

СЕКЦІЯ X. ПСИХОЛОГІЧНІ ТА СОЦІОЛОГІЧНІ НАУКИ

АНАЛІЗ СУЧАСНИХ КОНЦЕПЦІЙ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ

Проданова Олена Миколаївна

викладач кафедри загальної та практичної психології¹, аспірант I року
навчання спеціальності 053 Психологія²

¹*Ізмаїльський державний гуманітарний університет*

²*Південноукраїнський національний педагогічний університет
ім. К.Д. Ушинського, Україна*

Науковий інтерес до феномену психологічних «ресурсів» людини визначається їх важливою роллю в забезпеченні життєдіяльності людини у важких, іноді екстремальних життєвих умовах, включаючи важкі ситуації професійної діяльності суб'єктів протягом всіх етапів життєвого шляху.

Тема ресурсів людини охоплює широкий спектр актуальних проблем ресурсного забезпечення людини як суб'єкта, серед них:

- потенціали і ресурси адаптації до складних умов і обставин життя і праці;
 - ресурси життєстійкості і динаміка їх зміни в процесі життя і професіоналізації;
 - ресурси професійного становлення і ефективності суб'єктів праці;
 - ресурси подолання професійних і особистісних криз;
 - ресурси протидії професійно-особистісних деформацій і збереження професійного здоров'я;
 - динаміка та «вага» ресурсів на різних етапах професіоналізації;
 - обумовленість ресурсів людини зовнішніми і внутрішніми детермінантами
- активністю людини як суб'єкта;
- технології збереження ресурсів професійного здоров'я.

Мета дослідження: теоретико-методологічний аналіз феномену психологічних «ресурсів» людини.

Для сучасних психологічних досліджень з позицій ресурсного підходу до можливостей людини (ресурсів, резервів, потенцій, внутрішніх сил людини — поняття Б. Р. Ананьева) продуктивними є такі ідеї Б. Р. Ананьева:

- виділення різних класів потенціалів людського розвитку, що позначаються поняттями «обдарованість», «здібності», «працездатність», «життєздатність»;
- уявлення про подвійну залежність прояву резервів і ресурсів особистості: від життєвих умов зовнішнього світу і від структури особистості самої людини;
- припущення про можливість побудови в майбутньому деякої загальної моделі резервів і ресурсів особистості;
- підкреслення особливої важливості комплексного дослідження різних потенціалів і тенденцій суб'єктів діяльності [1].

Поняття ресурсів має різні трактування. Навіть з внутрішньодисциплінарної психологічної точки зору поняття ресурсу не має однозначного визначення. Серед наукових шкіл та вчених існують різні трактування та класифікації

«ресурсів», а також різні концепції розвитку, актуалізації та виснаження ресурсів. У вітчизняній психології поняття «ресурс» використовується деякими авторами як синонім поняття «потенціал», а в зарубіжній дослідницької традиції ресурс розуміється як фактор захисту.

В теоріях подолання стресу «ресурс» часто розглядається як функціональний (психологічний, фізіологічний, професійний і ін.) потенціал, що забезпечує стійкий рівень реалізації активності людини і досягнення нею заданих параметрів протягом певного відрізка часу [2]. Незважаючи на часте використання терміна «ресурси» та визнання важливості ресурсного забезпечення життєдіяльності, поняття ресурсу як психологічної категорії розроблено недостатньо. Це пов'язано з тим, що людина як складна система володіє різними рівнями організації, кожному з яких притаманні певні ресурси.

У загальному вигляді в психології стресу і його подоланні під ресурсами розуміються фізичні і духовні можливості людини, мобілізація яких забезпечує виконання програм і способів (стратегій) поведінки, спрямованих на запобігання або купірування стресу. У широкому трактуванні психологічні ресурси включені в поняття особистісного та людського потенціалів, а також в опис стратегій життя.

У більш вузькому трактуванні ресурси розглядаються як можливості і засоби керованої поведінки, подолання стресів, як елементи самоорганізації, саморегуляції діяльності та поведінки [3].

Теоретичний аналіз сучасних уявлень про динаміку розвитку стресових синдромів вказує на можливості протидії їм в контексті концепції про багатогранність і багаторівневість організації ресурсів людини. З позиції ресурсної концепції стресостійкість забезпечується завдяки активізації ресурсів людини, що відносяться до різних рівнів її психічної регуляції (В. А. Бодров, Л. Г. Дика, В. І. Моросанова, Е. П. Ільїн і ін.).

«Ресурси» як психологічна категорія розглядаються в різних аспектах:

- як стратегії життя (К. А. Абульханова, Л. І. Анциферова, А. А. Кронік);
- як можливості і засоби подолання стресу - ресурси керування (В. А. Бодров, Т. Л. Крюкова, Р. Лазарус, С. Хобфолл, Е. А. Петрова, С. А. Хазова);
- як механізми саморегуляції та регуляції діяльності та поведінки (Т. Л. Крюкова, А. Н. Дьомін, Е. Ю. Кожевникова, Л. Г. Дика, С. А. Шапкін, Е. А. Сер-Гиенко, В. І. Моросанова, В. А. Толочек і ін.);
- як механізми психічної регуляції діяльності і поведінки (В. А. Бодров, Л. Г. Дика, Л. І. Дементій, А. Н. Дьомін, Е. Ю. Кожевникова, Т. В. Корнілова, Е. А. Сергієнко);
- як особлива організація психічних властивостей і як структура їх зв'язків (В. Н. Дружинін, Д. А. Леонт'єв, М. А. Холодна);
- як ресурсні стани (А. О. Прохоров, В. В. Козлов).

