

subjective (involvement of students in the educational and professional activities), cognitive-personal (students' representation of professionally significant personal qualities). The results of the empirical research have revealed that psychological characteristics of the content of educational and professional mindset are partially determined by the learning profile (humanitarian, technical), and in part are common. The differences in the structure of components of educational and professional mindset concern to the cognitive-professional component (professional goal setting); emotional component (professional expectations); cognitive and personality component (self-assessment of own negative qualities); subjective component (lack of time, lack of interest in the learning process, a lack of understanding of educational material).

**Key words:** professional mindset, educational and professional mindset, professional consciousness, semantic motive, personal sense.

*Received January 09, 2016*

*Revised January 25, 2016*

*Accepted February 26, 2016*

УДК 159.923.2

*O.C. Штепа*

*[o\\_shtepa@lnu.edu.ua](mailto:o_shtepa@lnu.edu.ua)*

## Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я

---

Shtepa O.S. Psychological resourcefulness as a criterion of individual health / O.S. Shtepa // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuak Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufriieva. – Issue 32. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2016. – P. 571–585.

---

**O.C. Штепа. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я.** Психологічну ресурсність теоретично позиціоновано як предиктор індивідуального рівня психічного здоров'я у координатах суб'єктивного благополуччя та Темної тріади особистості. Висунуто припущення щодо наявності прямих зв'язків психологічної ресурсності та суб'єктивного благополуччя, а також щодо наявності оберненої залежності між рівнем психологічної ресурсності та компонентами Темної тріади особистості. За результатами емпіричного дослідження, в якому взяли участь 77 осіб віком 20-53 роки, встановлено наявність прямих зв'язків між загальним рівнем психологічної ресурсності та усіма ком-

понентами суб'єктивного благополуччя, а також з нарцисизмом як компонентом Темної тріади. З нарцисизмом пов'язані і такі компоненти суб'єктивного благополуччя, як позитивні взаємини з іншими, особистісне зростання, цілі у житті, самоприйняття. За результатами дискримінантного аналізу визначено, що за критерієм психологічної ресурсності не варто характеризувати осіб із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Водночас за критерієм психологічної ресурсності доречно виокремлювати три типи осіб з різним співвідношенням компонент Темної тріади, а саме: 1) особи з рівнем компонент Темної тріади у межах норми, 2) особи з рівнем нарцисизму нижче норми, 3) особи з рівнем нарцисизму вище норми. З'ясовано, що за критерієм загального рівня рис Темної тріади некоректно характеризувати осіб з високим рівнем суб'єктивного благополуччя та високим рівнем психологічної ресурсності. Уточнено, що особи з нормальним, здоровим рівнем нарцисизму характеризуються вищим рівнем ресурсу віри у добро. На основі результатів емпіричного дослідження зроблено висновок, що психологічна ресурсність є критерієм індивідуального здоров'я.

**Ключові слова:** психологічна ресурсність, індивідуальне здоров'я, психологічний ресурс «віра у добро», типи психологічної ресурсності, Темна тріада, макіавеллізм, нарцисизм, психопатія.

**Е.С. Штепа. Психологическая ресурсность как критерий индивидуального здоровья.** Психологическую ресурсность теоретически позиционировано как предиктор индивидуального уровня психического здоровья в координатах субъективного благополучия Темной триады личности. Сформулировано предположение о наличии прямых связей психологической ресурсности и субъективного благополучия, также наличия обратной зависимости между уровнем психологической ресурсности и компонентами Темной триады личности. На основе результатов эмпирического исследования, в котором приняли участие 77 человек в возрасте 20-53 лет, установлено наличие прямых связей между общим уровнем психологической ресурсности и всеми компонентами субъективного благополучия, а также с нарциссизмом как компонентой Темной триады. С нарциссизмом связаны и такие компоненты субъективного благополучия, как позитивные взаимоотношения с другими, личностный рост, цели в жизни, самопринятие. На основе данных дискриминантного анализа установлено, что по критерию психологической ресурсности неприемлемо характеризовать людей с низким уровнем субъективного благополучия. В то же время по критерию психологической ресурсности целесообразно выделять три типа исследуемых с разным соотношением компонент Темной триады, а именно: 1) исследуемые, характеризующиеся уровнем компонент Темной триады в границах нормы, 2) исследуемые с уровнем нарциссизма ниже нормы, 3) исследуемые с уровнем нарциссизма выше нормы. Установлено, что по критерию общего уровня черт Темной триады некорректно характеризовать людей с высоким уровнем субъективного благопо-

лучия и высоким уровнем психологической ресурсности. Уточнено, что исследуемые с нормальным, здоровым уровнем нарциссизма характеризуются более высоким уровнем ресурса веры в добро. На основе результатов эмпирического исследования сделан вывод о том, что психологическая ресурсность является критерием личностного здоровья.

