

Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості

У статті наведено результати аналізу сумірності особистісних, соціальних, персональних та психологічних ресурсів. Персональну ресурсність розкрито згідно контексту концепції «консервування ресурсів» С. Хобфолла. Психологічну ресурсність, з авторського погляду, охарактеризовано як досвід усвідомлення особистістю власних можливостей, який стає потенціалом для надання підтримки іншим, саморозкриття та творчого саморозвитку у професії. Головними результатами емпіричного дослідження є те, що відчуття людиною себе психологічно ресурсною пов'язано з її внутрішніми персональними ресурсами, а здатність виявляти власну ресурсність – із соціальними персональними ресурсами.

Ключові слова: персональна ресурсність, психологічна ресурсність, особистісні ресурси, соціальні ресурси

В статье приведены результаты анализа соотношения личностных, социальных, персональных и психологических ресурсов. Персональную ресурсность раскрыто согласно концепции «консервирования ресурсов» С. Хобфолла. Психологическую ресурсность, с авторской точки зрения, охарактеризовано как опыт осознания личностью собственных возможностей, который становится потенциалом для помощи другим, самораскрытия и творческого саморазвития в профессии. Главные результаты эмпирического исследования таковы, что ощущение человеком себя психологически ресурсным связано с его внутренними персональными ресурсами, а способность проявлять свою ресурсность – с социальными.

Ключевые слова: персональная ресурсность, психологическая ресурсность, личностные ресурсы, социальные ресурсы.

Постановка проблеми. Сучасна психологія допускає, що ресурси є однією з важливих характеристик особистості. Водночас у психологічній практиці та теорії спостерігається нечіткість артикулювання поняття ресурсів, що зумовлено як складністю емпіричного вивчення феномена ресурсу, так і термінологічною неузгодженістю.

Тому у визначенні сумірності ресурсів особистості ми вбачаємо перспективи феноменологічної характеристики ресурсної особистості. З практичного боку це дасть можливість ефективніше організувати психологічний супровід.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Найбільш близькими за змістом, і тому складно диференційованими, на наш погляд, є особистісні, персональні та психологічні ресурси.

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 [8, С.55]. Найчастіше особистісними ресурсами називають певні яскраві риси людини, або ті властивості, які людина відносить до власних сильних сторін [1].

Персональні ресурси означив та охарактеризував С. Хобфолл. На думку дослідника, ресурсами є те, що є цінним для людини та допомагає їй адаптуватися до стресових ситуацій. Він поділяє їх на зовнішні – соціальні та внутрішні – “душевні” (психологічні). Втрата зовнішніх та/або внутрішніх ресурсів переживається людиною як суб’єктивне неблагополуччя і стан психологічного стресу. Авторська концепція дослідника – концепція “консервування” ресурсів – ґрунтується на двох принципах: 1) люди прагнуть отримати, зберегти та використати свої психологічні ресурси якнайкраще; 2) люди прагнуть інвестувати свої зусилля у накопичення власних ресурсів: захистити від втрачання, або відновити ресурси, а також набути нові ресурси для підвищення впевненості у майбутньому (екзистенційної надійності) [11]. С. Хобфолл аналізує персональні ресурси за такими напрямками: 1) матеріальні засоби (матеріальний дохід, одяг, помешкання) та нематеріальні конструкти (бажання, цілі, ідеї, переконання); 2) зовнішні (соціальна підтримка, сім’я, друзі, робота, соціальний статус) та внутрішні – інтраперсональні змінні (самоповага, професійні уміння, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань); 3) стан душевного та психологічного благополуччя, вольові й емоційні характеристики, які прямо чи опосередковано можуть зумовлювати особливості додання людиною реальних або сподіваних стресів життя (Н. Водопьянова [2, С.305]). На основі концепції С. Хобфолла Н. Водоп’яноюю та М. Штейном було розроблено опитувальник персональних ресурсів, до яких зачислено ресурси матеріальні та нематеріальні (бажання та переконання), зовнішні (соціальні) та внутрішні (самоповага, життєві цілі) [2, С.304 – 305].

На наш погляд, контекст, у якому С. Хобфолл розкриває внутрішні персональні ресурси, є близьким до змісту особистісних ресурсів, адже самоконтроль, відповідальність та професійні уміння і є тими сильними якостями, за які людина може

себе поважати. Погоджуємося із думкою Н. Водоп'янової та М. Штейна означити зовнішні ресурси як соціальні, оскільки до уваги беруться не атрибути довкілля, а саме особливості міжперсональних взаємин людини.