Деякі автори визначають ресурси як головні чинники стресостійкості, опору суб'єкта стресу [4]. Під ресурсами стресостійкості розуміються внутрішні та зовнішні змінні, які сприяють збереженню продуктивності діяльності, психофізичного здоров'я та соціальної адаптації в стресогенних ситуаціях. Це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні, ціннісно-сміслові та поведінкові

«інструменти» психологічної регуляції, які людина актуалізує для адаптації до стресогенних факторів і стресових епізодів життя [5].

До власних, індивідуальних психічних ресурсів людини вчені відносять як окремі властивості особистості, цінності, цілі, стратегії поведінки, так і психологічні механізми саморегуляції, складні динамічні зв'язки у системі «людина — світ».

З урахуванням різноманіття понять і розглянутих аспектів ресурсів представляється важливим визначити ключові критерії категорії «ресурси». У цьому питанні також немає єдності думок. З позицій суб'єктної парадигми ресурси можуть бути визначені за ефектом прояву активності суб'єкта діяльності.

Д. А. Леонтьєв розуміє під психологічними ресурсами ті індивідуальні особливості, в залежності від яких завдання мобілізації та адаптації до стресової ситуації, її подолання вирішуються легше або, навпаки, важче [6]. При цьому автор виходить з ідеї про біполярність ресурсів, відповідно до якої деякі ресурси можуть блокувати подолання. В. А. Толочек також пов'язує ресурси з позитивними ефектами психологічної регуляції і дає наступне визначення: «Ресурси — це психічні властивості, які стійко зв'язуються в ментальному досвіді суб'єкта з позитивним ефектом, наявністю відчутної переваги і можуть бути використані для підвищення ефективності життєдіяльності» [7].

На основі теоретичного аналізу виділено наступні ключові методологічні основи суб'єктно-ресурсного підходу до розуміння взаємовпливу та взаємозв'язку ресурсів та активності людини як суб'єкта життєдіяльності, в тому числі і трудової діяльності:

— суб'єкт і ресурси — це єдина система прояви активності людини в процесі реалізації різних видів діяльності, у тому числі і предметної (трудової);

— ресурси — це суб'єктні якості, що забезпечують досягнення мети діяльності і психологічного благополуччя людини (задоволеності працею, самореалізації, збереження професійного здоров'я);

— актуалізовані ресурси змінюють якість життя людини у світі об'єктному (матеріальному) і світі суб'єктному (суб'єктивній картині світу, світі переживань, цінностей, життєвої позиції), у соціальному, духовному, культурному просторах;

— основними функціями суб'єктних ресурсів є реалізація цілей, потенційних можливостей, домагань особистості у відповідності з об'єктивними умовами і вимогами діяльності і середовища.

Психологічні ресурси суб'єкта діяльності - це конструкти психологічної регуляції різних рівнів організації людини. Розвиток ресурсів має складну детермінацію: він залежить від зовнішніх (екстрасуб'єктних) і внутрішніх (інтра- та інтерсуб'єктних) факторів; психологічні ресурси динамічні (маються періоди їх розвитку, стагнації, інволюції, складні закономірності втрат і придбань); в залежності від суб'єктної активності ресурси залучаються, співналаштовуються і розвиваються відповідно до вимог професійної діяльності і ситуаційних умов, а також в залежності від життєвої позиції і установок.

Відмінності в розумінні феномену «ресурс» породжують безліч підходів до класифікації ресурсів людини як активного суб'єкту життя. Відповідно до суб'єктно-діяльнісної парадигми ресурси класифікуються за кількома ознаками:

- по регуляції життєдіяльності людини: на фізичні, психічні, особистісні, соціальні, духовні, екзистенційні, матеріальні;
- за цільовою функцією: на ресурси адаптації (вітальності, виживання), ресурси зміни і розвитку, ресурси стійкості (керування) - збереження активності людини для реалізації бажаних параметрів життєдіяльності протягом певного відрізка часу (В. А. Бодров, Л. Г. Дика, Т. Л. Крюкова, Є. П. Ільїн, А. Г. Маклаков та ін.);
- за рівнем психічної організації: на ресурси індивіда, суб'єкта, особистості та індивідуальності (Б. Г. Ананьєв);
- за походженням: на природні (природжені), придбані, відновлені, штучно створені;
- за змістом: на енергетичні, часові, інформаційні, просторово-середовищні (В. А. Ганзен);
- по просторово-тимчасовому модусу: на суб'єктні, ситуативні і над-ситуативні ресурси (В. А. Петровський);
- по відношенню до суб'єкта: на інтрасуб'єктні - притаманні окремим суб'єктам якості; інтерсуб'єктні - системні якості, що виникають при взаємодії і виконанні спільної групової діяльності; екстрасуб'єктні - якості двох видів, що виникають в процесі «живої» взаємодії (процесуальні) і транслюються засобами культури (В. А. Толочек).

