

СЕКЦІЯ XX. ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІАТРІЯ

АНАЛІЗ ДИНАМІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ ОСОБИСТОСТІ

Гарець Надія Олексіївна

ORCID ID: 0000-0002-7794-2720

старший викладач

Вищий навчальний приватний заклад

«Дніпровський гуманітарний університет», Україна

Варакута Марина Леонідівна

ORCID ID: 0000-0001-6705-2751

викладач кафедри психології, аспірантка

Вищий навчальний приватний заклад «Дніпровський гуманітарний університет»,

«Класичний приватний університет», Україна

Вступ. Сучасні особливості розвитку держави характеризуються наявністю глобальних перетворень. Ряд останніх подій та зміни у суспільстві супроводжуються зростаючими відчуттями невизначеності, нестабільності, небезпеки. Актуалізується проблема використання доступного потенціалу особистості для того, щоб якомога ефективніше справлятися та реалізовуватися у складних умовах, підтримувати як базовий рівень психологічного здоров'я, так і формувати цілісну картину світу. Зазначені завдання потребують залучення додаткових сил особистістю для забезпечення адаптаційного процесу. Провідна роль в цьому процесі належить саме психологічним ресурсам особистості.

Метою даної статті є теоретичне висвітлення та систематизація особливостей уявлень про динамічні характеристики психологічних ресурсів особистості, аналізу функціональної сторони цього феномену з точки зору його інструментальних проявів.

Завдання статті полягають у дослідженні основних теоретичних уявлень стосовно сутності психологічного ресурсу особистості, виділення поглядів, в яких розкриваються динамічні характеристики психологічних ресурсів, аналіз підходів до розуміння психологічного ресурсу та їх використання для формування уявлень про формально-динамічні та функціональні характеристики цього феномену.

Аналіз сучасних досліджень. Останнім часом все більше вітчизняних та зарубіжних науковців звертаються до вивчення проблеми психологічних ресурсів та зазначають на необхідності формування цілісної фундаментальної моделі феномену. Серед досліджень цієї проблеми можна зазначити роботи Л. І. Анциферової, А. Г. Маклакова, В. О. Бодрова, Н. Є. Водопьянової, К. Муздибаєва та ін. Ресурси особистості як потенціал вивчалися Д. О. Леонтьєвим, Т. В. Корніловим, М. С. Каганом; у контексті копінг-поведінки питання ресурсів вивчалось Р. Лазарусом, С. Хобфоллом, В. О. Бодровим; як аспект саморегуляції та регуляції діяльності та поведінки ресурс розглядали Л. Г. Дика, Т. Л. Крюкова, В. І. Моросанова, О. К. Осницький, О. О. Сергієнко

та ін. Філософсько-психологічний зміст психологічних ресурсів особистості узагальнює В. Ф. Казібекова, приходячі до висновку про багатовимірність цього феномену [1].

Уявлення представників зарубіжної психології стосовно сутності психологічних ресурсів особистості характеризуються відображенням особливостей їх теоретичних поглядів. Е. Фромм у теорії гуманістичного психоаналізу пропонує розглядати психологічний ресурс в контексті прагнення особистості до вершин існування та подолання складних життєвих ситуацій. Психологічний ресурс, згідно до цих уявлень, містить такі особистісні цінності, як надія, раціональна віра та душевна сила (мужність) [2].

У гуманістичній концепції К. Роджерса ресурси особистості виступають складовою механізму узгодженості реального «Я» та ідеального «Я» [3]; грає певну роль у прийнятті себе шляхом набуття конгруентності.

В рамках езистенційного підходу проблема ресурсів висвітлюється в контексті розв'язання фундаментальних питань буття та самовизначення: пошуку сенсу життя, уявлення про місце у світі та життєве призначення [4].

У сучасних зарубіжних дослідженнях психологічним ресурсом пропонується називати ті елементи, які або виступають цінностями за своєю сутністю (наприклад, самооцінка, наявність близьких стосунків, здоров'я та внутрішній спокій), або діють як засіб для досягнення цілей, які мають цінність (наприклад, гроші, соціальна підтримка). Таким чином, зазначається інструментальний характер психологічних ресурсів [5].

Поширено вивчається потенціал ресурсів у контексті адаптації та подолання тих проблем, що виникають у сучасному світі. Так, Nicolas Pellerin та Eric Raufaste вивчали роль таких психологічних ресурсів, як самоефективність, оптимізм, надія, мудрість, самотрансцендентність, вдячність тощо у збереженні психологічного благополуччя під час пандемії COVID-19 та тривалого локдауну [6].

В рамках позитивної психології певного поширення набуває концепція «психологічного капіталу», яка базується на таких психологічних ресурсах, як надія, ефективність, резильєнтність та оптимізм. Зазначені властивості, на думку дослідників, поєднуючись, утворюють конструкцію вищого порядку, яка відображає їх унікальні характеристики. Позитивна роль даних ресурсів проявляється у через такі особливості поведінки особистості як впевненість у своїх силах, в тому числі переконанні у здатності впливати на власне майбутнє, здатність перенаправляти себе на шляху до цілей та справлятися із невдачами на цьому шляху [7].

