяльності диспетчера УПР має підвищені вимоги до таких психічних функцій, як активна та стійка увага, довготривала та оперативна пам'ять, швидкість та адекватність реакції на різну інформацію, хороша уява та просторова орієнтація, здатність прогнозувати події при неповному об'ємі інформації та уміння швидко приймати рішення в умовах дефіциту часу. Не менш важливе значення ніж розвиток професійно важливих якостей, має також самооцінка цих якостей

самим диспетчером УПР та психологічні критерії адекватної оцінки професійно важливих якостей в структурі діяльності диспетчера УПР. [2] Виходячи із теоретичних положень та із професіограми диспетчера УПР, нами були виокремлені чинники, які впливають на ефективність діяльності диспетчера УПР, і які можуть бути самостійно та адекватно оцінені самим диспетчером УПР. Зокрема, це увага, пам'ять, оперативне мислення, психоемоційна стійкість.

Оперативне мислення в діяльності диспетчера УПР пов'язане з вирішенням практичних задач в швидкозмінних умовах, здійснюється на основі моделювання диспетчером УПР станів, об'єктів трудової діяльності і приводить до формування, виходячи з конкретної ситуації, плану дій по управлінню реальними об'єктами та процесами (Ситуація зближення двох літаків: кожному літаку повідомляється дозволена висота. Несприятливі метеорологічні умови: зміна курсу).

Пам'ять диспетчера УПР – це процес відображення досвіду авіадиспетчера шляхом засвоєння, збереження та подальшого відтворення обставин діяльності. Зокрема, важливу роль відіграють зорова та слухова пам'ять. Зорова пам'ять – вид пам'яті, при якому домінуючу роль у запам'ятанні й відтворенні сприйнятого відіграє зоровий аналізатор (інформація про повітряне судно, яка відображається на відеотерміналі авіадиспетчера представлена у вигляді крапки 0,3 мм., або рисочки 0,5 мм). Слухова пам'ять у діяльності диспетчера управління повітряним рухом має надзвичайно важливе значення. Провідну роль у запам'ятовуванні й відтворенні відіграє слуховий аналізатор (звукова інформація про метеообстановку, про технічні дані судна поступає через навушники, в якість звуку та сигналу може мати перешкоди) [8].

Увага – це спрямованість психічної діяльності диспетчера УПР та її зосередженість у певний момент на об'єкті або об'єктах, які мають важливе значення при одночасному абстрагуванні від інших (Керування одним літаком оцінюється приблизно в 200 інформаційних сигналів, а повітряна обстановка оновлюється кожні 6 секунд. Сигналом до прийому літака на управління в сектор спостереження служить поява зеленого світла на формулярі. Диспетчер прочитує інформацію з формуляра, де вказані: ти літака, номер рейсу, напрям польоту, висота судна на даний момент, задана висота, швидкість, показчик набору висоти або зниження, район сектора, колір. В сумі це складає 30 інформаційних сигналів. Диспетчер здійснює зв'язок і отримує відповідь приблизно ще 20 сигналів. Завдання висоти проводиться шляхом набору цифр на клавіатурі та відтворення їх на формулярі, що складає 10 інформаційних сигналів. Зв'язок з літаком і корекція висоти проводиться кілька разів за період керування, в середньому 3 рази. При передачі літака в інший сектор диспетчер здійснює зв'язок з літаком та іншим сектором, спостереження за формуляром до появи білого кольору). Важливими складовими в діяльності диспетчера УПР є здатність до переключення та швидкість реакції. Здатність до переключення полягає у довільному перенесенні уваги з одного об'єкта на інший, в зв'язку із зміною повітряної обстановки. (Авіадиспетчер паралельно здійснює спостереження за літаками в інших секторах, зокрема, які наближаються до сектора спостереження.

Зв'язок з метеослужбою). Швидкість реакції – інтуїтивний механізм, коли від швидкості і правильності реакції авіадиспетчера часто залежать життя сотень пасажирів. Швидкість реакції характеризує здатність диспетчера УПР реагувати на події, які відображаються на відео терміналі в мінімальний для даних умов відрізок часу (до 160 мілісекунд). Окреме та не менш важливе місце в переліку професійно важливих якостей займає психоемоційна стійкість диспетчера управління повітряним рухом. Під психоемоційною стійкістю диспетчера УПР розуміємо здатність сприймати одночасне надходження інтенсивної та велими значущої інформації по двох сенсорних каналах сприйняття, здатність прогнозувати події при неповному об'ємі інформації та в обмеженому проміжку часу, відповідальність за результат власної діяльності і ступінь відповідальності за безпеку інших осіб.

