

УДК 159.923

1. Загальна психологія; психологія особистості

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

Казібекова В.Ф., канд. психол. наук, доцент кафедри практичної психології
Херсонський державний університет

У статті проаналізовано наукові підходи до вивчення психологічних ресурсів особистості в умовах сучасних суспільних трансформацій. Висвітлено зміст поняття психологічних ресурсів, а також їх види і механізми.

Ключові слова: трансформація, суспільна трансформація, глобалізація, модернізація, психологічні ресурси особистості, види психологічних ресурсів.

В статье проанализированы научные подходы к изучению психологических ресурсов личности в условиях современных общественных трансформаций. Освещено содержание понятия психологических ресурсов, а также их видов и механизмов.

Ключевые слова: трансформация, общественная трансформация, глобализация, модернизация, психологические ресурсы личности, виды психологических ресурсов.

Kazibekova V.F. PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF PERSONALITY IN CONDITIONS OF MODERN SOCIAL TRANSFORMATIONS.

The scientific approaches for the study of psychological resources of the individual in the conditions of modern social transformations are analysed in the article. The contents of the concept of psychological resources, as well as their types and mechanisms, are lighted.

Key words: transformation, social transformation, globalization, modernization, psychological resources of personality, types of psychological resources.

Постановка проблеми. Сучасні суспільні процеси в Україні частіше описуються за допомогою термінів «трансформація», «модернізація» і «глобалізація».

Трансформація (з лат. *transformatio*) – перетворення, метаморфоза; зміна, перетворення виду, форми, істотних властивостей і т. ін. чого-небудь [17, с. 405].

Модернізація – переважною більшістю теоретиків розглядається як соціальний та цивілізаційний процес спрямованої трансформації суспільств [17, с. 239].

Глобалізація – процес всесвітньої економічної, політичної та культурної інтеграції та уніфікації. В результаті глобалізації світ стає більш зв'язаним і залежним від усіх його суб'єктів [17, с. 83].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Під трансформацією розуміють «істотну структурну переробку систем, яка ... перетворює шляхом зміни зв'язків, відносин, опосередкувань... організацію і функції вихідного формоутворення. Трансформація є типовим перехідним процесом... соціальної еволюції» [23]. На думку С.Б. Кримського, цей процес передбачає прагнення поєднати старі й нові форми [7]. Трансформації можуть бути поступальними і зворотними, системними і безсистемними. Поняття ж «керованої трансформації», яке означає реформування постсоціалістичного суспільства в напрямі західноєвропейської парадигми розвитку, дуже близьке до розуміння модернізації [23].

Але, на думку М. Михальченко, різниця між поняттям «модернізація» і поняттями «розвиток», «трансформація», «зміна» полягає в тому, що вони є більш нейтральними стосовно динаміки суспільного процесу. Трансформація, зміна, розвиток можуть бути орієновані на зміну реалій куди завгодно: уперед, назад, убік, по колу і т. ін. [12]. На цій підставі робиться висновок, що

модернізація – це складова більш широкого процесу цілеспрямованої трансформації.

Для успішного життя, розвитку і самореалізації в умовах швидкоплинних сучасних суспільних трансформацій, якими насичене наше сьогодення, особистість має вчасно і ефективно адаптуватися до будь-яких змін. Це вимагає від неї певних ресурсів.

Мета статті – розглянути психологічні ресурси особистості в умовах сучасних суспільних трансформацій.

Виклад основного матеріалу. У сфері політики суспільно-трансформаційні процеси відображають модернізаційну політичну стратегію суспільства – рух до демократії. Незважаючи на багатоаспектність процесів демократичних трансформацій, їх слід розглядати як ланки єдиного глобального процесу демократизації, оскільки вони об'єднуються як спробами переходу від недемократичних форм правління до демократичних, так і деякими загальними факторами. Демократичні перетворення є процесом руху до відкритого суспільства з властивими йому плюралізмом у політиці, економіці, культурі, розвиненими структурами громадянського суспільства і правової держави [23].