В дослідженнях сучасних українських науковців можна зустріти виділення психологічного ресурсу окремих психічних процесів – наприклад, таких як пам'ять, та пропозиції шляхів їх використання як засобів підвищення продуктивності різних видів діяльності - зокрема, навчальної [8].

Незважаючи на існування ряду теоретичних досліджень означеної проблеми, на думку більшості дослідників вона далека до вирішення, потребує системного аналізу та розробки цілісної моделі. Разом з тим, на нашу думку, недостатньо визначеними залишаються формально-динамічні характеристики феномену, а саме розкриття не стільки особистісних рис особистості, які можуть виконувати роль ресурсу, скільки принципів дії та функцій психологічного ресурсу.

Виклад основного матеріалу. Аналіз терміну «психологічний ресурс» дозволяє зробити висновок про його використання разом із категоріями «особистісного ресурсу», «життєвого досвіду», «копінгу», «особистісного потенціалу», «внутрішнього ресурсу», «адаптаційних можливості особистості» тощо. Спільним в запропонованих

феноменах є наголошення певної ролі у контексті діяльності особистості, функції, обумовленої розвитком та адаптацією.

На сучасному етапі розвитку наукових поглядів стосовно природи психологічного ресурсу особистості вони представлені співіснуванням ряду концепцій та моделей, які відображають різні сторони – як динамічні та функціональні, так і структурні або змістовні.

У широкому сенсі поняття ресурсу (ressource (фр.) – допоміжний засіб), за С. Хобфоллом, включає те, що може бути задіяно людиною для ефективного існування та підтримки якості життя [9].

О. А. Даценко вказує на наявність класифікації ресурсів, в рамках якої вони поділяються на внутрішні та зовнішні, психологічні та середовищні. Говорячи саме про психологічний ресурс, дослідники мають на увазі деякий запас внутрішньо-психологічних можливостей, які відображають цілісну організацію людини як суб'єкта саморозвитку та життєвої творчої самореалізації. В якості таких можливостей дослідники пропонують розглядати різні набори рис та якостей особистості. Спільним у цьому підході є уявлення про внутрішні можливості як про джерела внутрішньої сили, що дозволяють людині справлятися зі складними ситуаціями, досягати мети, успішно функціонувати.

Психологічні ресурси, таким чином, згідно до поглядів на їх сутність та структуру, це певні індивідуальні властивості та здібності, що дозволяють людині за рахунок концептуалізації умов, потреб та власних психічних можливостей підтримувати і розвивати активність, забезпечувати психологічне благополуччя, адаптуватися [10].

У структурі самоорганізації викреслюються функції ресурсів, які полягають у впливі на сприймання, оцінку та інтерпретацію аспектів зовнішнього та внутрішнього середовища, значущі та цінні в конкретних умовах. Частіше дію ресурсів пов'язують із виникненням підвищених вимог до особистості з боку реальності, коли треба мобілізувати або застосувати додаткові зусилля. Ресурси в цьому контексті забезпечують як адаптацію, так і успішне вирішення проблемних ситуацій. Психологічні ресурси розглядають як інтегративне явище, яке складається із змістовних та динамічних характеристик, які, в свою чергу, опосередковані життєвими потребами людини: виконання діяльності, соціалізація, адаптація, самореалізація тощо.

На думку Л. В. Кулікова, серед функцій ресурсів можна назвати такі, як забезпечення контролю та самоконтролю; інструменталізація діяльності та поведінки; здатність до адаптації, самозмін та вирішення критичних ситуацій; здатність до когнітивної структуризації і осмислення ситуації [11].

В психологічній науці відомо ряд підходів щодо виділення структури ресурсів, тобто тих якостей, які можуть виступати як ресурс особистості. Серед таких прикладів можна назвати поняття життестійкості, запропоноване С. Мадді, різні локуси контролю у концепції Дж. Роттера, оптимізм за М. Селігманом, самоефективність в уявленні А. Бандури, тощо. Разом з тим, на нашу думку, зосередженість на виділенні окремих якостей, які можуть виступати ресурсом, не розкриває динамічну складову цього феномену, яка пов'язана з діяльністю та інструментальним підходом до визначення ресурсу.

К. Платонов, Ф. Ісмагілова та ін. пропонують не зводити психологічні ресурси до сукупності поверхневих ЗУН, та розглядають їх у контексті не тільки конкретної діяльності, а життєтворення.

Л. Г. Дика у своїх роботах також наголошує на тому, що психологічний ресурс

може розглядатися як сукупність внутрішніх засобів з потенційно-активними характеристиками, якими людина володіє і які використовує відповідно до необхідності ефективної діяльності та життєтворчості [12].