**Ключевые слова:** психологическая ресурсность, индивидуальное здоровье, психологический ресурс «вера в добро», типы психологической ресурсности, Темная триада, макиавеллизм, нарциссизм, психопатия.

**Постановка проблеми.** Саме у позитивній психології активно послуговуються поняттям «ресурс» для наголосу на сильних сторонах особи та її можливостях ефективно розв'язувати складні життєві ситуації. Чимало психологів-практиків, характеризуючи перспективи результативності психологічної допомоги, зауважують значущість можливості доступу до ресурсів людини, оскільки ресурсний шлях психотерапевтичного впливу вважають продуктивнішим та таким, що зумовлює триваліший ефект. Водночас контекст внутрішніх конструктивних сил людини є настільки широким, що ресурси досі вважають швидше науковою метафорою, ніж психологічним феноменом. Відтак, з метою усунення наукових ілюзій щодо змісту психологічних ресурсів доцільно охарактеризувати їх роль у структурно-функціональній системі здоров'я людини.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** На погляд М. Грищенко та О. Землянської, важливими критеріями психічного здоров'я з позицій комплексного підходу є інтегрованість, гармонійність, консолідованість, урівноваженість, а також духовність (пізнання, прагнення істини) як вектор спрямованості особистості [2, С.26]. І. Галецька вважає за доцільне розглядати психічне здоров'я через двофакторну структуру, складовими якої є структурно-процесуальне психічне здоров'я та психологічне здоров'я. Зокрема, структурно-процесуальне психічне здоров'я розкриває особливості психічної діяльності, характеристики процесів і властивості когнітивної та емоційно-вольової сфер. Психологічне здоров'я відображає міру соціального, емоційного та духовного благополуччя людини. Причому благополуччя може мати вияв як ресурсу, так і стану [1, С.51]. Академік С. Максименко стверджує, що психологічне здоров'я доцільно тлумачити як такий аспект здоров'я людини, що характеризується відсутністю патологічних психічних виявів, окреслює стан душевного комфорту особистості та її здатність до ефективної діяльності і саморегуляції у відповідності до власних цілей (за О. Ревякіною [10, С.65]).

У психологічному здоров'ї дослідники виокремлюють рівні особистісного та індивідуального, духовно-морального здоров'я [11, С.70]. Критерієм особистісного здоров'я означено суб'єктивне благополуччя [11], критерієм індивідуального здоров'я – потреба «служіння», що зумовлює спрямованість людини, а також дає їй змогу виходити за межі власних актуальних можливостей до сфери прихованих потенцій [11]. У багаторівневій моделі психічного здоров'я Б. Братуся рівень особистісного здоров'я визначається якістю смислових ставлень людини, а рівень індивідуально-психологічного – здатністю людини будувати адекватні способи реалізації смислових устремлень [4, С.187], [5, С.1].

Обґрунтування ресурсів як характеристик особистісного та індивідуального рівнів здоров'я здійснено С. Калашніковою. На її погляд, ресурси є системою здатностей людини до усунення суперечностей з життєвим середовищем, долання несприятливих життєвих обставин шляхом трансформування ціннісно-смислового виміру особистості, що зумовлює її спрямованість і створює основу для самореалізації [4, С.188].

У теоретичному дослідженні Л. Кузнецова та Л. Зотової докладно розкрито ресурсний підхід до сутності здоров'я, згідно з яким бути зоровим означає володіти ресурсами, що дають змогу відчувати досяжність значущих життєвих цілей, зумовлюють продуктивність і підвищують самоповагу особи, а також посилюють її значущість в очах інших [6, С.176]. Науковці стверджують, що ресурси є вмістом енергетичного аспекту буття людини, який є одним з трьох вимірів гармонійності особистості [6, С.168]. У ресурсній характеристиці здоров'я, на наш погляд, значним евристичним потенціалом відзначається континуальна концепція «здоров'я – хвороба» А. Антоновські, у якій автор характеризує здоров'я особи за допомогою поняття когеренції. Чуття когеренції, на думку науковця, являє собою таку спрямованість людини, за якої особа завдяки знанню власних ресурсів та умінню їх використовувати позитивно оцінює можливості розв'язання будь-якої проблемної життєвої ситуації (за Л. Кузнецовим, Л. Зотовою [6, С. 177]).

