

На нашу думку, введення категорії нужди необхідне і у діяльнісному підході, і в екзистенціальному, і в психоаналізі, і в глибинній психології. Адже нужда – це науковий факт, те, що описує реальність, яка не лише існує в особистості, але й конститує її. Все дійсно починається з нужди, яка виникає на з'єднанні двох фундаментальних векторів двох соціальних істот, які в соціальному контакті породжують нову біологічну особину – потенційну особистість.

Підводячи попередній підсумок, відзначимо головне: прогрес у науковому пізнанні психології особистості ми пов'язуємо з необхідністю організації досліджень, які б фіксували особливості самого предмета вивчення (логіка об'єкта) в його цілісності й унікально-специфічній складності. Природа особистості така, що вона існує як факт лише в русі, в розвитку. Отже, адекватним підходом до її вивчення буде або генетико-моделюючий підхід, або генетико-моделюючий метод. Це означає, що ми повинні викласти наше бачення специфіки вивчення явища розвитку в генетичній психології, щоб до визначити та чітко відкрити свою позицію. Лише після цього доречно приступати до концептуального викладення нашого бачення проблем психології особистості.

Одержано 26.02.2017

Раскрыт генетический подход к исследованию проблемы личности в условиях мультипарадигмальности психологического знания и в связи с вызовами общества. Авторская идея заключается в попытке не объяснить, а понять психологию личности, саму логику ее возникновения, становления и существования, открыть психологические механизмы этого грандиозного явления, этого чуда, которым является личность человека, а поняв, выстроить теоретическую парадигму личности и метод ее исследования.

Ключевые слова: личность, генетическая психология, украинское общество.

УДК 159.943.8

Оксана Володимирівна МОМОТ,

слухач магістратури Харківського національного університету внутрішніх справ

Науковий керівник: Алла Андріївна ШИЛІНА,

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ

ПРОБЛЕМА ДОСЛІДЖЕННЯ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ У ПСИХОЛОГІЇ

Розглянуто проблему поведінки, спрямованої на подолання складних ситуацій – копіngu та вивченню особливостей опановуючої поведінки людей.

Ключові слова: копінг-стратегії, опановуюча поведінка особистості, прийняття рішень.

Проблема поведінки, спрямованої на подолання складних ситуацій, – копіngu (coping) – починаючи з 80-х років ХХ ст., традиційно знаходиться у фокусі уваги західних, зокрема американських науковців (Д. Брайт, А. Біллінс, К. Карвер, Р. Лазарус, К. Міллер, С. Фолкман та ін.). У межах психології останнім часом проводиться багато досліджень, спрямованих на вивчення особливостей подолання людиною складних життєвих ситуацій (Л. Анциферова, О. Будницька, Ф. Василюк, Р. Грановська, І. Нікольська, Н. Дорошенко, О. Зайва, Є. Коржова, О. Кочарян, Є. Лібіна, А. Налчаджян, С. Нартова-Бочавер та ін.).

Існують великі складності в розмежуванні механізмів захисту та опанування. Найбільш поширеною є точка зору, згідно з якою психологічний захист характеризується відмовою індивіда від конструктивного вирішення проблеми, а способи опанування – необхідністю проявляти продуктивну активність та прагненням впоратися з труднощами. Можна сказати, що предметом психології опанування є вивчення механізмів емоційної та раціональної регуляції людиною своєї поведінки з метою оптимальної взаємодії з життєвими обставинами або їх перетворення в відповідності зі своїми намірами [2].

Опанування – є індивідуальний спосіб взаємодії із ситуацією у відповідності з її власною логікою, значущістю в житті людини та її психологічних можливостей.

Дослідження проблеми опанування в психології призвело до цілого ряду висновків. По-перше, необхідно вивчати ситуативні змінні, або так звані важкі життєві ситуації (Л. І. Анциферова, Р. Лазарус та С. Фолькман), по-друге, дослідити ті особистісні властивості, які багато в чому визначають стиль реагування на ситуацію (П. Коста, Р. Маккрі, Я. Стреляу). Наприклад, проблемно-орієнтований стиль спрямований на раціональний аналіз проблеми і полягає в розробці плану вирішення важкої ситуації. Він заснований на таких діях людини, як пошук необхідної інформації, самостійне опрацювання ситуації, звернення за допомогою до інших, більш компетентним людям. Суб'єктно-орієнтований стиль є наслідком емоційного реагування на ситуацію і проявляється у вигляді небажання розбиратися в проблемі, зсув на інші, релаксуючі види діяльності – вживання їжі, алкоголю та ін. [1].

У вітчизняних дослідженнях було визначено, що стиль поведінки пов'язаний з темпераментальними і особистісними властивостями. Так, стратегія уникнення співвідноситься з низькою предметною активністю і високою емоційністю, як чутливості до неспівпадання очікуваного і отриманого результату, а також негативним ставленням до себе і низьким рівнем контролю.

Стратегії співробітництва віддають перевагу люди, які характеризуються високою предметною енергійністю (тобто потребою в напруженій роботі), більш низькими показниками емоційності, інтернальності локусу контролю. Стиль суперництва корелює з високим рівнем емоційності в комунікативній сфері, екстернальним локусом контролю і негативним відбитим самоставленням.

Існує безліч підходів до класифікації способів психологічного подолання. Так, згідно однієї з них, опанування включає такі форми, як:

- 1) реальне (поведінкове або когнітивне) вирішення проблем;
- 2) пошук соціальної підтримки;
- 3) перетлумачення ситуації на свою користь;
- 4) захист і відкидання проблем;
- 5) ухилення та уникнення;
- 6) співчуття до самого себе;
- 7) пониження самооцінки;
- 8) емоційну експресію [5].