Водночас певна смислова «невизначеність» поняття «трансформація» знижує наукову точність. Цей методологічно важливий момент не завжди враховується при аналізі специфіки соціальних змін, що відбуваються в Україні. Концентровану суть таких теоретичних міркувань М. Михальченко викладає у наступних тезах: «По-перше, сучасне суспільствознавство не має специфічної наукової парадигми, яка б дозволила створити хоча б відкриту (не завершену) теорію трансформації суспільств. Більшість учених, що працюють у названій сфері, обмежуються загальновідомими істинами – всі суспільства трансформуються, напрямки трансформації можуть змінюватись досить різко, є революційні й еволюційні трансформації, поступальні та зворотні, системні та безсистемні тощо. По - друге, те, що видається за теорію трансформації постсоціалістичних країн на Заході, – це скоріше гіпотеза про трансформацію

постсоціалістичних держав до переважно ринкової організації економіки і демократичних політичних інститутів західного типу. По-третє, внаслідок руйнування частини державних систем культурного і соціального забезпечення повинні бути створені нові, засновані на муніципальному і приватному інтересі, але регульовані і підтримувані державою: охорона здоров'я, освіта, пенсійна система, система гарантій з безробіття. По - четверте, всі перелічені вище процеси повинні відбуватися одночасно. Основою такої тези є усталене в соціології уявлення про системний характер суспільства і про те, що зміна в якійсь одній ланці, сегменті суспільства викликає системно орієнтовані зміни в інших сегментах» [12].

Як зазначає Ю. Шайгородський, поняття «трансформація» як теоретичний інструмент аналізу сучасних соціальних змін має і важливий евристичний потенціал. Оскільки це поняття є нейтральним стосовно оцінки динаміки суспільного процесу, то воно дає змогу аналізувати не тільки прогресивні його тенденції, але й увесь спектр тенденцій соціальних змін, які можуть бути зворотними і незворотними, прогресивними і регресивними, революційними й еволюційними, цілеспрямованими і стихійними, системними і частковими тощо. Поняття «трансформація», акцентуючи увагу на саморегульованому і самокоректованому характері соціальних змін, орієнтує також на аналіз широкого спектра детермінаційних чинників таких змін – об'єктивних і суб'єктивних, базисних і ситуаційних, внутрішніх і зовнішніх, керованих і некерованих, тих, що стосуються цілепокладання, і тих, що стосуються засобів досягнення певних цілей тощо. Поняття «трансформація» доцільно застосовувати й тоді, коли характер та спрямування процесу соціальних змін ще не набувають достатньої визначеності, коли суспільство перебуває у стані переходу від одного суспільно-політичного устрою до іншого [23].

Сучасні соціально-політичні теорії зосереджені переважно на суспільних трансформаціях, що відбуваються в пострадянських (постсоціалістичних) країнах. Україна належить саме до таких країн.

Коли говорять про перспективи розвитку України, основну увагу зазвичай приділяють усього лише декільком питанням, передусім, економічному і демографічному розвитку. Але все ж таки необхідно більше уваги приділяти якісному стану сучасної української нації.

Найважливішим питанням є збереження ідентичності української цивілізації, усього етнічного і культурного різноманіття, характерного для її сьогодення. Процес будівництва української нації відбувається дуже суперечливо. По-перше, попри колосальні соціальні розриви, концентрованість сучасних українців на локальних проблемах, відбувається очевидний процес ціннісної уніфікації. Дуже характерно, що він йде усупереч соціальним розривам, що поглиблюються. Аналіз системних цінностей сучасних українців свідчить, що практично в усіх групах на перше місце виходять такі цінності, як порядок в якості магістрального соціального запиту, з одного боку, і соціальна справедливість – з іншого [19].

Водночас надцінності носять глибоко особистий, іноді – сімейний характер. Тобто надцінностями сучасного українця залишаються такі архетипічні, як: «мій будинок – моя фортеця», «моя хата з краю – я нічого не знаю», члени сім'ї і найближче соціальне докільця. Усе інше важливе лише на словах, але, по суті, реальної мотивуючої цінності не мають.

Вчені вважають, що сучасні українці дуже бідні на «надідеї». Дослідження базових цінностей, які здатні мобілізувати суспільство, показало, що у сучасних українців недостатньо задіяна ця «підкірка колективного несвідомого» (Карл Юнг). Вони дуже прагматичні, орієнтовані в першу чергу на суто практичні форми життєвого успіху.

Українське суспільство повинно мати систему ціннісних орієнтацій, духовним і моральним ядром якої є українська національна ідея. Сутність української національної ідеї збігається із змістом національної мети: побудова незалежної, демократичної, правової, соціально справедливої і економічно ефективної держави. Єдиним гарантом забезпечення досягнення цієї мети є свідомі громадяни України, зусилля яких мають бути інтегровані з

національною ідеєю як об'єктивно необхідним в економічній структурі прогресотворчим чинником [4].