Нині у психологічних дослідженнях у напрямі позитивної психології психологічні ресурси обґрунтовано як особистісні властивості й здібності, що є для людини цінними та допомагають адаптуватися до стресових ситуацій й долати їх [13], а також як позитивні риси особистості, що розглядаються як спосіб досягання чеснот [14].

Теоретичний аналіз літератури надав нам підстав резюмувати, що ресурси можна вважати духовним аспектом, ціннісно-смісловою характеристикою спрямованості особистості, що зумовлює здатність особи реалізувати власну сутність через побудову особливого типу взаємин з іншими. Уміння людини оперувати власними ресурсами дає їй змогу зберігати й підтримувати внутрішню гармонійність та конструктивно долати складні життєві обставини. Володіння власними ресурсами можна було б визначити як вияв індивідуального здоров'я особи, якби було відомо, чи зумовлює наявність ресурсів відсутність або зменшення психологічного нездоров'я особи.

У науковій розвідці К. Максименко доведено, що психотравмуючі події не зумовлюють власне розладів особистості, а значною мірою загострюють психопатичні риси, особливо при неконструктивному реагуванні людини на подібного роду стреси. Реакція на травматичну подію до певної міри зумовлена особливостями її суб'єктивної інтерпретації особою [9, С. 366]. Науковець вважає, що за соматогеній головною метою психотерапевтичної допомоги є відновлення особистого «Я», а одним з базових механізмів специфічних інтервенцій вказує активацію ресурсів [9, С. 369]. На погляд Д. Леонтєва, здоров'я та хвороба являють собою способи функціонування людини, які вона вибудовує залежно від власної інтерпретації життєвого виклику, що постає перед нею. Саме ресурси зумовлюють конструктивне сприймання особою життєвого виклику як задачі. За недостатньої розвинутості механізмів саморегуляції, психологічні ресурси «не спрацьовують», особа посідає непродуктивну життєву позицію щодо соціальної ситуації, а саме – сприймає себе як проблемну, як представника особливої категорії [8, С. 102]. Науковець зробив такі висновки на основі результатів дослідження психологічних ресурсів студентів, які характеризувалися як фізично здорові та такі, які мали інвалідність. На наш погляд, ці висновки можна транспонувати і на психологічне чуття людиною власної самоцінності та повноцінності. Тому вважаємо, що в континуумі «здоров'я – хвороба» полюсом індивідуального нездоров'я постає дисоціальність.

За Дж. Макхоскі, дисоціальність являє собою розлад особистісної сфери та характеризує черствість і байдужість особи до інших, необов'язковість, легкість у встановленні контактів з іншими та водночас нездатність підтримувати стосунки, низьку толерантність до фруструвальних ситуацій та низьким порогом виникнення агресивних реакцій, нездатність відчувати прови-

ну, виражене прагнення звинувачувати інших (за М. Єгоровою [3]). Дисоціальність стала предметом досліджень, які проводяться не в клінічних умовах, а на нормі. На погляд Д. Джонса і Д. Полхуса (за М. Єгоровою [3]), А. Фурнхама і С. Річардса [12] ознаки дисоціальності є дуже близькими до виявів нарцисизму, психопатії, макіавеллізму. У наукових розвідках Д. Джонса і Д. Полхуса (за М. Єгоровою [3]) діагностовані у досліджуваних нарцисизм, психопатія, макіавеллізм були окреслені як вияв рис Темної тріади особистості. Серед рис Темної тріади, лише нарцисизм може мати, крім патологічного, і здоровий рівень вияву. П. Куттером наведено такі показники здорового нарцисизму: хороше ставлення людини до себе, позитивна самооцінка та спокійна впевненість у собі, що є виявами любові до себе та передумови любові до інших [7, С.157-158].

Результати здійсненого теоретичного аналізу проблеми дозволили припустити, що функція ресурсів у підтримці індивідуального здоров'я полягає в інтерпретації особою складної життєвої ситуації як зданої. Продуктивна життєва позиція зумовлена здатністю людини оперувати власними можливостями, а непродуктивна – нерозвинутістю механізмів регуляції та саморегуляції, що спричиняє проблематизування життєвої задачі, відмову особи від її авторського розв'язання та перекладання власної відповідальності на інших.

