

Ламаш Ірина Володимирівна,

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

Діхтенко Юрій Сергійович,

слухач магістратури факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ

ДОЛАЮЧА ПОВЕДІНКА ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ

Постійно зростаюча увага дослідників до проблематики подолання людиною стресу відкриває нові перспективи у вивченні даної теми. Особливе місце в пошуку ресурсів, що обумовлюють успішне протидію стрес-факторам, сьогодні займають дослідження з проблеми долаючої поведінки.

Термін ресурси в сучасній психології розглядається в декількох аспектах. Деякими авторами ресурси включаються в опис стратегій життя, з іншого боку, ресурси часто розглядаються в більш вузькому трактуванні як можливості і засоби подолання стресу, як аспект саморегуляції і регуляції діяльності та поведінки. Довгий час проблема ресурсів розглядалася і досліджувалася в тісному зв'язку з проблемою способів (стратегій) опанування, а також як окрема стратегія подолання. У зв'язку з цим часто виникає термінологічна плутанина, і опис змісту поняття ресурсів залишається за рамками психологічних концепцій подолання. У той же час є дані, що копінг-реакції як поведінка реалізуються вже після впливу стресора. А копінг-ресурси - це чинники, які мають місце, діючи до впливу, «поглинання» стресора, які в той же час зменшують негативний вплив стресу [1, с.47]. Отже, цілком закономірним є розуміння долаючої поведінки в контексті ресурсного підходу.

Як зазначає Н. В. Родіна, з кінця 90-х років ХХ століття дослідники проблематики копінг-стратегій, звертаючись до поведінки подолання, стали розробляти теорії так званого ресурсного підходу [2, с. 608]. Ресурсні теорії копінгу пропонують оригінальне та комплексне трактування подолання індивідом стресів, що виникають. Внутрішні ресурси, а саме: сенсовність, зрозумілість, самозарадність, що виступають складовими елементами відчуття когеренції, а також самоефективність, упевненість у собі, самоповага та життєстійкість становлять собою ті особистісні якості, що сприяють ефективній копінг-поведінці [2, с. 620]. Крім того, авторка зауважує, що ресурсний підхід припускає, що внутрішні ресурси та вживані копінг-стратегії можуть чинити взаємний вплив [2, с. 621].

На думку І. О. Никоненко, на сучасному етапі психологічної науки відсутня чітка класифікаційна структура ресурсів особистості, зокрема у контексті копінг-поведінки [3, с. 88]. Наприкінці 90-х років науковці значну роль у формуванні копінг-стратегій почали відводити ресурсам особистості. Копінг-ресурси – це відносно стійкі особистісні та соціальні чинники, які впливають на додання стресової ситуації та сприяють розвитку копінг-стратегій. До структури копінг-ресурсів належать: ресурс когнітивної сфери особистості; ресурс самосвідомості або Я-концепції; ресурс інтегральної орієнтації особистості або локус-контроль; ресурс емпатії; ресурс афіліації. Слід зазначити, що розвиток копінг-ресурсів дозволяє особистості конструктивно оцінювати стресогенну ситуації та наявність альтернативних шляхів їх вирішення [3, с. 89].

Означена структура копінг-ресурсів ставить питання про їх місце у функціонування психологічної ресурсності особистості. О. С. Штепа розуміє психологічну ресурсність особистості як здатність людини актуалізувати власні психологічні ресурси з метою саморозвитку, саморозкриття у взаєминах та надання підтримки іншим. Саме у психологічній ресурсності розкривається автентичність особистості.

Психологічна ресурсність особистості виявляється у її здатності саморозвиватися, умінні бути компетентною у життєвих та професійних питаннях, автономною у прийнятті рішень, самодостатності у долати складних життєвих ситуацій, умінні підтримувати та надихати інших, умінні бути творчою та досягати успіху. За думкою дослідниці, характеристиками психологічної ресурсності, є знання людиною власних психологічних ресурсів, уміння оновлювати та використовувати свої психологічні ресурси [4; 5].

Виходячи з того, що змістовна організація копінг-поведінки являє собою складне багаторівневе утворення, котре включає дискретні компоненти, які розрізняються за ступенем зрілості, адаптивності та активності, які інтегруються в різнорівневі системи [6, с. 200], перспективним слід вважати комплексне вивчення складових долаючої поведінки в контексті психологічної ресурсності, що дозволить деталізувати уявлення щодо копінг-ресурсів особистості.

Список бібліографічних посилань

1. Петрова Е. А. К вопросу о понятии ресурсов совладания и критериях их эффективности. *Психология совладающего поведения: материалы II Междунар. науч.-практ. конф.*, Кострома, 23–25 сент. 2010 г. В 2 т. Т. 2. Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. С.46 – 49.

2.Родіна Н. В. Особистісні характеристики як ресурси долаючої поведінки. Огляд деяких сучасних теорій копінгу. *Проблеми сучасної психології*. 2010. №7. С.608 – 623.

3.Никоненко І. О. Теоретичний огляд ресурсного підходу в контексті вивчення копінг-поведінки особистості. *Український психолого-педагогічний науковий збірник*. 2015. №5. С. 88 – 91.

4.Штепа О. С. Функціональна значущість психологічної ресурсності у структурі особистісного потенціалу. *Проблеми сучасної психології*. 2015. №. 29. С. 765-778.

5.Штепа О. С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. №. 21. С. 782-791.

6.Мазур Т. В. Особливості копінг-поведінки фахівців соціальної сфери. *Ukraine – EU. Modern technology, business and law : collection of international scientific papers : in 2 parts. Part 2. Modern engineering. Sustainable development. Innovations in social work: philosophy, psychology, sociology. Current problems of legal science and practice.* – Chernihiv : CNUT, 2015. С.198 – 200.

Лещенко Катерина Андріївна,

слухач магістратури факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ

КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ В КОНТЕКСТІ РЕФЛЕКСИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ ЖУРНАЛІСТСЬКОГО ФАКУЛЬТЕТУ

В умовах глобалізації та інформатизації суспільства й інтеграції України в європейський комунікаційний і освітній простір зростає роль засобів масової інформації, ефективність діяльності яких безпосередньо залежить від професіоналізму журналістів, від їх культури професійного спілкування, від уміння творчо налагоджувати співпрацю у процесі комунікації в різних сферах суспільного життя.

Сьогодні у кожній галузі суспільства (і особливо в журналістиці) важливим чинником успішності й конкурентоспроможності є майстерність