
ШТЕПА О.С.,
кандидат психологічних наук,
доцент, кафедра психології,
Львівський національний
університет імені Івана Франка,
м. Львів

ХАРАКТЕРИСТИКА ВПЛИВУ БАЗОВИХ ПЕРЕКОНАНЬ НА СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті на теоретичному рівні сформульовано проблему критерію, що визначає прагнення людини «законсервувати» власні ресурси або готовність їх витратити. Емпірично встановлено, що базове переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу» є чинником психологічної ресурсності, а ефектом психологічної ресурсності особистості є «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла».

Ключові слова: ресурс, психологічна ресурсність, переконання, базові переконання психологів-практиків

В статье на теоретическом уровне сформулирована проблема критерия, определяющего стремление человека «законсервировать» свои ресурсы либо израсходовать их. Эмпирически установлено, что базовое убеждение «убежденность, что мир полон смысла» обуславливает уровень психологической ресурсности, а эффектом психологической ресурсности личности является «убежденность, что в мире больше добра, чем зла».

Ключевые слова: ресурс, психологическая ресурсность, убеждения, базовые убеждения психологов-практиков

In the article at the theoretical level is formulated the problem of the criterion of defines the human desire to preserve resources or willingness to spend it. Argued that characterized trends due to life experience of a person living in difficult situations and relationships with others, in consequence of which he formed certain beliefs. Accordingly, it is the belief due to as psychological resourcefulness personality. Empirically established that basic belief «the conviction that the world is full of meaning» is a psychological factor resourcefulness, and the

psychological effect of resourcefulness personality is «the belief that in the world is more good than evil». Justified that persons with a high level of psychological resourcefulness are characterized by a higher level of formation of such basic beliefs as «the belief of the self-value», «the belief that in the world is more good than evil».

Key words: resource, psychological resourcefulness, beliefs, basic beliefs of psychologists- -practitioner.

Постановка проблеми. У вивченні ресурсів особистості нині більшої уваги приділяють встановленню їх структури, емпіричних дескрипторів, видів [5; 7; 18]. Не зважаючи на відсутність уніфікованого означення поняття ресурсу, більшість психологів-практиків та вчених вважають, що ресурсна людина характеризується здатністю самореалізовуватися та підтримувати інших, тобто більшою мірою віддає, витрачає власні ресурси.

Водночас ці дані складно узгодити з концепцією С. Хобфолла щодо схильності людей «консервувати» власні ресурси, тобто отримати, зберегти та захистити від втрачання, а також набути нові ресурси для підвищення впевненості у власному майбутньому [18].

Допускаємо, що прагнення «законсервувати» ресурси або готовність їх витратити визначається як відчуттям людини наявності у неї достатнього обсягу ресурсів для додання стресу, так і особливостями її ставлення до інших, заради яких вона готова витратити власні ресурси. Вважаємо, що схарактеризовані тенденції зумовлені життєвим досвідом людини проживання складних ситуацій та взаємин з іншими, внаслідок чого у неї формуються певні переконання. Саме переконання узагальнюють уявлення людини про саму себе та її ставлення до інших, розкривають значущість, яка надається певним подіям у житті людини, а зроблені на основі переконань висновки зумовлюють вчинки людини [16, С.124]. Відтак саме переконання

визначуватимуть міру психологічної ресурсності особистості.

Метою дослідження є емпірично з'ясувати базові переконання осіб з різним рівнем психологічної ресурсності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Ресурсами людини найчастіше вважають особистісні властивості й здібності, що є для людини цінними та допомагають адаптуватися до стресових ситуацій й долати їх (самоповага, професійні уміння, самоконтроль, життєві цінності) (С. Хобфолл, 1993). Водночас ресурс визначають і як стан, що характеризується відчуттям щастя, впевненості, необхідних для розв'язання проблем, а також чуттям свободи (Ф. Майленова, 2002). В означенні ресурсу як можливості й засобу досягнення мети, розглядають такі його види: життєвий досвід, підтримка близьких людей, мудрість (Н. Рубштейн, 2009). Науковці схильні визначувати ресурси саме як внутрішні сили, які необхідні людині для конструктивного додання життєвих криз, тому атрибутами ресурсності вбачають ініціативність, відповідальність, прагнення сенсу (В. Розенберг, 2012) [17]. Актуалізованість психологічних ресурсів саморозвитку вважають умовою можливості набуття особистістю власного унікального досвіду [6], що генералізується у її світогляді.