**Основний матеріал та результати дослідження.** Ресурс ми визначаємо як психологічний мотиваційно-духовний динамічний стан уможливлення сутності людини. Психологічною ресурсністю, на наш погляд, є уміння людини оперувати власними ресурсами, тобто їх знати й уміти оновлювати і вмщувати. **Метою дослідження** було емпіричне обґрунтування психологічної ресурсності як критерію індивідуального здоров'я особи. **Методи дослідження:** 1) емпіричні – метод психологічного опитування, математико-статистичні методи аналізу даних; 2) теоретичні – методи аналізу та інтерпретації.

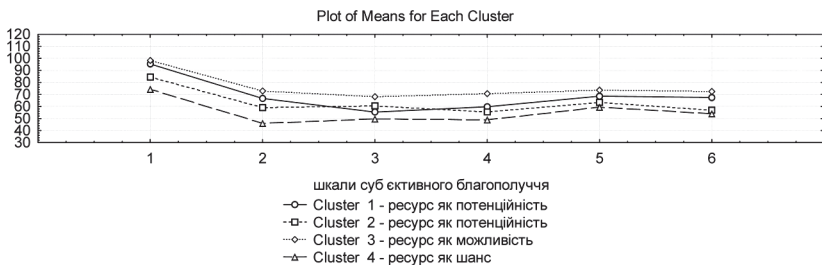
Ознаками того, що психологічна ресурсність є критерієм індивідуального здоров'я ми припустили такі: 1) наявність прямого зв'язку між психологічною ресурсністю та суб'єктивним благополуччям, а також наявність обернених зв'язків між психологічною ресурсністю та компонентами Темної тріади; 2) особам з вищим рівнем суб'єктивного благополуччя буде властивий вищий рівень психологічної ресурсності; 3) особи з завищеним рівнем вияву рис Темної тріади не характеризуватимуться як психологічно ресурсні.

Діагностичний інструментарій дослідження: опитувальник шкали психологічного благополуччя К. Ріфф (адаптація С. Карсканової [5], 2011), короткий опитувальник Темної тріади (адаптація М. Єгорової, М. Ситнікової, О. Паршикової, 2015), авторський опитувальник психологічної ресурсності (2012). У дослідженні взяли участь 77 осіб віком 20-53 роки (студенти, вчителі, підприємці, фінансисти, медичні працівники).

За допомогою кореляційного аналізу за критерієм Спірмена встановлено наявність прямих зв'язків між психологічною ресурсністю та усіма компонентами суб'єктивного благополуччя ( $r=0,34-0,64$ ;  $p<0,001$ ), з компонентами суб'єктивного благополуччя пов'язані показники уміння оперувати ресурсами – знання власних ресурсів, уміння їх оновлювати та вміщувати. Визначено наявність прямих зв'язків між психологічною ресурсністю, показниками уміння оперувати ресурсами, ресурсами впевненості у собі і творчості та нарцисизмом як компонентою Темної тріади ( $r=0,42-0,53$ ;  $p<0,001$ ). Уточнено, що між компонентами суб'єктивного благополуччя та компонентами Темної тріади також є прямі зв'язки ( $r=0,40-0,62$ ;  $p<0,001$ ). З нарцисизмом пов'язані і такі компоненти суб'єктивного благополуччя, як позитивні взаємини з іншими, особистісне зростання, цілі у житті, самоприйняття. Отож, можна зробити висновок, що наявність рис Темної тріади не зменшує відчуття суб'єктивного благополуччя.

Методом порівняльного аналізу за t-критерієм Ст'юдента з'ясовано, що особи з вищим загальним рівнем суб'єктивного благополуччя не характеризуються вищим рівнем психологічної ресурсності чи її компонентів вже на рівні  $p<0,05$ . Водночас встановлено, що особи з вищим рівнем психологічної ресурсності характеризуються нижчим рівнем психопатії ( $p<0,01$ ). Особи з нормальним, здоровим рівнем нарцисизму характеризуються вищим рівнем ресурсу віри у добро ( $p<0,01$ ). На основі даних ієрархічного багатofакторного аналізу (метод Secondary&Primary(Unique), факторна вага  $>0,7$ ) встановлено, що чинниками загального рівня психологічної ресурсності є відсутність макіавеллізму та психопатії. Автономія як компонента суб'єктивного благополуччя є чинником психологічної ресурсності за факторної ваги 0,64. Відтак, суб'єктивне благополуччя не визначає рівня психологічної ресурсності, її зумовлює відсутність макіавеллізму та психопатії. Завищений рівень нарцисизму характеризує зниження психологічного ресурсу «віра у добро», який є однією з головних компонент психологічної ресурсності.