Зокрема, нами розглядається тривожність, тому що ця якість повністю обумовлює поведінку суб'єкта. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності. Оцінка диспетчером УПР свого стану у цьому відношенні є для нього суттєвим компонентом самоконтролю. Ми виокремлюємо особистісну тривожність та ситуативну тривожність у процесі діяльності диспетчера УПР. Особистісна тривожність – це стійка індивідуальна характеристика, що відображає схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати більшість ситуацій як загрозові, відповідаючи на кожен з них певною реакцією. Як схильність, особистісна тривожність активізується у момент сприйняття певних стимулів, які розцінюються як небезпечні, пов'язані із специфічними ситуаціями загрози самооцінці та ефективності роботи. Ситуативна, або реактивна тривожність розглядається як стан, що характеризується суб'єктивними емоціями: напругою, занепокоєнням, нервовістю. Ситуативна тривожність виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може різнитися за інтенсивністю та динамічністю. В.Є. Адріанова і В.І. Румянцева шляхом спостереження за роботою авіадиспетчерів виявили, що їх успішна робота пов'язана з великим обсягом і точністю оперативної пам'яті, готовністю до відтворення необхідної інформації і стійкістю до стресових факторів, в тому числі до дефіциту часу. Диспетчери УПР повинні мати також стійкість уваги і низьку тривожність [1].

Разом з тим певний ряд якостей та властивостей людини виявити непросто. Наприклад, соціально-психологічні властивості: дисциплінованість, наявність авантюризмів, підвищена схильність до неоправданого ризику та інші.

Висновки. Таким чином, потенціал надійності авіадиспетчера є інтегральною (системною) характеристикою його професійних можливостей, що визначають якість та безпеку професійної діяльності в екстремальних умовах.

Ефективна психофізіологічна підготовка дозволить підвищити здібності до адекватної самооцінки та саморегуляції диспетчерів управління повітряним рухом свого психофізіологічного ресурсу, що, в свою чергу, забезпечить професійну надійність в нестандартних умовах.

Перспективним напрямком подальших досліджень буде визначення зв'язку адекватності оцінки та самооцінки психологічних якостей з успішністю діяльності диспетчера УПР.

Список використаних джерел

1. Андрианова В. Е., Румянцева В. И. О некоторых профессионально значимых свойствах диспетчера АС УВД // Проблемы инженерной психологии. Вып. III. Специальные проблемы инженерной психологии. Ч.1., Л., 1984. – С. 92 – 94.
2. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. – 318 с.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Е.П. Ильин. СПб. : Изд-во «Питер», 2008. – 432 с.
4. Ломов Б.Ф. Системность в психологии/ Б.Ф. Ломов. Москва: Институт практической психологии, 1996. – 364 с.
5. Машин В.А. Психическая нагрузка, психическое напряжение и функциональное состояние операторов систем управления / В.А. Машин // Вопросы психологии, 2007. № 6. - С. 86-96.
6. Сафонов В.К., Суворов Г.Б. Проявление свойств личности и нервной системы в деятельности авиадиспетчера / В.К. Сафонов, Г.Б. Суворов Личность и деятельность. Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 11. – Л., 1982. – 320 с.
7. Roscoe A.H. Assessing pilot workload. Why measure heart rate, HRV and respiration? / A.H. Roscoe // Biol. Psychol. 1992. V. 34. № 2-3. - P. 259-287.
8. Rouch I., Wild P., Ansiau D., Marquie J.C. Shiftwork experience, age and cognitive performance Текст. /I. Rouch, P. Wild, D. Ansiau, J.C. Marquie // Ergonomics. 2005. V. 48. № 10. - P. 1282.
9. Wilson G.F., Russell C.A. Operator functional state classification using multiple psychophysiological features in an air traffic control task / G.F. Wilson, C.A. Russell // Hum. Factors. 2003. V. 45. № 3. - P. 381-289.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Andryanova V. E., Rumyanцева V. Y. O nekotorykh professy`onal`no znachymykh svojstvax dyspetchera AS UVD// Problemi ynzhenernoj psyxologyu. Выр. III. Spetsyalnie problemi ynzhenernoj psyxologyu. Ch.1, L., 1984. - S. 92 – 94.
2. Dykaya L.G. Psyxicheskaya samoregulyacyya funkcyonalnogo sostoyany`ya cheloveka (systemno-deyatelnostnyj podxod) / L.G. Dykaya. M.: Y`zd-vo «Ynstytut psyxologyu RAN», 2003. - 318 s.
3. Ylyn E.P. Dyfferencyalnaya psyxologyya professyonalnoj deyatelnyost` / E.P. Ylyn. SPb.: Yzd-vo «Pyter», 2008. - 432 s.
4. Lomov B.F. Systemnost v psyxologyu / B.F. Lomov. M.: Yzd-vo «Ynstytut praktycheskoj psyxologyu`»; Voronezh: NPO «MODЭK», 1996. – 364 s.
5. Mashy`n V.A. Psyxicheskaya nagruzka, psyxicheskoe napryazhenye y funkcyonalnoe sostoyanye operatorov system upravlenyya / V.A. Mashyn // Voprosy psyxologyu. 2007. # 6. - S. 86-96.
6. Safonov V.K., Suvorov G.B. Proyavlenye svojstv lychnosty y nervnoj systemy v deyatelnyosti avyadyspetchera / V.K. Safonov, G.B. Suvorov / Lychnost y deyatelnost. Eksperymentalnaya y pry`kladnaya psyxologyya. Выр. 11. L., 1982. – 320 s.

