

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ



*Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції*

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА  
В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ ВІДБУДОВИ:  
ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету  
біоресурсів і природокористування України*

**Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни  
та глобальних викликів**

**25 травня 2023 року  
Київ, Україна**

Організатор конференції:

Національний університет біоресурсів і  
природокористування України

Продовольча та екологічна безпека в умовах війни та повоєнної відбудови: виклики для України та світу: мат. Міжн. наук.-практ. конф., секція 4: Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів (м. Київ, 25 трав. 2023 р.). Київ, 2023. С. 358.

Матеріали конференції подано в авторській редакції.

У збірнику подано результати обговорення актуальних проблем, перспектив і шляхів забезпечення продовольчої та екологічної безпеки в умовах війни, плану відновлення України, сталого розвитку світу в контексті глобальних і регіональних викликів, трансформації суспільства та формування нової парадигми розвитку.

**Редакційна колегія:**

Ніколаєнко С. М. (відповідальний редактор), Кваша С. М., Кондратюк В. М., Ткачук В. А., Шинкарук В. Д., Барановська О. Д., Баль-Прилипка Л. В., Братішко В. В., Глазунова О. Г., Гриценко І. С., Діброва А. Д., Євсюков Т. О., Каплун В. В., Коломієць Ю. В., Кононенко Р. В., Васишин Р. Д., Мельник В. І., Остапчук А. Д., Отченашко В. В., Рудик Я. М., Ружило З. В., Савицька І. М., Тонха О. Л., Цвіліховський М. І., Яра О. С.

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ  
ВІДБУДОВИ: ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету біоресурсів  
і природокористування України*

**Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів**

Відповідальний за випуск: **Отченашко В. В.**

© НУБіП України, 2023.

**ОСОБИСТІСНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ, ЯК ЧИННИК СТРЕСОСТІЙКОСТІ**  
*Шафієв Теймур, магістрант (Tsafiev7@gmail.com), М.А. Садова, доктор психологічних наук, професор (sadova83@ukr.net),  
Національний університет біоресурсів і природокористування України,  
м.Київ*

Мета життя передбачає як здоров'я, так і довголіття, припускаючи, що здатність знаходити сенс у життєвому досвіді, особливо під час протистояння життєвим викликам, може бути механізмом, що лежить в основі стійкості. Наявність мети в житті може спонукати до переосмислення стресових ситуацій, щоб більш продуктивно впоратися з ними, тим самим полегшуючи відновлення після стресу та травми [1].

Наше покоління особисто переживає уже не першу масштабну стресову ситуацію, яка з часом додає все нових стресорів. Не встигли ще перебороти COVID-19, як почалась війна.

Самовизначення є макротеорією людської мотивації та особистості. Це теорія, яка має справу з двома величезними факторами: властивими людям тенденціями розвитку та вродженими психологічними потребами цих самих людей.

Також воно має великий вплив на мотивацію. Якщо людина сама вірить, що може належним чином керувати собою, вона, швидше за все, знайде більше мотивації в будь-якому завданні, яке хоче виконати [2].

У ситуації щоденного стресу самовизначена стійкість значною мірою пов'язана з вибором стратегій подолання. Глобальне самовизначення діє як предиктор вибору стратегій подолання щоденного стресу.

Самовизначення виступає рушійною силою у прагненні бути автономним, компетентним, контролювати власні дії, а також впливати на ситуацію та оточення. Потреби в автономії, компетентності та зв'язку є ключовими змінними в регулюванні поведінки та забезпеченні психологічного благополуччя. У стресовій ситуації більш автономне функціонування, вищий рівень обізнаності, більший інтерес до внутрішніх подій і спосіб життя, зосереджений на досягненні внутрішніх цілей, допомагають справлятися зі складними подіями в житті. Чіткіше самовизначення сприяє позитивній переоцінці стресу, що дозволяє сприймати стресову ситуацію як менш загрозову [3].

Перелік посилань

1. S. M. Schaefer, J. Morozink Boylan, C. M. van Reekum. Purpose in Life Predicts Better Emotional Recovery from Negative Stimuli. PLoS One. 2013. №8 (11): e80329. doi: 10.1371/journal.pone.0080329. PMID: 24236176; PMCID: PMC3827458.
2. Lopez-Garrido G. Self-Determination Theory and Motivation Gabriel Lopez-Garrido. Simply Psychology. 2021.
3. Kostromina, S.; Moskvicheva, N.; Zinovyeva, E.; Odintsova, M.; Zaitseva, E. Self-Determination as a Mechanism for Personality Sustainability in Conditions of Daily Stress. Sustainability. 2022. №14, 5457. <https://doi.org/10.3390/su14095457>