Докладніше зміст соціальних ресурсів охарактеризовано Н. Коваль, яка переконана, що ресурсні тобто здорові взаємини, є такими, за яких людина не втрачає сили, а навпаки, отримує підтримку й мотивацію. Характеристиками ресурсних взаємин є теплота, насиченість, стабільність. Теплота виявляється як у ніжності почуттів, так і в умінні людей вербалізувати власні емоції та проявляти їх невербально. Виявом насиченості є наповненість спільно проведеного часу. Достатня міра постійності теплих взаємин, відданість осіб стосункам, впевненість у партнері та спільні плани на майбутнє визначають стабільність соціальних зв'язків, які можна зачислити до ресурсних (Н. Коваль за С. Евсюковою [3]). Особливого трактування набувають соціальні ресурси у поглядах Т. Колошина та А. Трусъ, які відзначили співвідношення рівнів ресурсів людей під час їх взаємодії як критерій складності ситуації взаємодії. На думку дослідників, особа обере стратегію диктування власних умов, якщо її ресурси є більшими, ніж у співрозмовника, а якщо меншими – буде вдаватися до маніпулювань. Водночас автори не коментують особливості співвідношення ресурсів осіб, які спрямовані на побудову партнерських взаємин[4]. Припускаємо, що партнери, які обирають тактику співпраці, оперують не кількісною, а якісною характеристикою ресурсів. Відповідно, їх ресурси набудуть вияву не конкурентних, а унікальних якостей.

На наш погляд, унікальними якостями особистості є її психологічні ресурси [9].

Види психологічних ресурсів теоретично виокремлено Д. Леонтьєвим. Науковець, розглядаючи ресурси у контексті додання людиною стресових ситуацій, вирізняє психологічні ресурси стійкості, психологічні ресурси саморегуляції, мотиваційні ресурси, інструментальні ресурси [5].

Водночас нині існують й інші контексти трактування ресурсів. Вважаємо, що у розробках Ф. Майленової та Н. Рубштейн, поняття ресурсів вживається саме у контексті психологічних ресурсів. Підставами для такої інтерпретації для нас став смисл, якого надали дослідниці поняттю ресурсів.

Зокрема, Ф. Майленова визначає ресурс людини як стан, у якому в неї найбільше свободи та максимальна кількість виборів. Це можуть бути як внутрішні стани (радість, впевненість,

цінності), так і умови довкілля (книги, спілкування з близькими, мандрівки). На думку науковиці, ресурсом є усе, що може підвести людину до відчуття щастя, сили, впевненості, необхідних для розв'язання проблем [6, С.16], а також ресурс – це стратегії досвіду, за допомогою яких можна перейти з актуального стану до бажаного результату [6, С.246].

На погляд, М. Рубштейн, ресурсом є те, звідки людина черпає енергію [7, С.210], те, за допомогою чого вона досягає мети [7, С.211], те, що завжди у нагоді, коли людина починає нову справу, якої раніше ніколи не робила, і тому почувається невпевнено [7, С.199]. Авторкою охарактеризовано такі види ресурсів особистості – життєвий досвід, перешкоди та труднощі, які насправді є неусвідомлюваними, нереалізованими потребами, підтримка близьких людей, внутрішня мудрість як знання про самого себе, рішення рухатися вперед і не оглядатися назад [7, С.198-205]. Виокремлення ресурсів на основі практичного досвіду є надзвичайно цінним. Водночас психологічна практика може бути ефективнішою, якщо оперувати науково обґрунтованим знанням про ресурси людини. Тому дані практичного досвіду потребують концептуалізації на теоретичному рівні.

Аналіз змісту особистісних, персональних та психологічних ресурсів дає нам підстави для таких висновків: 1) персональні ресурси доцільно охарактеризувати як матеріальні та нематеріальні резерви людини, що дають їй змогу почуватися дієздатною та долати стреси; компонентами персональних ресурсів є особистісні, соціальні та матеріальні ресурси; 2) у характеристиці психологічних ресурсів також є важливими три аспекти. Водночас ці аспекти пов'язані не з типами складових психологічних ресурсів, а з їх часовою спрямованістю. А саме: психологічні ресурси трактують як важливий досвід минулого, стан впевненості у собі у теперішньому, стратегію саморозвитку, спрямовану у майбутнє.

На наш погляд, науковий інтерес викликає питання сумірності персональних та психологічних ресурсів особистості.

