

## ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР УСПІШНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

*В статті розкрито сутність концепту життєстійкості як складноструктурованої психічної якості, що є фактором стресостійкості особистості, ресурсом її успішної соціальної адаптації, самореалізації та самоствердження й відображає феноменологію особистісного потенціалу людини. Емпірично визначено особливості життєстійкості сучасних студентів: рівні розвитку даної якості та співвідношення в її структурі проявів атитюдів "включеність", "контроль" і "прийняття ризику". Дано оцінку ефективності самоздійснення студентської молоді, встановлено взаємозв'язок життєстійких якостей із показниками самореалізації: самоефективністю в діяльності й соціальних взаєминах та навчальною успішністю.*

**Ключові слова:** життєстійкість, студентська молодь, самореалізація, "включеність", "контроль", "прийняття ризику", самоефективність, навчальна успішність.

**Постановка проблеми.** На тлі драматичних подій сьогодні, коли у свідомості громадян домінують проблеми загальнодержавного значення, важливо не допустити нівелювання цінностей особистісного зростання і самореалізації молоді, а особливо, студентства, як найбільш національно свідомої та соціально активної її групи. Можна констатувати суттєве зростання суспільних очікувань щодо самоздійснення сучасних студентів, тому особливої актуальності набуває проблема їхньої життєстійкості, активізації ресурсу особистісного потенціалу як умови успішної самореалізації всупереч стресогенним впливам оточуючої дійсності.

На сьогодні за кордоном концепція життєстійкості людини активно розвивається та впроваджується в галузі медицини, зокрема, охорони здоров'я та догляду за хворими, у сфері громадської безпеки, військових операцій, спорту, бізнесу та сім'ї. При цьому феномен життєстійкості ("hardiness") розглядається як фактор стресостійкості індивіда (М. Раш, В. Шоел, С. Барнард, Ф. Родволт, С. Агустдоттер), його продуктивної діяльності в умовах напруження сил і тривалої монотонної роботи (Ч. Сенсан), умова наявності відчуття повноти життя та його якості (Д. Еванс), чинник формування соціального інтересу, поглиблення міжособистісної взаємодії та контактів із оточуючою дійсністю (Г. Лік, Д. Вільямс), тобто "hardiness" вважається детермінантою успішної самореалізації особистості [1].

При Каліфорнійському університеті (США) нині функціонує наукова лабораторія, члени якої займаються дослідженнями життєстійкості, вивченням проблем адаптації студентської молоді до умов ВНЗ, зокрема, можливостей використання академічних та рекреаційних ресурсів для поглиблення взаємозв'язків між компонентами життєстійкості. Спеціальні техніки розвитку якості "hardiness" активно застосовуються в тренінгах лідерських здібностей, психологічній підтримці студентів, їхній індивідуальній самопомозі [10]. Натомість у вітчизняній психології феномену життєстійкості досі не приділено належної уваги, хоча цей вектор досліджень є досить перспективним на сучасному етапі розвитку українського суспільства з огляду на загострення кризових явищ в соціально-політичній та економічній сферах суспільного життя. Як наслідок, зростає актуальність проблеми життєздатності громадян нашої держави, в тому числі і молодого покоління.

**Мета статті** – проаналізувати особливості життєстійкості сучасної студентської молоді, оцінити потенціал життєстійких якостей студентів як ресурс їхнього особистісного зростання та ефективної самореалізації в навчально-професійній діяльності.

**Результати теоретичного дослідження.** Говорячи про ефективну самореалізацію студентської молоді, маємо на увазі максимальне розкриття та безперервний розвиток її особистісного потенціалу. При цьому варто пам'ятати про зовнішню форму самореалізації – самовираження студентів у всіх сферах суспільного життя: в навчанні, професійній та громадській діяльності, творчості, спорті, мистецтві тощо; та її внутрішню форму – самовдосконалення у фізичному, інтелектуальному, естетичному, моральному та духовному аспектах [3]. Крім того, процес та результат самореалізації залежать не тільки і не стільки від обсягу ресурсного потенціалу особистості, скільки від її впевненості у своїй здатності його реалізувати, а також від готовності працювати над цим, долаючи труднощі та перешкоди.