Основою світогляду як форми духовно-практичного освоєння людиною довкілля та власних можливостей вважають знання випробувані життєвим досвідом [15]. Своєю чергою, зна-

ння, що верифіковані у життєвому досвіді особи критичним аналізом [1, С.21] та самостійно прийнятими нею рішеннями [2, С.327], набувають статусу переконань.

Переконання тлумачать як уявлення, знання, ідеї, що стали мотивами поведінки людини та зумовлюють її ставлення до різних сфер діяльності [12, С.423]. Переконання класифікують як головні компоненти світогляду особистості [12, С.423], одними з визначальних характеристик психологічної готовності [13, С.81], а також вбачають складниками Я-концепції [3, С.52], диспозиціями, що зумовлюють спрямованість та чуття сенсовності життя у осіб з досягнутою ідентичністю [13, С.91], складниками внутрішніх персональних ресурсів [2, С.305].

У формуванні переконань визначальну роль надають відгукам про людину значущих осіб, їх компліментам та критичним коментарям на її адресу, а також валентності її власного минулого досвіду [8, С.126-127]. Дослідники наголошують, що переконання особистості формуються лише внаслідок самостійно прийнятих нею рішень [1, С.21]. Водночас самостійності у сенсі полнезалежності ще недостатньо для утвердження переконань, важливо, щоб особа дотримувалась власних переконань, тобто була принциповою [4, С.200].

Необхідність переглянути власні принципи, надати їх сумніву може стати для людини складною життєвою ситуацією [8, С.122]. На погляд М. Вайт, психотерапевти несуть особливу відповідальність за вплив на клієнта, внаслідок його переконання можуть бути звужені чи знецінені [16, С.43]. Ф. Майленова вважає, що у випадках значущої невідповідності чи навіть конфлікту між цінностями клієнта та психолога, головна етична трудність для терапевта – це повною мірою працюючи на благо клієнта <...>, мінімально втручатися з власною системою цінностей [7, С.132].

Утвердження у власних принципах

та здатність відстояти їх людина переживає як власне особисте досягнення, що дає їй відчуття цілісності [10, С.270]. Слідування власним переконанням дає особі змогу проживати автентичне життя, тобто не зумовлене збігом зовнішніх обставин, а побудоване особою відповідно до власних цінностей і цілей [9, С.325], а також реалізовувати акмеологічне (у сенсі морально-етичне) ставлення до життя, що зокрема виявляється в умінні людини створювати реальні взаємини допомоги, любові, захисту щодо інших [14, С.26, 28].

Отож, саме переконання особистості зумовлюють рівень її самоповаги та готовності будувати взаємини турботи. Відповідно доцільно з'ясувати характер цього впливу.

Основний матеріал. З метою з'ясувати, які переконання людини є передумовою для формування її духовних сил служіння іншим, а які – є наслідком набуттої нею ресурсності, нами було проведено емпіричне дослідження за участі 110 осіб (у тім числі 30 психологів – студенти 5 курсу та психологи з досвідом практики 3-15 років) віком 20-40 років. Діагностичний інструментарій склали Шкала базових переконань Р. Янова-Бульмана [11, С.66-75] та авторський опитувальник психологічної ресурсності особистості. Ми розглядаємо ресурси як диспозиції інтенційності, що актуалізуються у ситуаціях морального самовизначення як можливість та спосіб надання життю сенсовності, та зумовлюють транспонування результату проживання людиною складних життєвих ситуацій у її унікальний життєвий досвід, а психологічну ресурсність як уміння людини актуалізовувати власні ресурси та оперувати ними.