Національна ідея згуртовує народ в одне ціле на базі соціально-політичних, морально-етичних та психологічних основ його менталітету та буття. Це прагнення до ідеального самовлаштування нації в усіх сферах життя на основі національної свідомості, ціннісних настанов нації, це духовний стан народу. Вищим проявом національної ідеї є розуміння політичної мети – державотворення, культурного, економічного, духовного розвитку [21].

Соціальна трансформація – процес структурних змін суспільного стану. Поняття «трансформація» походить від пізньолатинського «transformation» і означає «перетворення», тому в контексті суспільства представляє одну з найбільш значущих форм його змін, впродовж якої відбувається зміна самої соціальної системи [19].

Поняття соціальної трансформації слід відрізнити (за П. Штомпкою) від інших соціальних процесів: морфогенезису (виникнення абсолютно нових соціальних умов, станів суспільства, соціальних структур); трансмутації (модифікації, реформації чи перегляду існуючих соціальних установок); репродукції (компенсаторних, адаптивних, підтримуючих процесів, що дозволяють пристосуватись до навколишніх умов, зберігаючи існування суспільства в незмінній формі). Трансформація означає базові якісні зміни, коли в основі соціальної реальності відбуваються зрушення, відлуння котрих відчувається в усіх сферах соціального буття [25].

Для вітчизняної соціальної думки поняття «трансформація» набуло особливого значення в кінці ХХ ст. у зв'язку зі зміною соціального вектору розвитку країн усього пострадянського простору [8]. Це поняття є найбільш адекватним для реалій України, на відміну, наприклад, від «модернізації», яка набуває іншого векторного навантаження (В.О. Ядов).

Провідні російські вчені трактують трансформацію так: 1) радикальна й відносно швидка зміна соціальної природи суспільства (Т.І. Заславська); 2) перетворення суспільства, яке відрізняється національно-культурною

своєрідністю (В.О. Ядов); 3) швидка, зовнішня, поверхнева зміна соціальності шляхом включення в неї чужинних елементів, що супроводжується наростанням негативних явищ (Н.І. Іконнікова); 4) комплексне, переважно еволюційне перетворення суспільства як соціокультурної системи – соціокультурна трансформація (Н.І. Лапін) та ін.

Автори відзначають, що трансформації пострадянського простору, зокрема, України, також зумовлені й екзогенними чинниками. Головна відмінність українських трансформацій від західних в тому, що тут вони не стабільні, близькі до стану «динамічного хаосу» (за І. Пригожиним) [14].

Трансформаційні процеси змінили колишню структуру суспільства. Докорінно змінилися принципи соціальної стратифікації суспільства, воно структурується на новому для України ґрунті. Надзвичайно важливі й дослідження взаємодії різних соціальних прошарків і груп, становлення соціально-групових інтересів, статусів, ідентичностей.

Соціальна зміна (трансформація) – це перехід соціальних систем, спільнот, інститутів і організацій з одного стану в інший. Виділяються різні типи механізмів соціальних трансформацій: еволюційний та революційний, прогресивний і регресивний, імітаційний і інноваційний та ін. Поняття «соціальна трансформація» конкретизується поняттям «розвиток». Розвиток – це незворотна, спрямована зміна соціальних об'єктів. Розвиток передбачає перехід від простого до складного, від нижчого до вищого і т. ін. [11].

Перехід від одної до іншої суспільно-політичної формації відбувається на ґрунті соціальної революції. Соціальному революціонізму протистоять теорії соціального еволюціонізму. Найбільш яскраво й повно соціальний еволюціонізм висвітлений у системі англійського соціолога Г. Спенсера. На його думку, соціальна еволюція є частиною загальної універсальної еволюції. Вона передбачає ускладнення форм суспільного життя, їх диференціацію й інтеграцію на новому рівні організації [18].

У руслі соціального еволюціонізму на основі протиставлення традиційного і сучасного суспільства в середині ХХ ст. сформувалась теорія

індустріального суспільства (Р. Арон, У. Ростоу). У 1970-ті роки дана теорія набуває свого розвитку в теорії «постіндустріального суспільства» (Д. Белл, З. Бжезинський, Е. Тоффлер, А. Турен, Ж. Фурастьє) [2; 3; 20]. Обидві ці теорії знаходяться в межах соціального еволюціонізму, оскільки передбачають проходження суспільством певних стадій на основі технічних і технологічних нововведень у поєднанні з різноманітними психологічними мотивами людської діяльності.