За результатами дискримінантного функціонального аналізу встановлено, що критерій «загальний рівень психологічної ресурсності» є підставою для подальшого математико-статистичного аналізу суб'єктивного благополуччя за показниками позитивних взаємин з іншими, автономія, цілі у житті, самоприйняття, оскільки за вказаними показниками Wilks' Lambda становить 0,54-0,58 (за стандартизованого Wilks' Lambda > 0,52). Активною компонентою є автономія. За критерієм «загальний рівень психологічної ресурсності» виокремлено чотири групи осіб. Першу групу з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя виокремлено з коректністю 0%, другу групу з середнім рівнем суб'єктивного благополуччя типу А – з коректністю 53%, третю групу з середнім рівнем суб'єктивного благополуччя типу В – з коректністю 56%, четверту групу з високим рівнем суб'єктивного благополуччя – з коректністю 84%. Отож, за критерієм психологічної ресурсності не доцільно характеризувати осіб з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. Особливості вияву компонент суб'єктивного благополуччя за критерієм психологічної ресурсності було встановлено за допомогою кластерного аналізу методом k-середніх (рис.1).



1 – позитивні взаємини з іншими, 2 – автономія, 3 – управління середовищем,  
 4 – особистісне зростання, 5 – цілі у житті, 6 – самоприйняття

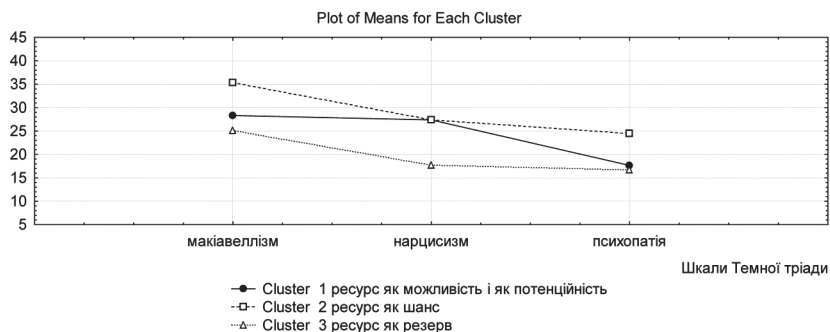
**Рис. 1. Кластери типів поєднання компонент суб'єктивного благополуччя за критерієм психологічної ресурсності**

Кластерний аналіз підтвердив, що низький рівень психологічної ресурсності не становить окремого типу вияву компонент суб'єктивного благополуччя.

Дискримінантний функціональний аналіз дав можливість з'ясувати, що критерій «загальний рівень психологічної ресурсності» є підставою для подальшого математико-статистичного



аналізу усіх трьох рис Темної тріади, оскільки за вказаними показниками Wilks' Lambda становить 0,69-0,94 (за стандартизованого Wilks' Lambda > 0,68). Активною компонентою є нарцисизм. За критерієм «загальний рівень психологічної ресурсності» виокремлено чотири групи осіб з різними особливостями вияву рис Темної тріади. Першу групу з низьким рівнем вияву рис Темної тріади виокремлено з коректністю 60%, другу групу з середнім рівнем вияву рис Темної тріади типу А – з коректністю 9%, третю групу з середнім вияву рис Темної тріади типу Б – з коректністю 64%, четверту групу з високим рівнем суб'єктивного благополуччя – з коректністю 52%. Результати класифікації звертають увагу на нечіткість розмежування груп з різним виявом рис Темної тріади за критерієм психологічної ресурсності. Особливості вияву компонент Темної тріади за критерієм психологічної ресурсності було встановлено за допомогою кластерного аналізу методом k-середніх (рис.2).



**Рис. 2. Кластери типів поєднання компонент Темної тріади за критерієм психологічної ресурсності**

Згідно з нормованими даними опитувальника Темної тріади в адаптації М. Єгорової [3], особам, які характеризуються типом психологічної ресурсності «ресурс як шанс» (типи ресурсності докладніше охарактеризовано у [15]), властивий завищений рівень макіавеллізму та нарцисизму. Особам, які характеризуються типом психологічної ресурсності «ресурс як резерв», властивий занижений рівень нарцисизму. За допомогою регресійного аналізу встановлено, що ресурсною компонентою нарцисизму є знання власних ресурсів ( $p < 0,05$ ).