За результатами наукових досліджень Д. О. Леонтєва, феноменологію особистісного потенціалу цілком відображає концепт життєстійкості, адже мова йде про психічну якість, що поєднує в собі силу Его, волю, інтернальність, діяльне та осмислене ставлення до світу [5]. І. Солкова та П. Томанек

обґрунтували вплив життєстійкості на підвищення самоефективності особистості – її відчуття власної компетентності, що сприяє підвищенню здатності чинити опір різним факторам стресу [9]. З точки зору С. Сіддіки та К. Хасана, життєстійка людина схильна сприймати скрутні обставини як виклик і з готовністю приймає його як заклик діяти [8]. А в ситуації особистісного вибору життєстійкість є фактором, що стимулює шукати нові, нестандартні рішення, знижує страх невизначеності, обумовлює здатність до зрілих і складних форм саморегуляції [5].

Таким чином, життєстійкість є інтегральною якістю, що поєднує значимі для особистості цілі та цінності, самоставлення, стильові характеристики поведінки, детерміновані установками і переконаннями щодо світу, соціального оточення і свого місця в ньому. Відповідно ця психічна якість є складним особистісним утворенням, що включає три порівняно автономні атитюди: "включеність", "контроль" та "прийняття ризику" [7].

"Включеність" ("*commitment*") – переконаність людини в тому, що оточуючі її цінують і поважають, впевненість у своїх силах, у правильності і корисності виконуваної діяльності, суспільній значущості її результатів. Це здатність сприймати оточуючу дійсність та життєві події як джерело яскравих вражень, цікавих фактів і безцінного досвіду, прагнення бути завжди у вирі подій та розширювати коло контактів. Нерозвинена "включеність" породжує відчуження від оточуючих та неприйняття себе, "випадіння" із контексту життєвих подій.

"Контроль" ("*control*") – установка не шкодувати сил та часу на шляху до важкодостижних цілей, не сумніваючись у правильності прийнятих рішень і своїй здатності втілити їх у життя; переконаність у тому, що кожен сам обирає свій шлях та несе відповідальність за власне життя, що докладені зусилля виправдані, навіть якщо не увінчаються абсолютним успіхом, поразка ж вимагає від людини реваншу. Погано розвинений "контроль" провокує відчуття власної безпорадності та нікчемності, страх майбутнього і "опускання рук".

"Прийняття ризику" ("виклик" – "*challenge*") – переконаність у тому, що життєвий досвід – джерело неоціненних знань, а невдачі є рушієм особистісного зростання. Це здатність бачити позитивні моменти у будь-якій ситуації; установка "жити на повну", "гнатися за мрією", готовність ризикувати, навіть коли досягнення успіху є сумнівним, зневага до опортунізму та споживацького способу життя. Нерозвинена здатність до "прийняття ризику" стримує зростання та прояв внутрішнього потенціалу, блокує розвиток самопізнання, обмежує активність та ініціативу людини, обумовлює надмірну тривогу в ситуаціях невизначеності, консервативність і ригідність, домінування мотивації уникнення невдач над прагненням досягнути успіху.

Т. О. Ларіна обґрунтувала важливу роль атитюдів життєстійкості у процесах самоздійснення молоді, довівши, що ця психічна якість детермінує рефлексивне ставлення людини до життя, є запорукою адекватної оцінки життєвих перспектив при збереженні балансу між потребами, домаганнями й прагненнями [4]. А за даними Н. М. Волобуєвої, студенти із високою життєстійкістю активно "включаються" у навчання, усвідомлюючи свою провідну роль та відповідальність в процесі здобуття освіти, вміють засвоювати досвід і робити висновки зі складних навчальних ситуацій, намагаються завжди обмірковувати стратегії досягнення поставлених цілей, але діють гнучко, оперативно коригуючи плани дій; мають адекватну самооцінку та є емоційно врівноваженими, прагнуть до саморозвитку на основі самопізнання й орієнтовані на повну реалізацію своїх потенційних можливостей [2].

Таким чином, як переконливо засвідчують результати проведених на сьогодні наукових досліджень, розвинута життєстійкість особистості студента є запорукою його успішної самореалізації. Втім, необхідно з'ясувати вплив на різні аспекти цього процесу специфіки особистісного утворення "*hardiness*" сучасної студентської молоді.