Отже, про які б трансформаційні суспільні зміни, процеси модернізації чи пріоритети структуризації економіки зараз не йшлося, їх розгляд повинен проводитися передусім в площині соціо-гуманістичної політики стосовно захисту людини та її нації, особливо щодо ексклюзивного і цивілізаційного розвитку кожної людини, кожного народу та вільної його інтеграції в світовий простір. Національне і загальнолюдське мають іти поруч.

Наявність певних ресурсів, потенціалів, можливостей розширює поле діяльності особистості, роблячи більш досяжними значущі цілі в житті. Особистісні ресурси суб'єктивно підвищують цінність людини в очах соціуму і в її власній думці про саму себе, роблять її сильнішою, більш стресостійкою, значущішою і продуктивнішою. Коли ми виносимо судження про іншу людину, ми враховуємо не лише її актуальну ситуацію, але і потенційні можливості і ресурси, оскільки резерви і ресурси – психологічний капітал кожної особистості.

Можна говорити про *індивідуально-психологічні ресурси*, до яких належать характеристики і властивості особистості, і про ресурси соціально-психологічні, під якими зазвичай розуміються переваги, що їх надають гроші, соціальна підтримка (соціальні взаємозв'язки і взаємостосунки), соціальні навички і влада [9].

Дуже велике значення, на думку М. Аргайла, мають *соціальні навички*: зокрема, екстраверти, що мають розвиненіші соціальні навички, почуваються щасливішими завдяки упевненості в собі (М. Аргайл, 2003). Було встановлено також, що щастя пов'язане з готовністю до співпраці, лідерськими якостями і

гетеросексуальними навичками [1]. Вони дозволяють вступати у більш прийнятні стосунки з іншими людьми, тоді як індивіди, котрі зазнають в спілкуванні ускладнень або нестачу соціальних навичок, часто живуть в соціальній ізоляції і самотності. *Фізична привабливість* як ресурс може бути також значущою, особливо для молодих жінок, оскільки вона сприяє популярності у протилежної статі, у працедавців, може сприяти кар'єрному зростанню.

Психологічні якості людини теж часто розглядаються як ресурси, що дозволяють ефективніше діяти і досягати успіху, долати стреси і справлятися з життєвими труднощами. Так, серед пізнавальних (когнітивних) ресурсів найчастіше розглядається *інтелект* як загальна адаптивна здатність людини.

Психологічні ресурси традиційно розглядаються у зв'язку з дослідженням конструктивного начала особистості, що здійснюється у межах гуманістичного напрямку в психології. Найбільш важливий в цьому сенсі напрям досліджень полягає у вивченні того, як люди ладнають з важкими життєвими подіями, за допомогою яких якостей і властивостей вони долають стрес. В зв'язку з цим окреслюється психологічна проблематика владнання (копінг-поведінка), розкриваються особистісні характеристики, які або сприяють, або перешкоджають індивідові опанувати екстремальні життєві ситуації.

Важливу роль в зв'язку з цим має цілісне дослідження особистості. Як відзначає Л.І. Анциферова (1994), особистість зі своїм особливим життєвим світом, в якому міститься її індивідуальна історія, виступає як медіатор подій, що піддає їх психічній переробці, перш ніж обрати відповідний тип стратегії владнання з ними. Крім того, важливо також враховувати рівень «біографічного стресу» у особистості: лише в цьому випадку можна визначити, чи є обрана техніка типовою для особистості відповіддю на важку життєву проблему, або ж вона виступає як ситуаційно-специфічна.

До недавнього часу активність людини з подолання життєвих труднощів вивчалася у межах когнітивно-поведінкової парадигми, представники якої з позицій зовнішнього спостерігача аналізували те, як людина сприймає і оцінює

свої труднощі, як пов'язаний рівень самооцінки з прийомами владнання, якими способами можна посилити мотивацію індивіда в особливо скрутних умовах і т. ін. Зараз психологи починають розглядати складні ситуації і дії в них індивіда з позицій його власного внутрішнього світу. В зв'язку з цим акцентується увага на тій суб'єктивній реальності, яку кожна людина формує у своєму життєвому просторі з опорою на власну систему значущих цінностей, що виступають своєрідною системою координат, по відношенню до яких і інтерпретуються зовнішні події [16].