За даними дискримінантного аналізу з'ясовано, що за критерієм суб'єктивного благополуччя виокремлено групу з низьким

рівнем психологічної ресурсності з коректністю 75%, з середнім рівнем – 100%, з високим рівнем – 0%. Активними компонентами дискримінантного функціонального аналізу були психологічні ресурси впевненості у собі, доброти до людей, допомоги іншим, знання власних ресурсів (Wilks' Lambda становить 0,78 за стандартизованого Wilks' Lambda > 0,70). За критерієм Темної тріади виокремлено групу з низьким рівнем психологічної ресурсності з коректністю 50%, з середнім рівнем – 99%, з високим рівнем – 0%. Активними компонентами дискримінантного функціонального аналізу були психологічні ресурси любові та самореалізації у професії (Wilks' Lambda становить 0,63-0,64 за стандартизованого Wilks' Lambda > 0,56). Відтак, за критерієм Темної тріади не доцільно характеризувати осіб з високим рівнем психологічної ресурсності.

Емпіричні дані вказали, що висунуті нами припущення щодо ознак критеріальності психологічної ресурсності підтверджені частково. Зокрема, доведено, що між психологічною ресурсністю та суб'єктивним благополуччям існує пряма залежність, а особи з високим рівнем ресурсності (тип «ресурс як можливість») не характеризуються завищеним рівнем рис Темної тріади. Водночас з'ясовано, що оберненого зв'язку між психологічною ресурсністю та компонентами Темної тріади на статистично значущому рівні не встановлено, а рівень суб'єктивного благополуччя «чутливий» до рівня психологічної ресурсності.

Результати емпіричного дослідження показали, що:

1) відчуття задоволеності власним життям ще не є показником високого рівня психологічної ресурсності людини. Реалістичність відчуття суб'єктивного благополуччя зумовлена рівнем знань особи щодо власних ресурсів. Водночас психологічна ресурсність є підставою для здатності особистості до прийняття самостійних рішень та автономної поведінки, що є фоном для відчуття суб'єктивного благополуччя. Особи з вищим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем усіх компонентів суб'єктивного благополуччя;

2) чинниками психологічної ресурсності є відсутність макіавеллізму та психопатії. Критерій Темної тріади не розповсюджується на характеристику осіб з високим рівнем психологічної ресурсності. Головними показниками ризику осіб з низьким і середнім рівнем психологічної ресурсності посісти непродуктивну життєву позицію є труднощі інтерпретації власної значущості для інших та професійної самореалізації. Зокрема, особи з типом психологічної ресурсності «ресурс як шанс», які характеризу-

ються недостатнім рівнем сформованості ресурсів добрати до людей та віри у добро, виявляють завищений рівень макіавеллізму та нарцисизму;

3) особи з завищеним, нездоровим рівнем нарцисизму характеризуються нижчим рівнем віри у добро. За доброго знання власних ресурсів, вони не уміють їх вміщувати й оновлювати, відтак їх оперування власними ресурсами є неефективним.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Результати дослідження показали, що психологічна ресурсність є мірою реалістичності відчуття суб'єктивного благополуччя, границею для здорового нарцисизму. Психологічна ресурсність уможливує конструктивну інтерпретацію складної життєвої ситуації в категоріях віри у добро, любові, самореалізації у професії.

Категорії міри та границі належать до тезаурусу поняття «критерій». Відтак, за результатами дослідження можна стверджувати, що психологічна ресурсність є критерієм індивідуального рівня психічного здоров'я. Визначення критерія індивідуального здоров'я зумовлює необхідність подальшої характеристики психологічних засобів підтримання цього здоров'я.

#### Список використаних джерел

1. Галецька І. І. Психологічне здоров'я як проблема національної безпеки / І. Галецька // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. – Серія психологічна. – 2012. – 2(1). – С.49–58.
2. Грищенко М. В. Психічне здоров'я особистості та його критерії / М. Грищенко, О. Землянська // Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин на європейському просторі, 10 лютого 2016 р.: Матеріали I Міжнародного науково-практичного семінару / за ред. Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2016. – С.24–27.
3. Егорова М.С. Адаптация Короткого опросника Темной триады / М. Егорова, М. Ситникова, О. Паршикова // Психологические исследования. – 2015. – Т. 8. – № 43 : [Електронний ресурс]. – Режим доступа:<<http://psystudy.ru>> – Мова. рос.
4. Калашникова С. А. Личностные ресурсы и психологическое здоровье человека: соотношение содержания понятий / С. Калашникова // Гуманитарный вектор. – 2011. – № 2 (26). – С.185–189.

5. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації / С. Карсканова // Практична психологія та соціальна робота. – 2011. – №1. – С.1–10.
6. Кузнецов М. А. Психологические механизмы и детерминанты поддержания здоровья человека / М. Кузнецов, Л. Зотова // Вісник ХНПУ ім. Григорія Сковороди. – Психологія. – С.165–188 : [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <<https://zenodo.org/record/44721/files/18.pdf>> – Мова. рос.
7. Куттер П. Современный психоанализ / П. Куттер; [пер. с нем.]. – СПб. : «Б.С.К.», 1997. – 351 с.
8. Леонтьев Д. А. Развитие личности в норме и в затруднённых условиях / Д.А. Леонтьев // Культурно-историческая психология. – 2014. – Т. 10. – № 3. – С. 97–106.
9. Максименко К. С. Общая характеристика психологической специфики непсихотических личностных расстройств / К. Максименко // Проблеми сучасної психології : Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського націон. ун-ту імені Івана Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип.30. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. – С.360–371.
10. Ревякіна О. Г. Теоретико-методологічні підходи до проблеми особистісного здоров'я / О. Ревякіна // Наука і освіта. – 2015. – №5. – С.63–68 : [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <[http://nbuv.gov.ua/j-pdf/NiO\\_2014\\_5\\_13.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/NiO_2014_5_13.pdf)> – Мова. укр.
11. Сокольская М. В. Личностное здоровье человека: теоретический анализ (сообщение 1) / М. Сокольская : [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <<http://journals.tsu.ru/uploads/import/1000/files/29.pdf>> – Мова. рос.
12. Furnham A. The Dark Triad of Personality: A 10 Year Review / Adrian Furnham, Steven C. Richards, and Delroy L. Paulhus // Social and Personality Psychology Compass. – 2013. – №7/3. – PP.199–216. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <[http://www2.psych.ubc.ca/research/dark\\_triad/articles/](http://www2.psych.ubc.ca/research/dark_triad/articles/)> – Мова. англ.
13. Hobfoll S. E., Lilly R. S. Resource conservation as a strategy for community psychology // Journal of Community Psychology. – № 21. – 1993. – PP. 128–148.
14. Park N. Character Strengths: Research and Practice / N. Park, C. Peterson // Journal of College & Character. – 2009. – №4

- (April). – VOL. X : [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <[www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions](http://www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions)> – Мова. англ.
15. Shtera O. S. Resource orientation: distinguishing aspects and type / O. Shtera // Психологічні перспективи. – Вип. 26. – Луцьк : Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2015. – С.327–337.

### Spysok vykorystanyh dzherel

1. Haletska I. I. Psykholohichne zdorovya yak problema natsionalnoyi bezpeky / I. Haletska // Naukovyy visnyk Lvivskoho derzhavnogo universytetu vnutrishnikh sprav. – Seriya psykholohichna. – 2012. – 2(1). – S.49–58.
2. Hryshchenko M. V. Psykhichne zdorovya osobystosti ta yoho kryteriyi / M. Hryshchenko, O. Zemlyanska // Aktualni problemy psykholohiyi osobystosti ta mizhosobystisnykh vzayemyn na yevropeyskomu prostori, 10 lyutoho 2016 r.: Materialy I Mizhnarodnoho naukovy-praktychnoho seminaru / za red. L. A. Onufriyevoyi. – Kamyanets-Podilskyy : Medobory-2006, 2016. – S.24–27.
3. Egorova M.S. Adaptatsiya Korotkogo oprosnika Temnoy triadyi / M. Egorova, M. Sitnikova, O. Parshikova// Psihologicheskie issledovaniya. – 2015. – T. 8. – # 43. [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu:<<http://psystudy.ru>> – Mova ros.
4. Kalashnikova S. A. Lichnostnyie resursy i psihologicheskoe zdorove cheloveka: sootnoshenie sodержaniya ponyatiy / S. Kalashnikova // Gumanitarnyy vektor. – 2011. – # 2 (26). – S.185–189.
5. Karskanova S. V. Opytuvalnyk «Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchya» K. Riff: protses ta rezultaty adaptatsiyi / S. Karskanova // Praktychna psykholohiya ta sotsialna robota. – 2011. – #1. – S.1–10.
6. Kuznetsov M. A. Psykholohicheskiye mekhanizmy yu determynantu podderzhaniya zdorovya cheloveka / M. Kuznetsov, L. Zotova // Visnyk KhNPU im. Hryhoriya Skovorody. – Psykholohiya. – S.165–188 : [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu:<<https://zenodo.org/record/44721/files/18.pdf>> – Mova ros.
7. Kutter P. Sovremennyiy psihoanaliz / P. Kutter; [per. s nem.]. – SPb. : «B.S.K.», 1997. – 351 s.

