

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЙ РОСТ ЛИЧНОСТИ В РАМКАХ ТЕОРИИ СОХРАНЕНИЯ РЕСУРСОВ СТИВЕНА ХОБФOLЛА

К.Г.Дементьева

доцент кафедры социальной и прикладной психологии

Одесский национальный университет имени И.И. Мечникова

В современных условиях общественных трансформаций интерес к феномену посттравматического роста личности расширяется. Интерес вызван глобально - кризисными ситуациями общества (экологическими, социальными, политическими, экономическими, демографическими). Каждый член общества неоднозначно воспринимает происходящие события, для одних - это позитивный опыт, а для других - это серьезные трудности, не находящие выхода, и, выглядят как угроза. Обращение к ресурсному подходу, на наш взгляд, поможет расставить некоторые акценты в понимании этой проблемы. В теории утверждается, в случае наступления стрессовых обстоятельств, ресурсы помогают не только оставаться стойким и противостоять их воздействиям, но и сохранять силу и решительность, продолжая развиваться и добиваться поставленных целей, поддерживая физическое здоровье и благополучие. С точки зрения С. Хобфолла, под давлением стрессовых обстоятельств и понесенных потерь происходит мобилизация ресурсов и возрастает вероятность приобретения [2]. Речь идет о феномене «Посттравматического роста», который наступает вследствие преодоления травмирующих обстоятельств. В рамках ТСР ресурсы рассматриваются как ценности, которыми обладает индивидуум или сообщество, а также средства, с помощью которых эти ценности могут быть сохранены и преумножены. Ресурсы подразделяются на четыре группы: объективные ресурсы — такие как дом, автомобиль, материальные ценности, т.е. объекты, которыми человек располагает, социальные ресурсы — должность, звание, замужество, принадлежность к конфессии, т.е. социальные статусы, место индивидов в системе социальной стратификации, которые обеспечивают доступ к остальным ресурсам, личностные ресурсы, являющиеся

персональными характеристиками, такими как оптимизм, самоэффективность, жизнестойкость, локус контроля и пр., энергетические ресурсы — время, деньги и знания, наличие инвестиций, которые способствуют приобретению других ресурсов, перечисленных выше. По мнению исследователя, ресурсы не существуют независимо друг от друга, а представляют собой систему, ресурсный запас, которым располагает индивидуум или группа. Ресурсы связаны между собой находятся в зависимости друг от друга, отсутствие или потеря одного ресурса может быть компенсирована наличием или приобретением другого. Однако, не все ресурсы и не во всех ситуациях могут компенсировать друг друга. Например, такие ресурсы, как чувство самоэффективности и социальная поддержка, важны в случае острой потери ресурсов, в то время как на фоне хронического стресса они особенной значимостью не обладают [2]. Основным принципом теории является превалирование значимости потерь по сравнению с приобретениями. Т.Ю. Иванова в своем исследовании выделяет основные принципы, значение для исследовательской работы и возможности практического применения, теории сохранения ресурсов С. Хобфолла, приводятся данные многочисленных исследований психологических последствий различных стрессовых событий, выполненных с применением теории. Обсуждаются достоинства и ограничения теории. Намечаются направления дальнейших исследований. Т.Ю. Иванова отметила: «теория сохранения ресурсов является дополнением к современному системному взгляду на феномен стресса, проливая свет на причины его возникновения, связанные с потерей ресурсов, угрозой потери или недостаточной прибыли от сделанных ранее инвестиций. Подчеркивается значимость потери ресурсов по сравнению с приобретением, что является важным в контексте оказания психологической помощи»[1]. «Многочисленные исследования, проведенные на базе теории сохранения ресурсов, показывают, что наличие мощного ресурсного запаса является основным предиктором как успешного совладания со стрессовыми обстоятельствами, так и посттравматического роста»[1]. Таким образом теоретический анализ теории

сохранения ресурсов Стивена Хобфолла позволяет сделать вывод о том, что использование ресурсного запаса является одним из эффективных инструментов при оказании психологической помощи вследствие преодоления травмирующих обстоятельств, т.е. посттравматическом росте личности.

Литература:

1. Иванова Т.Ю. Теория сохранения ресурсов как объяснительная модель возникновения стресса. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 2013. Т. 10. № 3. С. 119–135. https://psy-journal.hse.ru/data/2013/10/31/1283226615/Ivanova_10-03pp119-135.pdf
2. Hobfoll S.E. Social and psychological resources and adaptation. *Review of General psychology*, 2002, Vol. 6, № 4, pp. 307-324.