Коли людина намагається впоратися з тими або іншими життєвими труднощами, її активність може бути спрямована як на зовнішні обставини, що підлягають зміні, так і на саму себе. Вмикаються механізми психічної саморегуляції і механізми психічної адаптації: механізми психологічного захисту і копінг-механізми. Те, який саме шлях подолання життєвих труднощів вибере та або інша особистість, визначається, зокрема, її резервами і ресурсами. Люди, що віддають перевагу конструктивно перетворюючим стратегіям, виявляються особистостями з оптимістичним світоглядом, стійкою позитивною самооцінкою, реалістичним підходом до життя і сильно вираженою мотивацією досягнення. Люди ж, що йдуть від важких ситуацій, звертаються до механізмів психологічного захисту, сприймають світ як джерело небезпек, у них невисока самооцінка, а світогляд забарвлений песимізмом.

Вірогідність розвитку психічного стресу за умов підвищення фрустраційної напруженості залежить від особливостей особистості, що має специфічний набір психологічних рис. Подібні риси позначалися різними авторами то як «почуття когерентності», що підвищує ресурси протистояння стресогенним ситуаціям, то як «особистісна витривалість», що розуміється як потенційна здатність до активного подолання труднощів. Особистісні ресурси визначаються здатністю до побудови інтегрованої поведінки. Чим вища здатність до інтеграції поведінки, тим успішніше подолання стресогенних ситуацій. Використовуються і інші теоретичні підходи. Це і психологічне наповнення введеного Л.М. Гумільовим поняття пасіонарності представниками

Санкт-петербурзької психологічної школи, і поняття про особистісний адаптаційний потенціал, що визначає стійкість людини до екстремальних чинників (А.Г. Маклаков), і поняття про особистісний потенціал (Д.О. Леонтьєв).

Отже, у центрі уваги дослідників сьогодні не лише життєві труднощі, стреси, кризи і конфлікти, але також і ті психологічні резерви і ресурси особистості, які допомагають людині їх успішно долати.

На думку І. Рибкіна, слід виокремлювати такі особистісні ресурси: висока самооцінка, емоційна врівноваженість, впевненість та лідерство, автономність та інтернальність, відповідальність, цілеспрямованість, адаптивність та психологічна гнучкість [15, с.55]. Найчастіше особистісними ресурсами називають певні яскраві риси людини або ті властивості, які людина відносить до власних сильних сторін.

Е. Фромм виділяв три психологічні категорії, що позначають, як ресурси людини в подоланні важких життєвих ситуацій: – *надія* – те, що забезпечує готовність до зустрічі з майбутнім, саморозвиток і бачення його перспектив, що сприяє життю і зростанню; – *раціональна віра* – усвідомлення існування безлічі можливостей і необхідності вчасно ці можливості виявити і використати; – *душевна сила (мужність)* – здатність чинити опір спробам наразити на небезпеку надію і віру і зруйнувати їх, перетворивши на голий оптимізм або ірраціональну віру, здатність сказати «ні» тоді, коли весь світ хоче почути «так» [22].

У літературі розрізняють специфічні, вузько спрямовані ресурси, що мають значення лише для певного класу стресових ситуацій, і універсальні *метаресурси*, володіння якими забезпечує успішне подолання найрізноманітніших стресових ситуацій. Д.О. Леонтьєв виділяє три глобальні класи метаресурсів: *фізіологічні ресурси* (наприклад, загальний стан здоров'я або тип нервової системи, від якого залежить фізіологічна «ціна» адаптації до стресу), *психологічні ресурси* (особливості особистості, характеру, здібностей, психічних процесів) і *соціальні ресурси*, що виявляються у взаємодії з іншими

людьми (зокрема, соціальна підтримка) [10]. Деталізуючи психологічну модель подолання стресових ситуацій, автор виділив такі різновиди психологічних ресурсів:

– Психологічні ресурси стійкості. До них належать насамперед ціннісно-смыслові ресурси, стійка самооцінка та внутрішнє право на активність і прийняття рішень, задоволеність життям, осмисленість життя, почуття об'єднаності і суб'єктивна вітальність як диспозиція, а також базові переконання.