**Методика та процедура емпіричного дослідження.** Дослідження проводилось у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова зі студентами III курсу, що навчаються за напрямом підготовки "природничі науки" та мають фахову спеціалізацію "практична психологія" (у зв'язку із подвійною спеціальністю досліджуваних підвищується репрезентативність вибірки). На різних етапах дослідження в ньому прийняли участь 45 респондентів.

Оскільки нашою метою було оцінити вплив особливостей життєстійкості студентів на процес та результат їхньої самореалізації, то процедура експериментального дослідження передбачала використання наступних методик: для емпіричного вивчення специфіки психічної якості "*hardiness*" сучасних студентів – "Тест життєстійкості" (автор – С. Мадді, адаптація Д. О. Леонтєва, О. І. Рассказової) [5]; для вимірювання ефективності самореалізації респондентів – "Тест визначення рівня самоефективності" (автори – Дж. Маддукс, М. Шейер; модифікація Л. Бояринцевої, Р. Кричевського) [6] як джерело інформації про їхню оцінку власного потенціалу в сферах предметної діяльності та соціальних взаємин, а також розрахунок середнього балу успішності (за весь період навчання) як показник реальних досягнень студентів. Окрім того проводилися бесіди з досліджуваними та спостереження за їхньою поведінкою в напружених ситуаціях навчального процесу з метою фіксації особливостей проявів атитюдів життєстійкості та специфіки процесу і результатів самореалізації в різних сферах життєдіяльності.

**Аналіз результатів емпіричного дослідження.** Згідно з результатами дослідження особливостей життєстійкості студентів (див. табл. 1), більше половини (60%) респондентів мають середній рівень життєстійкості, тобто, в цілому, здатні успішно функціонувати в складних умовах сьогодення, але їм бракує "запасу міцності" при посиленні впливу стресогенних факторів. Високий рівень розвитку "hardiness" і, відповідно, здатність до повноцінної самореалізації виявлено тільки у 20% досліджуваних студентів. Більш того, рівноцінна кількість учасників експерименту (20% опитуваних) має низьку життєстійкість, а отже, ефективність їхньої самореалізації є сумнівною, що означає необхідність психологічного супроводу особистісного зростання і самоактуалізації особистості.

Таблиця 1

**Рівні прояву життєстійкості та окремих її компонентів  
у досліджуваних студентів**

Рівні	загальна життєстійкість		атитюд "включеність"		атитюд "контроль"		атитюд "прийняття ризику"	
	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть
низький	20,00	9	22,22	10	11,11	5	4,44	2
середній	60,00	27	73,34	33	80,00	36	57,78	26
високий	20,00	9	4,44	2	8,89	4	37,78	17

Порівнявши показники розвитку атитюдів життєстійкості досліджуваних студентів із нормативними значеннями та зробивши якісний аналіз отриманих результатів (див. табл. 1), можемо зробити наступні висновки:

– більше 20% респондентів мають низький рівень атитюду "включеність", тобто і труднощі з адаптацією до умов сьогодення: не можуть примиритись з існуючою ситуацією, відчувають невпевненість у майбутньому, сприймають оточуючу дійсність, як незрозумілу і небезпечну, жорстоку, нецікаву та позбавлену сенсу;

– понад третина респондентів мають високий рівень "прийняття ризику", тобто здатні на невиправданий ризик, "кидаючи виклик" обставинам, не готові миритися з життєвими подіями чи ситуаціями, несумісними з їхніми переконаннями та очікуваннями;

– майже 90% досліджуваних не схильні "плисти за течією" і "опускати руки" при зіткненні з перешкодами, переважна більшість опитаних студентів готові боротися задля досягнення бажаного, не жалкуючи сил та часу і не уникаючи відповідальності, про що свідчать високі показники атитюду "контроль";

– тільки близько 5% респондентів, у яких було виявлено низький рівень "прийняття ризику", мають суттєві труднощі з когнітивною обробкою проблемних ситуацій, в той час як абсолютна більшість опитуваних здатна робити висновки на основі власних помилок, виділяти позитивні моменти в негативному досвіді.