Здавалося б, психозахист має благородні цілі: зняти, усунути гостроту психологічного переживання, емоційне загострення ситуації. При цьому емоційне загострення ситуації завжди негативне, завжди переживається як психологічний дискомфорт, тривога, страх, жах. Але захисне відреагування негативних переживань відбувається за рахунок спрощення, за рахунок удаваного паліативного вирішення ситуації [3].

Більшість дослідників фокусують свою увагу на проблемі копінг-стратегій, а також способів, за допомогою яких вони здатні пом'якшити тяжкість стресових впливів на особистість і підтримувати якість життя людини на досить високому рівні. І якщо раніше копінг розумівся виключно як феномен «реактивності» (в даному випадку розуміється пасивна адаптація індивіда до стресових умов); стратегії подолання, згідно з таким поданням, використовуються вже після того, як людина пережила стрес. То останнім часом феномен копінга трактується як щось, що існує і розвивається задовго до настання стресової події. Все частіше стратегії подолання розглядаються з точки зору позитивного впливу на чималі сфери життя індивіда. Ідея про те, що копінг позитивно впливає на особистість, зв'язується з підкресленою роллю позитивного переконання людини в підтримці і збереженні власного тілесного і психічного здоров'я.

Таким чином, можна визначити наступні позитивні особливості копінг поведінки: спрямованість у майбутнє, позитивна мотивація в формі сприйняття особистістю кризових ситуацій як можливостей для зростання, а також активне використання соціальної підтримки.

Список бібліографічних посилань

1. Грановская Р. М., Никольская И. М. Защита личности: психологические механизмы. СПб.: Знание, 1999. 347 с.

2. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями: теоретический анализ. *Журнал социологии и социальной антропологии*. 1998. Т. 1, № 2. С. 102–112.

3. Родина Н. В. К проблеме соотношения понятий «копинг-стратегии» и «защитные механизмы». *Психодинамический подход*. Киев: Либідь, 2006. 98 с.

4. Русина Н. А. Копинг-ресурсы личности как основа ее здоровья // *Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы*/под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Ин-т психологии РАН, 2008. 474 с.

5. Сизова И. Г., Филиппченко С. И. Методика диагностики когнитивно-поведенческих стратегий преодоления // *Современная психология: состояние и перспективы исследований*. Ч. 5. Программы и методики психологического исследования личности и группы: Материалы юбилей. науч. конф. ИП РАН/отв. ред. А. Л. Журавлев. М.: Ин-т психологии РАН, 2002. 180 с.

Одержано 17.02.2017

Рассмотрена проблема поведения, направленного на преодоление сложных ситуаций – копинга и изучения особенностей совладающего поведения людей.

Ключевые слова: *копинг-стратегии, совладающее поведение личности, принятие решений.*

УДК 159.9

Валентина Валеріївна МОСКОВЧЕНКО,

викладач кафедри соціології та психології факультету № 6
Харківського національного університету внутрішніх справ

СКЛАДОВІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

Розглянуто поняття життєстійкості як основного ресурсу перетворення життєвих подій у нові можливості. Запропоновано життєстійкість пов'язувати з формуванням більш ціннісних орієнтацій, відповідних реаліям сьогодення.

Ключові слова: *життєстійкість, стрес, С. Мадді, смирення, пошук натхнення.*

Умови, в яких протікає життєдіяльність сучасної людини, часто по праву називають екстремальними і стимулюють розвиток стресу. Це пов'язано з багатьма факторами та загрозами, у тому числі політичними етнічними, інформаційними, соціально-економічними, екологічними, природними. У сучасній психології проблема життєвих ситуацій та особливо важких і екстремальних життєвих ситуацій розробляється багатьма авторами, що спираються на такі поняття, як копінг-стратегії, стратегії подолання важкими життєвими ситуаціями, посттравматичний стресовий розлад: це Н. В. Тарабріна, М. Ш. Магомед-Емінов, М. М. Пуховський та ін. [1].

В умовах ламання старих відносин, зміни поведінкових моделей і ціннісних систем зростає актуальність вивчення особистісних якостей, які допомагають людині ефективно справлятися з наростаючою напруженістю і темпом сучасного життя [2]. Старі норми й життєві цінності, що панували раніше у суспільній свідомості, багато в чому не відповідають реаліям сьогодення, але продовжують чинити тиск на особистість.

Актуальність даної проблеми визначається наявністю протиріччя між сучасними соціальними умовами, що виносять особливі вимоги до формування системи ціннісних орієнтацій особистості, і недостатньою вивченістю життєстійкості і механізмів її розвитку, а також слабкою розробленістю конкретних прийомів відповідного цілеспрямованого впливу.

Як відомо, в житті кожної людини постійно присутня безліч проблем. Щодня йому доводиться щось вирішувати, долати труднощі, словом, не здаватися, і все одно домагатися свого. Одні проблеми зникають, проте з'являються нові і якщо людина, успішно долає труднощі, то він може відчувати, що таке успіх. Можуть виникнути ситуації, вирішити які, надзвичайно важко і дуже складно, як би сильно людина цього не хотіла і як би вона до цього не прагнула. Це може бути будь-яке нещастя: смерть близької людини, позбавлення житла, майна, даху над головою, зрада коханої людини, смерть дітей, загалом, все, що здатне позбавити нас надії на світле майбутнє і бажання жити.