– Мотиваційні ресурси, що відображають енергетичне забезпечення дій індивіда щодо подолання стресової ситуації.

– Інструментальні ресурси, які містять вивчені (набуті) інструментальні навички і компетенції, наприклад, навички і стереотипи організації операціональної сторони діяльності, а також стереотипні тактики реагування на певні ситуації (у тому числі психологічні захисти, або механізми подолання у вузькому сенсі слова).

Окремим різновидом психологічних ресурсів Д.О. Леонтьєв виділив психологічні ресурси саморегуляції. До них автор відніс психологічні змінні, які відображають стійкі, але обрані із ряду альтернатив стратегії саморегуляції як способу побудови динамічної взаємодії з обставинами життя, такі як міра суб'єктивного контролю над ними або залежності від них, стійкі очікування позитивних або негативних наслідків подій, стратегії взаємодії зі складністю й невизначеністю, гнучкість або ригідність цілепокладання, характеристики зв'язку зусиль із результатами діяльності та ін. Проте, ця модель психологічних ресурсів саморегуляції є універсальною для будь-яких фахівців [9].

Психологічним ресурсом, який забезпечуватиме ефективне виконання різних завдань, на думку Н. Погорільської та М. Іванюк, може стати *особистісна мобільність*, яка відображає здатність фахівців до самостійного і своєчасного прийняття адекватного рішення про спосіб дії. Особистісна мобільність забезпечує довільне управління власною поведінкою та руховими

діями, тобто свідому, рухову діяльність, ті рухи або дії, які виникають за розумним рішенням і управляються свідомістю [13].

Саморегуляція поведінки людини під час виконання завдань підвищеної значущості, а також і тих, які потребують ефективного здійснення аналізу й контролю власних суджень, дій, станів, діяльності є психологічний ресурс, який Д.О. Леонт'єв назвав *рефлексією*. Рефлексивний компонент системи психологічних ресурсів включає індивідуальні особливості здійснення рефлексивного аналізу своєї діяльності і поведінки. Рефлексія як психологічний ресурс саморегуляції діяльності забезпечує свідоме ставлення до виконуваних обов'язків та усвідомлення наслідків своїх дій або бездіяльності.

Своєчасне виконання людиною будь-яких соціально чи особистісно значущих завдань буде здійснюватися ефективно внаслідок підтримання стабільності емоційного стану, її здатності швидко адаптуватися до зовнішніх умов, за допомогою підтримки загальної продуктивної активності, самостійності у визначенні, доборі та оцінці засобів реалізації задуманого. Таким психологічним ресурсом саморегуляції діяльності, що забезпечить надійність професійної діяльності, виступає *саме життєстійкість*. Це диспозиція, що включає в себе три порівняно автономних компоненти: включеність, контроль, прийняття ризику.

Проте, Погорільська Н. та Іванюк М. виділяють ще два ресурси, які безпосередньо здійснюватимуть вплив на особистісну сферу професіонала: це *морально-етична відповідальність* та *самоприйняття* як специфічні і одні із найважливіших психологічних ресурсів, що забезпечуватимуть саморегуляцію діяльності в незвичних умовах середовища. Самоприйняття особистості полягає у її незалежності, здатності протистояти тиску ззовні, у відчутті впевненості та компетентності, у безперервному саморозвитку, відстеженні власного особистісного росту і відчутті самовдосконалення, наявності цілей у житті та відчутті його осмисленості, наявності переконань, підтримання позитивного ставлення до себе та навколишніх [13].

Психологічні ресурси особистості як правило приховані від свідомості людини – носія цих самих ресурсів. Під психологічним ресурсом зазвичай розуміють внутрішні резерви людини, які зберігаються за сімома печатками в підсвідомості, очікуючи на те, коли вона їх задіє. Психолог виступає для клієнта як активатор його ресурсів.

Психологічний ресурс людини вважається активним, коли він усвідомлюється як свій, доречно застосовується у відповідь на загрозу організму і/або особі, коли він узятий на озброєння як стратегія поведінки і реагування.

Розрізняють 4 типи психологічних ресурсів особистості, тобто існує чотири світи людини, які активізують різні психологічні ресурси її особистості:

– *Вітальний світ*. Використовує ресурси, пов'язані з фізіологічним виживанням як біологічного організму. Як пристосуватися до нової дієти, як тілесно витримати стрес, уміння швидко зібратися у важкій ситуації і розслабитися після її завершення.