Метою статті є представлення результатів емпіричного вивчення особливостей зв'язку персональних та психологічних ресурсів особистості.

Основний матеріал та результати дослідження. У дослідженні взяли участь 347 осіб віком 17–75 років, з них 203 жінки та 144 чоловіка.

Для вивчення персональних ресурсів було використано Опитувальник втрат та набуття персональних ресурсів, розроблений

Н. Водоп'яноюю та М. Штейном на основі ресурсної концепції психологічного стресу С. Хобфолла [2, С.304-305]. Відповідно до мети дослідження та на основі теоретичних висновків щодо структурних особливостей персональних ресурсів, ми здійснили модифікацію опитувальника персональних ресурсів. Зокрема на основі контент-аналізу питання опитувальника було виокремлено у шкали, які характеризували матеріальні, соціальні та внутрішні (особистісні) ресурси. Математико-статистичну перевірку коректності виокремлення шкал було перевірено за допомогою кореляційного та дискримінантного аналізу. Шкалу персональної ресурсності було залишено в оригінальному варіанті.

Вивчення психологічних ресурсів було здійснено за допомогою авторського опитувальника психологічної ресурсності особистості (опитувальник пройшов відповідну перевірку надійності) [10].

Психологічна ресурсність особистості, на наш погляд, виявляється як досвід усвідомлення особистістю власних можливостей, який стає потенціалом для надання підтримки іншим, саморозкриття та творчого саморозвитку у професії. Психологічні ресурси особистості ми розглядаємо як індивідуальні екзистенційні можливості людини, що виявляються у її прагненні до самовизначення. Психологічними ресурсами ми відзначаємо такі: впевненість у собі, доброта до людей, допомога іншим, успіх, любов, творчість, віра у добро, прагнення до мудрості, робота над собою, самореалізування у професії, відповідальність[9].

Нами було сформульовано низку припущень щодо особливостей зв'язку персональних та психологічних ресурсів особистості, які було перевірено за допомогою методів математико-статистичного аналізу.

Припущення щодо існування вікових та статевих особливостей персональних ресурсів було перевірено методом порівняльного аналізу. Установлено, що чоловіки, на відміну від жінок, характеризуються вищим рівнем соціальних персональних ресурсів; вікових відмінностей не встановлено. Гіпотеза підтверджена частково.

З метою перевірки гіпотези про те, що психологічні ресурси є компонентою персональної ресурсності, було застосовано кластерний та регресійний аналіз. Кластерний аналіз уможливив виявлення того, що шкали персональної ресурсності та психологічних ресурсів належать до різних кластерів. За результатами регресійного аналізу встановлено, що компонентами персональної ресурсності є матеріальні, соціальні та внутрішні персональні

ресурси, а шкали психологічних ресурсів не входять до її структури. Водночас за включення до структурного аналізу персональної ресурсності лише шкал психологічних ресурсів, головними складовими персональної ресурсності є психологічний ресурс «впевненість у собі» та «загальний рівень психологічної ресурсності». Також з'ясовано, що компонентою загального рівня психологічної ресурсності є внутрішні персональні ресурси. Висунута гіпотеза не підтверджена. Ми вирішили за доцільне уточнити сумірність персональної та психологічної ресурсності за методом «причин та ефектів» за Ішикава, який показав, що ефектом психологічної ресурсності є соціальні персональні ресурси.

Для перевірки гіпотези про відсутність зв'язку між психологічною ресурсністю та матеріальними персональними ресурсами було застосовано кореляційний аналіз, який підтвердив відсутність зв'язку між психологічною ресурсністю, її складовими та матеріальними і соціальними персональними ресурсами на статистично значущому рівні. Водночас виявлено зв'язок на рівні 0,45-0,62 між психологічною ресурсністю та внутрішніми персональними ресурсами й загальною персональною ресурсністю. Гіпотезу підтверджено.

Припущення про те, що соціальні персональні ресурси є чинником психологічної ресурсності, було перевірено за допомогою багатофакторного аналізу. Установлено, що до першого фактора, який пояснює 34% дисперсії даних у групі, увійшли такі шкали психологічної ресурсності, як «знання власних психологічних ресурсів», «уміння оновлювати власні психологічні ресурси», «уміння використовувати власні психологічні ресурси»; до другого фактора, який пояснює 12% дисперсії даних у групі, увійшли шкали психологічних ресурсів: «доброта до людей», «допомога іншим», «любов», «віра у добро», «відповідальність»; до третього фактора, який пояснює 9% дисперсії даних у групі, увійшли шкали загального рівня персональної ресурсності та внутрішні персональні ресурси; до четвертого фактора, який пояснює 6% дисперсії даних у групі, увійшли шкали психологічної ресурсності: «впевненість у собі» та «успіх»; до п'ятого фактора який пояснює 5% дисперсії даних у групі, увійшла шкала матеріальних персональних ресурсів, яка має від'ємне значення (-0,88). Гіпотеза не підтверджена.