Як бачимо, сучасні студенти не позбавлені потенціалу самореалізації, і наступним кроком нашого дослідження стала емпірична оцінка їхнього усвідомлення своїх ресурсних можливостей – рівня самоефективності. Таким чином, за допомогою методики Дж. Маддукса та М. Шейєра [6] ми з'ясували наступне:

– у переважній більшості респондентів (більше 80%) показники самоефективності у предметній діяльності та соціальних взаєминах відповідають нормативним значенням, тобто середньому рівню (див. табл. 2). Це свідчить про ймовірність блокування самореалізації студентів через дефіцит впевненості у достатньому рівні особистісного потенціалу для вирішення складних життєвих завдань, та схильність сумніватись у своїй здатності до самоорганізації, самоконтролю і саморегуляції у напружених ситуаціях через брак мотивації, вольових якостей та ініціативи у міжособистісних взаєминах;

– менше 7% досліджуваних високо оцінюють свої ділові якості і цілком впевнені у продуктивності виконуваної діяльності, в той час як близько 11% опитуваних відчувають безпорадність у складних ситуаціях, неспроможність наполегливо долати перешкоди на шляху до мети, що засвідчують показники самоефективності у сфері предметної діяльності;

– більш оптимістичною є оцінка респондентами власної комунікабельності й самореалізації у соціальних взаєминах: близько 13% – мають високий рівень самоефективності у цій сфері, тобто цілком задоволені якістю своїх стосунків із оточуючими, не сумніваються у їхньому прихильному ставленні до себе, не відчувають дискомфорту у міжособистісних взаєминах, виявляють активність та ініціативу;

натомість лише у 2% досліджуваних виявлено проблеми із соціальною адаптивністю, здатністю контролювати негативні переживання, знаходити спільну мову з оточуючими і відстоювати власну думку;

– досліджувана молодь схильна більшою мірою покладатися саме на свою комунікабельність і значимі у соціальних взаєминах особистісні якості, та меншою мірою – на професійні здібності, знання та вміння: це може бути пов'язано з тим, що респондентами є студенти-психологи.

Таблиця 2

## Рівні самоефективності досліджуваних студентів

Рівні	самоефективність у діяльності		самоефективність у соціальних взаєминах	
	%	абсол. к-ть	%	абсол. к-ть
низький	11,11	5	2,22	1
середній	82,21	37	84,45	38
високий	6,68	3	13,33	6

Таким чином, незначний відсоток (менше 10 %) студентів має високий потенціал самореалізації у навчально-професійній діяльності, ділових і неформальних стосунках, приблизно така ж кількість респондентів (10%) потребує психологічної допомоги через демонстрацію низького рівня самоефективності, а більше 80% – мають активно розвивати свою життєстійкість, розкриваючи ресурсний потенціал та зміцнюючи віру у власні можливості.

Оскільки понад 70% досліджуваних студентів поєднують роботу з навчанням, хоча лише 6 % працюють за фахом, оцінювати їхні досягнення у навчально-професійній діяльності як свідчення ефективності самореалізації доцільно за рівнем навчальної успішності. В результаті розрахунку середнього балу успішності високі показники (рівень "А" за шкалою ECTS) було виявлено тільки у 4 % студентів, натомість низький (задовільний) рівень успішності ("Е" та "D") – у 22%. Тобто три чверті нашої вибірки мають посередню навчальну успішність, а отже, ефективність їхньої самореалізації є сумнівною.

Щоб з'ясувати, як пов'язана життєстійкість та прояви її атитюдів із успішною самореалізацією студентів, ми зробили кореляційний аналіз співвідношення відповідних показників, скориставшись коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона. Одержані результати (див. табл. 3) дозволяють зробити наступні висновки:

– існує пряма лінійна взаємозалежність між показниками навчальної успішності, з одного боку, та рівнем загальної життєстійкості і атитюдом "включеність" – з іншого (на рівні достовірності  $p \leq 0,001$ ), а це, у свою чергу, можна пояснити тим, що для життєстійких студентів із розвинутою "включеністю" характерна впевненість у своїх здібностях і ресурсних якостях, необхідних для ефективної навчально-професійної діяльності (зокрема, творчої та дослідницької), пізнавальний інтерес та прагнення до самоосвіти (участі в семінарах, конференціях і тренінгах);

– виявлено позитивну взаємозалежність між показниками успішності і атитюдами "контроль" та "прийняття ризику" (на рівні значущості  $p \leq 0,01$ ). Це може бути пов'язано із тим, що студенти із відповідними установками відповідально ставляться до оволодіння всіма, а не тільки "потрібними" чи найбільш цікавими навчальними дисциплінами;