– *Діяльнісний світ*. Задіє психологічні ресурси навичкового поля. Такі як уміння заробляти гроші або здатність влучно стріляти з лука. Навичка розпалити вогнище з одного сірника може врятувати життя людині, що заблукала в лісі. Сюди належать також здібності до прикладних видів творчості.

– *Свідомий світ*. Активізує когнітивні ресурси, пов'язані з умінням вбирати, аналізувати, синтезувати і обробляти інформацію. Уміння придумувати ідеї і винаходити нове належать до «свідомих» психологічних ресурсів.

– *Вольовий світ*. Вимагає від людини психологічних ресурсів, пов'язаних з емоційно-вольовою сферою. Уміння управляти своїм психологічним станом і емоціями, навички асертивної поведінки, віра в себе і свої можливості.

Проблематика подолання важких ситуацій може розглядатися з точки зору використання людиною психологічних ресурсів. Незважаючи на тривалу історію вивчення поведінки владнання за кордоном і підвищений інтерес до цієї

проблеми, у вітчизняній психології немає загальновизнаного поняття, класифікації типів або механізмів, термін недостатньо наповнений психологічним змістом. Ресурси особистості як один з аспектів владнання – це можливості, які має людина, співвідношення і використання яких приносить ефективні для особистості результати. Аналіз ресурсної складової владнання, визначення значущості використання різних видів ресурсів в подоланні важких життєвих ситуацій може дозволити описувати процес взаємодії людини і ситуації. Цей підхід відбиває як ситуаційні, так і особистісні особливості цього процесу. Особливий інтерес представляють такі завдання, як: аналіз поняття ресурси; побудова можливих моделей ресурсів; виділення феноменів використання різних видів ресурсів; визначення ролі ресурсів в забезпеченні ефектів поведінки владнання, створенні основи для стійкості в нових важких ситуаціях.

Визначають владнання як внутрішні і зовнішні способи регуляції поведінки особистості, які забезпечують доступний рівень і форму вирішення проблеми, зняття напруги в певній важкій ситуації. Прямо або непрямо вони готують благополучні результати в майбутніх ситуаціях за рахунок оптимального співвідношення і використання індивідуальних і середових ресурсів. Ресурси поведінки владнання можна визначити як ті індивідуальні, середові і процесуальні можливості, що усвідомлюються як такі і використовуються людиною для подолання важкої життєвої ситуації.

Виділення процесуальних ресурсів, з одного боку, відкриває перспективу управління поведінкою владнання, а з іншого боку, дозволяє трактувати ресурси як біполярне утворення, коли одна і та сама властивість може актуалізуватися, ставати чинником подолання труднощів або, навпаки, чинником, блокуючим подолання. Уявлення про біполярну природу ресурсів дозволяє розглядати людину і ситуацію в процесі їх взаємодії.

В літературних джерелах висвітлені наступні позиції ставлення до індивідуально-психологічних ресурсів: я все можу; я можу, тому що доводиться; я можу, тільки те, що можу і тому б'юся щосили; а що я можу? [6].

Найбільш ефективним є ставлення першого і другого типу. Воно характеризується найповнішим і гнучкішим уявленням про себе. Це дозволяє адекватно ситуації оцінювати свої можливості і робити різні кроки по розширенню своїх ресурсів.

Виділені декілька емпіричних типів ставлення до соціальних ресурсів, які відбивають наявність і характер зв'язків між індивідуально-психологічними, соціальними і операціональними ресурсами: 1. Маніпуляція – використання соціальних ресурсів для отримання односторонньої вигоди. 2. Використання особливостей середовища як ресурсів – активність, спрямована на вибудовування стосунків з соціальним оточенням, де при певній долі вкладу отримують віддачу, що дає можливість конструктивно і оптимально вирішувати проблеми. 3. Очікування допомоги з боку – перекидання активної ролі у вирішенні проблеми на інших людей. Ставлення до них і до себе, як до ресурсів, що взаємозаміняють один одного.