Гіпотезу про існування зв'язку між певними психологічними ресурсами та внутрішніми й соціальними персональними ресурсами було перевірено методом кореляційного аналізу. Визначено відсутність зв'язку на статистично значущому рівні

між психологічними ресурсами та соціальними персональними ресурсами. Водночас виявлено наявність зв'язку на рівні 0,32-0,34 між внутрішніми персональними ресурсами та такими психологічними ресурсами, як «впевненість у собі», «творчість», «робота над собою», «самореалізація у професії», «знання власних психологічних ресурсів», «уміння оновлювати власні психологічні ресурси», «уміння використовувати власні психологічні ресурси». Гіпотеза підтверджена частково.

Припущення про існування відмінностей психологічних ресурсів у осіб з різним рівнем персональної ресурсності ми перевірили за допомогою порівняльного аналізу. Встановлено, що особи з вищим рівнем персональної ресурсності характеризуються нижчим рівнем такого психологічного ресурсу, як «віра у добро». Додатково з'ясовано, що особи з високим рівнем соціальних персональних ресурсів відзначаються вищим рівнем сформованості психологічних ресурсів «успіх», «любов», «творчість», «робота над собою», «відповідальність», «знання власних психологічних ресурсів», «уміння використовувати власні психологічні ресурси». Особам з високим рівнем матеріальних персональних ресурсів властивий вищий рівень сформованості психологічного ресурсу «робота над собою». Особам з високим рівнем внутрішніх персональних ресурсів властивий вищий рівень сформованості психологічних ресурсів «знання власних психологічних ресурсів», «уміння оновлювати власні психологічні ресурси». Гіпотеза підтверджена.

Припущення про існування відмінностей персональних ресурсів у осіб з різним рівнем психологічної ресурсності ми перевірили за допомогою порівняльного аналізу. Встановлено, що особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем сформованості внутрішніх персональних ресурсів. Гіпотезу підтверджено.

Результати емпіричного вивчення зв'язку персональних та психологічних ресурсів особистості, обґрунтовані методами математико-статистичного аналізу, дали змогу проінтерпретувати головні виокремлені особливості:

1) персональні та психологічні ресурси характеризуються різною феноменологічною структурою. Поняття «персональна ресурсність» є ширшим за змістом. Водночас компоненти психологічної ресурсності мають ефект синергії та характеризують певну психологічну потенцію, можливість особистості, що розкривається у здатності підтримувати інших завдяки саморозумінню;

2) ефектом психологічної ресурсності особистості є високий рівень її соціальних персональних ресурсів. Оскільки чоловіки характеризуються вищим рівнем соціальних персональних ресурсів, що пов'язано з умінням використовувати психологічні ресурси, їх можуть сприймати як більш психологічно ресурсних.

Водночас психологічна ресурсність пов'язана не з соціальними, а з внутрішніми (особистісними) персональними ресурсами, які поєднані з умінням людини оновлювати власні психологічні ресурси. Відповідно людина відчуватиме себе психологічно ресурсною тоді, коли буде переконаною у наявності в себе певних важливих, унікальних, а також, ймовірно, соціально значущих якостей. Втім, виявлятися її психологічна ресурсність буде саме у міжперсональних взаєминах, а саме: уміння підтримувати, надихати, мотивувати іншим та допомагати їм;

3) рівень матеріальних персональних ресурсів не зумовлює особливості психологічної ресурсності, але визначає вищий рівень сформованості психологічного ресурсу «робота над собою», тобто суб'єктивно високий рівень матеріальних ресурсів дає людині змогу виокремити час для рефлексії та аналізу власних особистісних рис, поведінки, умінь, вбачати пріоритетною «внутрішню» роботу над собою. Водночас високий рівень персональної ресурсності характеризується низьким рівнем сформованості психологічного ресурсу «віра у добро», що виявляється у сумнівах людини щодо наявності справедливості, її невмінні бути милосердною, схильності через розпачливо та амбівалентно сприймати життя, себе та людей, неготовність підтримувати близьких.