– пряма лінійна взаємозалежність існує між показниками загальної життєстійкості, її атитюдами "включеність" і "контроль", з одного боку, та самоефективністю у сфері предметної діяльності – з іншого (на рівні достовірності  $p \leq 0,001$ ), що можна пояснити впевненістю життєстійких студентів, яким властивий високий рівень розвитку відповідних атитюдів, у своїй здатності успішно долати труднощі та продуктивно працювати;

– достовірність кореляції показників самоефективності в діяльності, з одного боку, та установкою "прийняття ризику" – з іншого, є невисокою ( $p \leq 0,10$ ), отже, даний зв'язок існує лише на рівні статистичної тенденції. Це може бути обумовлене тим, що схильність до ризику сучасних студентів мало підкріплена їхньою вірою в успіх та свій внутрішній потенціал, а пов'язана, швидше за все, з такими рисами, як бунтівливість, максималізм та безпечність;

– не виявлено істотного взаємозв'язку переконаності особистості в ефективності своїх соціальних взаємин із її життєстійкими якостями. Єдиний виняток – позитивний зв'язок "включеності" й самоефективності у сфері взаємин, що існує на рівні статистичної тенденції ( $p \leq 0,10$ ), адже, дійсно, тільки прояви зазначеного атитюду (переконаність людини в тому, що оточуючі її цінують і поважають,

здатність одержувати щире задоволення від спілкування і прагнення розширювати коло контактів) можна співвіднести із впевненістю особистості у своїй комунікабельності та компетентністю у сфері міжособистісної взаємодії.

Таблиця 3

**Результати кореляційного аналізу взаємозалежності показників життєстійкості та самореалізації студентів**

Порівнювані змінні	самоєфективність у предметній діяльності	самоєфективність у соціальних взаєминах	навчальна успішність
загальна життєстійкість	0,5426***	0,2028	0,476***
"включеність"	0,5637***	0,2803*	0,481***
"контроль"	0,5873***	0,1822	0,4497**
"прийняття ризику"	0,2736*	0,008	0,401**

- Примітки:* 1. \* – зв’язок існує на рівні статистичної тенденції,  $p = 0,10$ ;  
 2. \*\* – статистично достовірною прямою лінійною взаємозалежністю на рівні  $p = 0,01$ ;  
 3. \*\*\* – статистично достовірною прямою лінійною взаємозалежністю на рівні  $p = 0,001$ .

Як бачимо, найбільш показовим є позитивний взаємозв’язок життєстійких якостей студентів (а особливо, проявів установок "включеність" і "контроль") із показниками їхньої успішної самореалізації (самоєфективністю в діяльності та високою академічною успішністю). Варто зазначити, що у структурі життєстійкості сучасних студентів домінує компонент "прийняття ризику", позитивний зв’язок якого із показниками ефективності самоствердження найменш відчутний. Таким чином, для підвищення успішності самореалізації сучасних студентів необхідно зміцнювати їхні життєстійкі переконання – установки самоприйняття, відкритості до оточуючого світу та "включеності" у контекст життєвих подій, готовність активно на них впливати, віру в свою життєздатність і конкурентоспроможність.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** В результаті теоретичного та емпіричного вивчення поставленої проблеми ми з’ясували, що життєстійкі переконання студентів, а особливо, узгоджені прояви установок "включеність" та "контроль", які детермінують ставлення до навчання у ВНЗ, самоосвіти і професійної діяльності, що є джерелами позитивних емоцій і нового цікавого досвіду, пріоритетною сферою самоздійснення, є ресурсом успішної самореалізації сучасної студентської молоді.

Незважаючи на те, що у більшості досліджуваних показники життєстійкості відповідають нормативним, домінування атитюду "прийняття ризику" при низькому рівні "включеності" може стати на заваді повноцінній реалізації ресурсного потенціалу людини. Тому важливо забезпечити психологічний супровід особистісного зростання та самоактуалізації студентства засобами розвитку життєстійких якостей і відповідних переконань, особливо пов’язаних з установками "включеність" та "контроль", а також поглиблювати взаємозв’язки між усіма атитюдами життєстійкості. Саме розробку відповідних стратегій психологічної підтримки сучасних студентів в умовах освітнього процесу ВНЗ вважаємо перспективним напрямом подальших наукових досліджень.