Зарубіжні автори найбільш часто виділяють чотири класи ресурсів: фізіологічні (здоров'я, відсутність фізичних недоліків, фізична витривалість та ін.); психологічні риси (самооцінка, впевненість, почуття контролю, здатність до саморозкриття та ін.); когнітивні властивості (здатність до навчання, переконання, здатність до структурування інформації та ін.); соціальна підтримка та фінансове благополуччя, фінансова свобода.

С. Хобфолл [8] класифікує ресурси людини за кількома підставами:

- по відношенню до індивіда: на ресурси «Я» - концепції (внутрішні, зовнішні);
- по локалізації джерела і ставлення до інших ресурсів: на об'єктні, особистісні, ресурси станів або умов, матеріально-енергетичні ресурси;
- за значенням для виживання: на первинні, вторинні, третинні.

Згідно з концепцією збереження ресурсів Хобфолл, люди прагнуть зберігати, захищати, заповнювати і резервувати особисті ресурси. Відчуття психологічної загрози, стресових синдромів пов'язано перш за все з відчуттям втрати ресурсів або складнощами їх відновлення. Тому важливими є розкриття закономірностей втрати і відновлення ресурсів, теоретичні та емпіричні дослідження ресурсного забезпечення людини на різних етапах її життєвого шляху і в різних сферах її життєдіяльності, в тому числі вивчення закономірностей ресурсного забезпечення суб'єктів праці.

Єдність поглядів вітчизняних і зарубіжних вчених полягає в тому, що визнається різномірність і множинність ресурсів людини як суб'єкта життя.

Високі вимоги, необхідність постійних зусиль можуть вичерпати ресурси людини та призвести до енергетичного виснаження і проблем зі здоров'ям.

Психологічні ресурси людини, завдяки їх внутрішньому та зовнішньому мотиваційним потенціалам, спонукають людину відповідати своїм цілям. Отже, ресурси є ґрунтовним фундаментом у подоланні кризових ситуацій. Опора на свої ресурси, на свої сильні сторони сприятиме ефективному подоланню кризи та виходу з неї з найменшими втратами.

Не дивлячись на таку різноманітність, наведена класифікація ресурсів не є вичерпною. Для того, щоб збагатити опис використовуваних людиною психологічних ресурсів, необхідно подальше теоретичне та емпіричне вивчення даної проблеми.

Список використаних джерел:

1. Ананьев, Б. Г. (2009). *Человек как предмет познания*. Санкт-Петербург: Изд-во ЛГУ.
2. Бодров, В. А. (2006). Проблема преодоления стресса (Ч. 2: Процессы и ресурсы преодоления стресса). *Психологический журнал*, (2), 113–123.
3. Дикая, Л. Г. (2011). Самоактуализация как ведущая детерминанта субъектной саморегуляции эмоционального выгорания педагога. *Стресс, выгорание, совладание в современном контексте*. Москва: Изд-во ИП РАН.
4. Куликов, Л. В. (1995). Стресс и стрессоустойчивость личности. *Теоретические и прикладные вопросы психологи*, (1), 123–132.
5. Куликов, Л. В. (1995). Личностный фактор в преодолении стресса. *Актуальные проблемы психологической теории и практики (экспериментальная и прикладная психология)*, (14), 92–99.
6. Леонтьев, Д. А. (2011). *Введение: личностный потенциал как объект изучения*. Москва: Смысл.
7. Толочек, В. А. (2009). Профессиональная успешность: от способностей к ресурсам (дополняющие парадигмы). *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, (3), 27–61.
8. Hobfoll, S. E. (1999). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, (3), 513–524.

СІМ'Я ЯК ОБ'ЄКТ СОЦІАЛЬНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Гладенька Наталія Юрївна

студентка магістратури юридичного факультету

Тернопільський національний економічний університет, Україна

У сучасному українському соціумі глибинні трансформації торкнулись усіх галузей суспільного життя. Зокрема, суспільні зміни позначились на життєдіяльності сучасної української родини. Сім'я являє собою складне соціокультурне явище дійсності, звісно, котре фокусує в собі практично усі аспекти життєактивності суспільства і виходить на різні рівні соціальної практики – від індивідуальної до суспільно-історичної та від матеріальної до духовної. Сім'я постає важливим носієм культури та її складових: цінностей, аксіологічних орієнтацій, традицій, соціальних норм, правил поведінки тощо. Тому в соціально-філософському аспекті сучасну родину неможливо розглядати поза межами суспільного простору українського сьогодення.

Метою даного дослідження є довести важливість сім'ї як об'єкт соціального забезпечення. Сім'я є предметом вивчення соціальної філософії, соціології,