Окремими проявами цього ставлення до середовища є механізми витягання ресурсів з соціальної мережі: «вливання в соціальну мережу»; капсулювання мережі; орієнтація на один сегмент мережі; орієнтація на цілісний образ мережі. Перший і четвертий механізми дозволяють вибудовувати взаємодію і забезпечувати довготривалий ефект, що дозволяє долати виникаючі труднощі. Другий і третій може бути ефективним лише в специфічних ситуаціях, типових для певної життєвої ситуації людини [6].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, виходячи з зазначеного вище, можемо стверджувати, що в умовах сучасних суспільних трансформацій особистість має цілий арсенал різноманітних психологічних ресурсів, які можливо успішно застосовувати задля ефективної адаптації й швидкого відновлення психічного й психологічного потенціалу. Проте специфіка кожної життєвої ситуації вимагає активізації певних видів і механізмів психологічних ресурсів. В перспективі цікавим є дослідження психологічних ресурсів у системі особистісної мобільності.

Література:

1. Аргайл М. Психология счастья. 2-е изд. СПб. : Питер, 2003. 271с.
2. Белл Д. Грядущее постиндустриальное общество: опыт социального прогнозирования / Под ред. В.Л. Иноземцева. М. : Academia, 1999. 783с.
3. Бжезинський З. Стратегічне бачення: Америка і криза світової влади [Перекл. з англ. Г. Лелів]. Львів : «Літопис», 2012. 168с.
4. Боришевський М.Й. Національна самосвідомість у громадському становленні особистості. К. : Беркут, 2000. 63с.
5. Енциклопедія історії України : у 10 т. / редкол.: В. А. Смолій (голова) та ін.; Інститут історії України НАН України. К.: Наук. думка, 2004. Т. 2: С. 118.
6. Кожевникова Е.Ю. Личностные ресурсы преодоления ситуации социально-экономической депривации: автореф. дисс. ... канд. психол. наук по специальности 19.00.01 – общая психология, психология личности и история психологии. Краснодар, 2006. 26с.
7. Кримський С.Б. Концептуальний лад аналізу перехідного процесу. *Наук. зап. НаУКМА. Серія: Філософія та право.* 1999. Т. 8. С. 4-10.
8. Ламажаа Ч.К. Социальная трансформация. Энциклопедия гуманитарных наук: Знание. Понимание. Умение. 2011. №1. С. 262-264.
9. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации. *Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова.* Вып. 1. Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2002. С. 56-65.
10. Леонтьев Д.А. Что даёт психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности. *Эпистемология и философия науки.* 2010. № 3. С. 136–153.
11. Медінцев В. Внутрішній соціум індивіда: суб'єктно-діалогічний підхід. *Соціальна психологія.* 2007. №6. С. 17–31.
12. Михальченко Н.И. Украинская региональная цивилизация: прошлое, настоящее, будущее: монография. К. : ИПиЭНИ, 2013. 337с.

13. Погорільська Н.І., Іванюк М.О. Психологічні ресурси саморегуляції льотного складу повітряних сил. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка*. К. : НАУ, 2012. Том X. Вип. 21. С. 155-166.
14. Пригожин И.Р. Определено ли будущее? Ижевск : ИКД, 2005. 240с.
15. Рыбкин И.В. Коучинг Социального Успеха. М. : Изд-во «Институт общегуманитарных исследований», 2005. 224 с.
16. Соловьева С.Л. Ресурсы личности. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. № 2. URL: <http://medpsy.ru>
17. Соціологічна енциклопедія / Укладач: В.Г. Городяненко. К. : Академвидав, 2008. 456с.
18. Спенсер Г. Социальная статика. Изложение социальных законов, обуславливающих счастье человечества [пер. с англ. М.И. Бойченко]. К. : Гама-Принт, 2013. 496с.
19. Суспільна трансформація: концептуалізація, тенденції, український досвід: [наукове видання] / За ред. В.В. Танчера, В.П. Степаненка. К. : ТОВ «Поліграфічний центр «Фоліант»», 2004. 244с.
20. Тоффлер Э. Шок будущего (Future Shock). М. : АСТ, 2008. 560с.
21. Українська національна ідея і сучасність / Під заг. ред. проф. Г.І. Гончарука. – Одеса : Астропринт, 1999. – 256с.
22. Фромм Э. Бегство от свободы. Минск : Харвест, 2004. 384с.
23. Шайгородський Ю.Ж. Поняття «трансформація» як інструмент аналізу соціальних змін. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2010. №10. С. 51-53.
24. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х. : Прапор, 2005. 240 с.
25. Штомпка П. Социология: анализ современного общества [Пер. с польского С. М. Червонной]. М. : Логос, 2005. 664 с. + 32 с. цв. вкл.