### Використані джерела

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л. А. Александрова // Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов / Под ред. М. М. Горбатовой, А. В. Серого, М. С. Яницкого. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – Вып. 2. – С. 82-90.
2. Волобуева Н. М. Психологическая культура как условие развития жизнестойкости студентов: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.13 / Н. М. Волобуева. – Белгород: ФГАОУ ВПО "Белгородский государственный национальный исследовательский университет", 2012. – 21 с.
3. Кудинов С. И. Функционально-стилевой подход в исследовании самореализации личности / С. И. Кудинов // Наука. Образование. Практика: Сборник материалов региональной межвузовской научно-практической конференции. – Уфа: Восточный университет, 2007. – С. 37-41.

4. Ларіна Т. О. Життєстійкість як передумова постановки життєвих завдань / Т. О. Ларіна // Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / За ред. Т. М. Титаренко. – К. : Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соціальної і політичної психології, 2012. – Вип. 6. – С. 287-322.
5. Леонтьев Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
6. Тест определения уровня самоэффективности // Психология развития конкурентоспособной личности / Л. М. Митина. – М. : Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО "МОДЕК", 2003. – С. 217-219.
7. Maddi S. R. Hardiness and mental health / S. R. Maddi, D. M. Khoshaba // Journal of Personality Assessment. – 1994. – V.63 (2). – P. 265-274.
8. Siddiqi S. H. Recall of past experiences and their self-evaluated impact on hardiness-related characteristics / S. H. Siddiqi, Q. Hasan // Journal of Personality & Clinical Studies. – 1998. – V.14 (1-2). – P. 89-93
9. Solcova I. Daily stress coping strategies: An effect of Hardiness / I. Solcova, P. Tomanek // Studia Psychologica. – 1994. – V. 36 (5). – P. 390-392.
10. The HardiTraining Program for Students // The Hardiness Institute, Inc.: [electronic sources]: <http://www.hardinessinstitute.com>

*Kuznietsova L.*

#### HARDINESS AS A FACTOR OF SUCCESSFUL SELF-REALIZATION OF THE TODAY'S STUDENTS

*This article reveals the essence of the phenomenon of "hardiness" as a complex mental quality, which determines how one views oneself and interacts with the world around. Also it is the factor of person's stress-resilience, resource of it successful social adaptation and self-realization, in general it reflects the phenomenology of personal human potential. So hardiness is the personality structure comprising the three general attitudes: "commitment", "control" and "challenge". The "commitment" is disposition that defined as a tendency to involve oneself in the activities in life and having a genuine interest in and curiosity about the surrounding world (activities, things, other people). The "control" we can define as a tendency to believe and act as if one can influence the events taking place around oneself through one's own effort. Finally, the "challenge" is ability to see or reframe demands as challenges, it is the belief that changes, rather than stability, are the normal mode of life and constitute motivating opportunities for personal growth rather than threats to security.*

*In this article we discovered empirically the peculiarities of hardiness of the today's students. They are characterized by such hardy-qualities as perfectionism in setting the life goals, choosing of values and senses, potential to reforming, propensity to reject the routine of everyday life and to react acute on the obstruction of their activity or freedom of choice, willingness to defend their interests against the risk to fail and be punished. In general, we founded that most of the respondents have normal hardiness, attitude "challenge" is dominated and the "commitment" is developed not enough. This combination of attitudes not contributes to successful self-realization, which requires the coordination of expressed "control" and "commitment".*

*Also we estimated the efficiency of the students' self-realization. So the vast majority of respondents' have the average level of self-efficacy in the spheres of work-activity and social relationships, additionally their educational achievement is ordinary too, and only about 10% of students have a high potential for self-realization.*

*As a result we found that the developed hardiness, especially its components "control" and "commitment" have a positive connection with students' successful self-realization. Therefore it is important to provide psychological support for personal growth and self-actualization of the today's students by means of developing of hardy-qualities and strong connections between all attitudes of hardiness.*

**Key words:** *hardiness, students, self-realization, "commitment", "control", "challenge", self-efficacy, educational achievement.*

*Стаття надійшла до редакції 15.10.2014*