Теоретичні припущення дослідження: 1) є базові переконання, що є чинниками психологічної ресурсності, і є базові переконання, що є наслідком сформованої психологічної ресурсності в людини; 2) у психолога та клієнта є різні головні базові переконання. Теоретичні припущення було

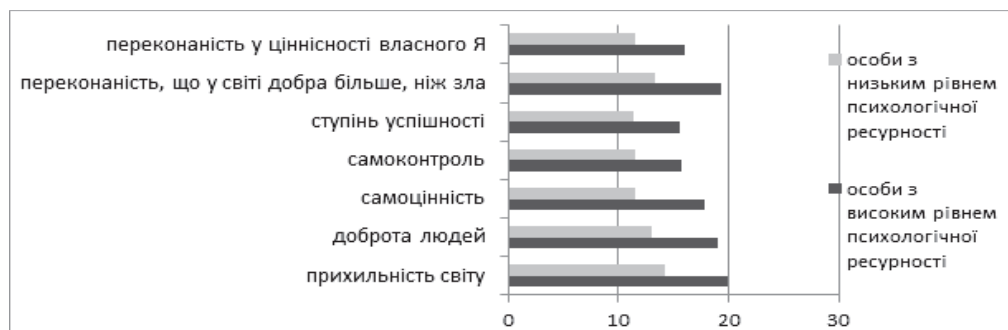


Рис.1. Особливості базових переконань осіб з різним рівнем психологічної ресурсності (за результати порівняльного аналізу за Т-критерієм Ст'юдента)

конкретизовано в емпіричних гіпотезах та перевірено за допомогою методів математико-статистичного аналізу.

Для перевірки гіпотези про те, що базове переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу» є чинником психологічної ресурсності, було застосовано ієрархічний багатофакторний аналіз (0,7), за результатами якого встановлено, що психологічну ресурсність зумовлюють, по-перше, базові переконання «контрольованість світу» та «переконаність, що світ сповнений сенсу»; по-друге, базове переконання «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла»; по-третє, ресурси «любов» та «відповідальність»; по-четверте, базове переконання «випадковість подій», по-п'яте, ресурс «успіх». Гіпотеза підтверджена.

За допомогою регресійного аналізу встановлено, що до структури психологічної ресурсності входять такі базові переконання: по-перше, «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла», по-друге, «переконаність у цінності власного Я». Методом «причин та ефектів» Ішикава з'ясовано, що ефектом психологічної ресурсності особистості є «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла».

З метою перевірки припущення, що особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем сформованості базового переконання «переконаність, що

світ сповнений сенсу», було застосовано порівняльний аналіз за критерієм Ст'юдента. За результатами порівняльного аналізу визначено, що особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем сформованості таких базових переконань, як «переконаність у цінності власного Я», «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла», «ступінь успішності», «самоконтроль», «самоцінність», «доброта людей», «прихильність світу» (рис.1). Гіпотеза не підтверджена.

У підгрупі осіб з високим рівнем психологічної ресурсності (з них близько 83% склали психологи) за допомогою кореляційного аналізу ($p \leq 0,001$) було встановлено, що психологічна ресурсність та її головні компоненти (віра у добро та доброта до людей), а також показники (знання власних ресурсів, уміння їх використовувати й оновлювати) пов'язані ($r = 0,40 - 0,54$) з такими аспектами базових переконань, як «прихильність світу», «самоцінність», «доброта людей», а також головними базовими переконаннями «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла» та «переконаність у цінності власного Я». Рис.2 ілюструє кореляційну плетяду головних зв'язків психологічної ресурсності та базових переконань.

За допомогою методу Main Effects ANOVA (Specification method/Quick

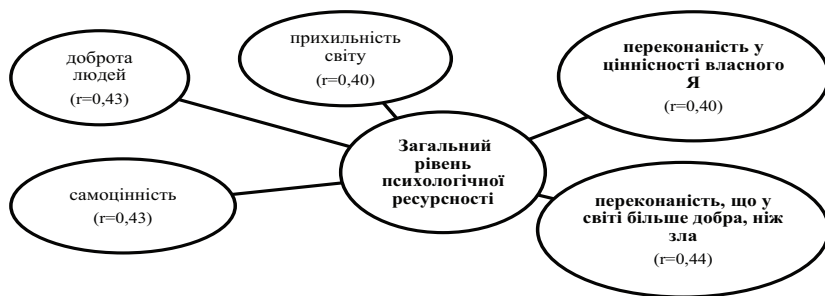


Рис.2. Кореляційна плеяда головних зв'язків психологічної ресурсності та базових переконань ($p \leq 0,001$)

specs dialog) було встановлено, що у осіб з високим рівнем психологічної ресурсності, в першу чергу, виявляється базове переконання «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла», а в другу – базове переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу».