Chaika O.I. Personal self-esteem of psychophysiological resource in professional activity of air traffic controllers. Personal self-esteem of psychophysiological resource in professional activity of air traffic controllers is an urgent problem of nowadays. The success in professional reliability of ATCs' activity depends on the ability independently and adequately estimate their own professional qualities and resources. This article deals with the potential professional reliability. Particular attention is paid to important professional qualities that the ATC controller can adequately

ly estimate and which are important for objective and effective activity. The ability to flexibly and efficiently shift to emergency conditions, while adapting quickly to changing circumstances, is critical to the success of organizations that deal with human life, and to every organization operating in a complex reality, and is vital for saving lives, preserving reputation and returning to normal functioning. Correct psychophysiological training will in one hand increase the ability for adequate self-esteem and the self-control of ATCs' psychophysical resource, which in other hand will provide the professional reliability in unusual or extreme situations.

Key words: reliability of professional activity, memory, attention, visual-motor coordination, simultaneous capacity, psycho-emotional stability, self-esteem.

УДК 159.9.01

Чиханцова О.А.

ДУХОВНІСТЬ ЯК РЕСУРС РОЗВИТКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Чиханцова О.А. Духовність як ресурс розвитку життєстійкості особистості. Стаття присвячена дослідженню взаємозв'язку життєстійкості та духовності. Розглянуто особливості понять «життєстійкість» та «духовність». Проаналізовано сучасні теоретичні підходи до визначення сутності поняття «життєстійкість». Розглянуто феномен духовності як ресурс розвитку життєстійкості особистості.

Визначено, що життєстійкість пов'язана з формуванням більш глибоких ціннісних орієнтацій, які пов'язані з реаліями сьогодення та проаналізовано взаємозв'язок життєстійкості з особистісними цінностями та духовністю особистості.

Ключові слова: життєстійкість особистості, духовність, психічне здоров'я.

Чиханцова Е.А. Духовность как ресурс развития жизнестойкости личности. Стаття посвящена исследованию взаимосвязи жизнестойкости и духовности. Рассмотрены особенности понятий «жизнестойкость» и «духовность». Проанализированы современные теоретические подходы к определению сущности понятия «жизнестойкость». Рассмотрено феномен духовности как ресурс развития жизнестойкости личности.

Определено, что жизнестойкость связана с формированием более глубоких ценностных ориентаций, связанных с реалиями сегодняшнего дня и проанализирована взаимосвязь жизнестойкости с личностными ценностями и духовностью личности.

Ключевые слова: жизнестойкость личности, духовность, психическое здоровье.

Постановка проблеми. Сьогодні людині все частіше доводиться робити вибір у ситуаціях, що постійно змінюють вимоги в різних сферах життя. На тлі мінливої громадської картини, розхитування ціннісних орієнтацій і норм поведінки кожна людина змушена шукати опору для проходження свого життєвого шляху, для подолання життєвих труднощів. Таким чином, одним із важливих завдань психологічного дослідження є пошук ресурсів, які опосередковують вплив на людину життєвих труднощів і стресових ситуацій. Такими ресурсами є життєстійкість та духовність.

Через умови сучасного життя важливим для науковців стало спрямування уваги на вивчення внутрішніх потенціалів людини, що допомагають їй протистояти важким життєвим умовам, зберігаючи свою людську сутність, цілісність та ідентичність. Для позначення цих потенціалів сучасні психологи використовують цілий ряд категорій, таких як життєстійкість, адаптивність, психологічна стійкість, життєтворчість, особистісний потенціал, життєздатність.