Отже, необхідно розглядати саме особливості динамічної сторони феномену психологічного ресурсу, в якій він виступає як операційно-дієвий механізм, що забезпечує продуктивність діяльності. Але в цьому випадку саме діяльність виступатиме детермінантою формування ресурсів. Таким чином, будь-які особливості особистості можуть становити собою потенційний ресурс, роль якого актуалізується відповідно до ситуації та її сприйняття особистістю.

Важливою думкою для розкриття цієї точки зору є зауваження В. О. Толочек в рамках розкриття діяльнісної опосередкованості феномену ресурсу. На її думку, статус ресурсів будь-який об'єкт набуває лише в умовах діяльнісного опосередкування, як умови ефективного виконання діяльності [13].

Провідна роль в такому випадку буде належати не тільки особистісним властивостям та особливостям ситуації, а скоріше активному перетворенню середовища у внутрішній психологічний світ, трансформації реальності у світ суб'єктивних можливостей; здатність сприйняти та інтерпретувати запити реальності та відповідність ним своїх внутрішніх якостей.

Таким чином, психологічний ресурс особистості – не стільки статичний «набір» якостей або навичок, а динамічна система, яка утворюється, або актуалізується, у відповідь на уявлення людиною цілісної ситуації та власних можливостей.

Зазначений підхід пропонує і Р. М. Кумишева, вказуючи на здатність ресурсів формуватися у процесі діяльності. Вона пропонує розглядати внутрішні ресурси як рухому частину внутрішнього світу та інструмент для взаємодії із зовнішнім світом, потенціал досвіду і джерело нових знань і вмінь, що здобуваються в умовах діяльності [14].

С. А. Ларіонова та А. М. Богомолів також отримуються думки, що будь-яка властивість особистості може виступати як ресурс тільки в контексті адаптаційного процесу, коли вона включена у процеси встановлення відповідності між потребами індивіда та вимогами середовища. У даному сенсі будь-які індивідуально-психологічні характеристики особистості можуть виступати як ресурсні відповідно до умов ситуації [15].

Таким чином, ряд авторів наголошують на динамічності природи психологічного ресурсу особистості, описуючи його як процес, наголошуючи на його потенційному характері або здатності формуватися відповідно до вимог ситуації.

Висновки. Теоретичний аналіз проблеми дозволив виявити наявність різних підходів стосовно уявлень про сутність, структуру та функції психологічного ресурсу особистості. Встановлено, що сутність психологічного ресурсу характеризується складною структурою та є глибоко інтегрована із процесами діяльності та сприйняття особистості. Виявлено, що природа ресурсу може розглядатися як динамічна система, яка формується, або актуалізується, у відповідь на уявлення людиною цілісної ситуації та власних можливостей та обумовлює ефективність діяльності або адаптаційного процесу. Разом з тим, наявні психологічні ресурси особистості також здійснюють вплив на сприйняття себе та ситуації. Перспективним напрямком досліджень можна вважати вивчення динамічних характеристик ресурсу та їх зв'язок із особливостями відображення людиною вимог середовища.

Список використаних джерел:

1. Казібекова В. Ф. (2017). Психологічні ресурси особистості: філософсько-психологічний

- зміст. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологія. 2 (1). 120-127.
2. Фромм Е. (2017). Мистецтво любові; пер. з англ. В. Кучменко. Харків : КСД.
 3. Роджерс К.Р. (1998). Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва: Прогресс.
 4. Франкл В. (2010). Людина в пошуках справжнього сенсу. КСД.
 5. Hobfoll S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Rev. Gen. Psychol.* 6. 307–324.
 6. Pellerin N. & Raufaste E. (2020). Psychological Resources Protect Well-Being During the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Study During the French Lockdown. *Front. Psychol.* 11. 2-12.
 7. Luthans F. & Youssef-Morgan, Carolyn M. (2017). "Psychological Capital: An Evidence-Based Positive Approach". Management Department Faculty Publications.
 8. Viktorenko S. O. (2020) Model of psychological resources of mnemonic function of students. *Питання психології. Вісник Національного університету оборони України.* 5 (58). 32-40.
 9. Hobfoll S.E. (2001). The influence of culture, community, and the nest-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review.* 50. 337–421.
 10. Даценко О.А. (2020). Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Загальна психологія. Історія психології. 31 (70). 4. 22-27.
 11. Куликов Л.В. (2004). Психогигиена личности. Санкт-Петербург : Питер.
 12. Дикая Л.Г. (1996). Отношение человека к неблагоприятным событиям и факторы его формирования. *Психологический журнал.* Москва. 3. 137–146.
 13. Калашникова С.А. (2011). Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности. *Молодой учёный.* 2(8). 84–87.
 14. Кумышева Р.М. (2009). Внутренние ресурсы человека в его взаимодействии с внешним миром. *Личность и группа в условиях социальных изменений: материалы научной конференции Института психологии РАН.* 37–45.
 15. Ларионова С.А. (2002). Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика : монография. Белгород.