Відповідно, психологічні ресурси є значущішими у характеристиці здатності особистості самостійно долати труднощі, бути життєстійкою та ресурсною для інших. Тому у консультативній роботі з клієнтами доцільно спочатку актуалізувати їх психологічні ресурси, і лише потім – співпрацювати над визначенням їх сильних сторін.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Персональні ресурси варто охарактеризувати як матеріальні та нематеріальні резерви людини, які дають їй змогу почуватися дієздатною та долати стреси; компонентами персональних ресурсів є особистісні, соціальні та матеріальні ресурси. Поняття «персональна ресурсність» є ширшим за змістом, ніж «психологічні ресурси».

Феномен психологічних ресурсів розкривається у їх часовій спрямованості, зокрема: як важливий досвід минулого, стан впевненості у собі у теперішньому, стратегія саморозвитку,

спрямовану у майбутнє. Психологічні ресурси є значущішими у характеристиці здатності особистості підтримувати інших завдяки саморозумінню.

Науковий інтерес можуть становити дослідження суб'єктивної оцінки особистістю власної ресурсності як здатності надавати допомогу іншим.

Список використаних джерел

1. Бишоф А. Самоменеджмент / А. Бишоф, К. Бишоф; [пер. с англ.]. – М. : ОМЕГА-М, 2006. – 127 с.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
3. Евсюкова С. Если любовь отбирает силы / С. Евсюкова. – Электр. ресур. – Режим доступа: www.facebook.com/womanjournal.
4. Колошина Т. Ю. Использование сказки в бизнес-тренинге / Т. Колошина, А. Трусъ // Практична психологія та соціальна робота. – №2. – 2013. – С.21-30.
5. Леонтьев Д. А. Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов / Д. Леонтьев – Электр. ресур. – Режим доступа: www.mgrru.ru/IPHO/Publikacii_sotrydnikov/LeontievDA.doc.
6. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании / Ф. Майленова. – М.: «КСП+», 2002. – 416с.
7. Рубштейн Н. Полный тренинг по развитию уверенности в себе. 73 упражнения, которые сделают вас абсолютно уверенным человеком / Н. Рубштейн. – М.: Эксмо, 2009. – 224 с.
8. Рыбкин И. В. Коучинг Социального Успеха / И. Рыбкин. – М. : Изд-во “Институт общегуманитарных исследований”, 2005. – 224 с.
9. Штепа О. С. Психологічні ресурси як унікальні якості майбутніх психологів / О. Штепа // Гуманітарний вісник. – Додаток 1 до Вип. 27, Том V (38) : Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». – Гнозис, 2012. – С.536-542.
10. Штепа О. С. Ресурс-менеджмент / О. Штепа // Самоменеджмент (самоорганізування особистості) : [навч. посібник] / О. Штепа. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2012. – С. 294-329.
11. McPadden K. S. Hobfoll COR-theory / К. McPadden // Назва з вікна сайту <Доступно з <http://wfnetwork.bc.edu/encyclopedia_entry.php>.

The author examines the actual problem of resourcefulness of personality. The article contains results of theoretical analysis of resources of different types. Personal resourcefulness is described in the context of the concept of S. Hobfoll «conservation of resources». The author concluded that: 1) personal resources should be characterized as tangible and intangible rights provisions that allow her to feel able to deal with stress, 2) psychological aspects of resource types not associated with components of psychological resources and their temporal orientation. The results of an empirical study of the specific features of communication and personal psychological resources of the individual. It was found that the effect of psychological resourcefulness personality is a high level of personal social resources. However, psychological resourcefulness not related to social and personal with internal resources, which combined with the ability to upgrade their human psychological resources. The author shows its psychological resourcefulness with interpersonal relationships, the ability to support, inspire, motivate others and help them. The level of tangible personal resources determines the highest level of development of psychological resource of «working people». Psychological resources are more substantial in the characterization way to the individual ability to support others through self-understanding.

Keywords: personal resource, psychological resourcefulness, personal resourcefulness, social resources.

Отримано: 15.01.2013 р.

УДК 376.42:376.3

С.Д.Яковлева

Вплив корекційно-розвивального навчання на динаміку нейропсихологічних процесів у дітей з вадами інтелекту

У статті представлено результати застосування корекційно-розвивального навчання в дітей з порушенням інтелектуального розвитку, а також динаміку нейропсихологічних процесів та вищих психічних функцій під дією адекватних методів адаптивної корекції. Оскільки провідним симптомом розумової відсталості є порушення пізнавальної діяльності, психолого-педагогічна робота повинна бути спрямована на