8. Leontev D. A. Razvitie lichnosti v norme i v zatrudnennyih usloviyah / D. Leontev // Kulturno-istoricheskaya psihologiya. – 2014. – Т. 10. – # 3. – S. 97–106.
9. Maksimenko K. S. Obshchayakharakteristikapsikhologicheskoy spetsifiki nepsikhoticheskikh lichnostnykh rasstroystv / K. Maksimenko // Problemy duchnoi psikhologii : Zb. nauk. prats Kamianets-Godil'skogo nats. un-tu imeni Ivana Ogiienka, In-tu psukhologii imeni G. S. Kostiuka NAPN Ukrainu / za red. S. D. Maksymenka, L. A. Onufrievoi. – Vup. 30. – Kamianets-Godil'skiy : Aksioma, 2015. – S.360–371.
10. Revyakina O. G. Teoretyko-metodologichni pidkhody do problemy psikhologichnogo zdorovya / O. Revyakina // Nauka I osvita. – 2015. – №5. – С.63-68 : [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu:<nbuv.gov.ua/j-pdf/NiO\_2014\_5\_13.pdf>– Mova ukr.
11. Sokolskaya M. V. Lichnostnoe zdorove cheloveka: teoreticheskii analiz (soobschenie 1) / M. Sokolskaya : [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu: <<http://journals.tsu.ru/uploads/import/1000/files/29.pdf>> – Mova ros.
12. Furnham A. The Dark Triad of Personality: A 10 Year Review / Adrian Furnham, Steven C. Richards, and Delroy L. Paulhus // Social and Personality Psychology Compass. – 2013. – №7/3. – PP.199-216 : [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu: <[http://www2.psych.ubc.ca/research/dark\\_triad/articles](http://www2.psych.ubc.ca/research/dark_triad/articles)> – Mova angl.
13. Hobfoll S. E., Lilly R. S. Resource conservation as a strategy for community psychology // Journal of Community Psychology. – № 21. – 1993. – P. 128-148.
14. Park N. Character Strengths: Research and Practice / N. Park, C. Peterson // Journal of College & Character. – 2009. – №4 (April). – VOL. X : [Elektronnyy resurs]. – Rezhym dostupu:<[www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions](http://www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions)> – Mova angl.
15. Shtepa O. S. Resource orientation: distinguishing aspects and type / O. Shtepa // Psikhologichni perspektyvy. – Vyp. 26. – Lutsk: Skhidnoyevropeyskyy natsionalnyy universytet imeni Lesi Ukrayinky, 2015. – S.327–337.

**O.S. Shtepa. Psychological resourcefulness as a criterion of individual health.** Psychological resourcefulness is theoretically positioned as a predictor of an individual's level of mental health in the coordinates of subjective well-being and the Dark triad of personality. The suppositions

about the presence of direct ties between psychological resourcefulness and subjective well-being were made, as well as about an inverse relationship between the level of psychological resourcesfulness and the components of the Dark triad of personality.

According to the results of empirical research, which included 77 people aged 20-53, the existence of a direct link between the overall level of psychological resourcesfulness and all the components of subjective well-being was identified, as well as a link with narcissism as a component of the Dark triad. Narcissism is also associated with such components of subjective well-being as positive relations with others, personal growth, life goals, self-acceptance. At the same time, according to the criterion of psychological resourcefulness it is appropriate to distinguish three types of people with different ratios of components of the Dark triad, namely: 1) individuals with a level of component of the Dark triad within the normal range, 2) individuals with a lower level of narcissism as compared to normal, 3) individuals with a higher level of narcissism than normal. It was found that according to the criterion of the general level of the features of the Dark triad it is incorrect to characterize individuals with a high level of subjective well-being and a high level of psychological resourcefulness. The comparative analysis showed that the individuals, who possess higher levels of knowledge of their own resources, can be characterized by a higher level of all the components of subjective well-being. It is established that individuals with an increased level of narcissism are well aware of their own psychological resources, but do not know how to maintain and restore them, so they operate their resources inefficiently.

**Key words:** psychological resourcefulness, individual health, psychological resource «believe in good», the types of psychological resourcefulness, Dark triad, machiavellism, narcissism, psychopathic.

*Received January 08, 2016*

*Revised January 25, 2016*

*Accepted February 26, 2016*