З метою перевірки гіпотези про те, що психологам властивий вищий рівень сформованості базового переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу» було застосовано порівняльний аналіз за Т-критерієм Ст'юдента. (рис.3).

За результатами порівняльного аналізу визначено, що психологи характеризуються вищим загальним рівнем психологічної ресурсності, а також вищим рівнем сформованості таких аспектів базових переконань, як «справедливість світу», «випадковість подій»; психологам властивий вищий рівень сформованості базового переконання «переконаність у цінності власного Я». Гіпотеза не підтверджена.

Емпіричні результати дослідження дають змогу стверджувати, що вплив базових переконань на психологічну ресурсність має двобічний характер. Зокрема, у формуванні рівня психологічної ресурсності значущою є наявність у людини таких головних базових переконань, як «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла» та «переконаність у цінності власного Я». Найімовірніше, що упевненість особистості у власній значущості, здатності до самоорганізування та успішності, а також сприймання світу та людей як добрих та прихильних, формуються спочатку під впливом сімейного виховання. Водночас кристалізування батьківських очікувань та настанов у переконання особи може відбутися лише за наявності у неї власного життєвого досвіду чуття самоцінності та співпраці з іншими. Відповідно особи з високим рівнем психологічної ресурсності проаналізували власний життєвий досвід щодо ситуацій,

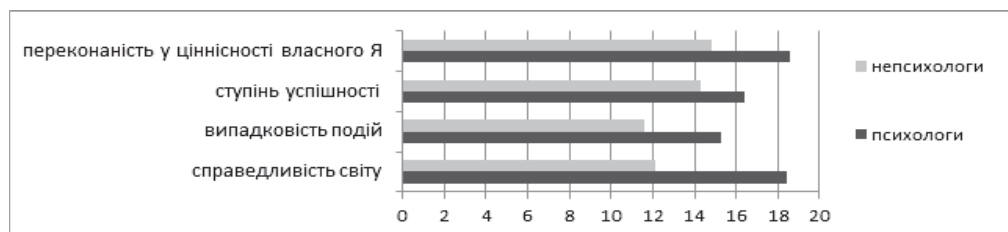


Рис.3. Особливості базових переконань психологів та непсихологів (за результати порівняльного аналізу за Т-критерієм Ст'юдента)

у яких отримали підтримку інших і не були відчужені, а у ситуаціях, що могли загрожувати їх чуттю особистості значущості й успішності зробили вибір на користь самоприйняття, а не самоприпинення. Сформованість базових переконань «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла» та «переконаність у цінності власного Я» зумовлює високий рівень умінь людини актуалізовувати та оперувати власними ресурсами.

У осіб з сформованим високим рівнем психологічної ресурсності актуалізується базове переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу», а саме: ці люди, маючи досвід пікових переживань, або ресурсних станів, приймають рішення щодо напрямку самоздійснення – самореалізація чи присвята себе служінню іншим. Тому характеризуючись високим рівнем сформованості чуття сенсовності життя, психологічно ресурсні люди різнитимуться за типом ресурсності, залежно від локусу самоздійснення.

Результати дослідження вказують на низьку ймовірність появи розбіжностей у поглядах психологів-практиків та їх можливих клієнтів. Те, що у психологів є вищим рівнем базового переконання «переконаність у цінності власного Я» найімовірніше є наслідком як обов'язкового досвіду особистої психотерапії так і високої професійної самооцінки. Наявність у них переконання щодо високої значущості власного Я свідчить на користь їх професійної зрілості. На наш погляд, переважання у психологів переконання щодо випадковості подій доцільно тлумачити не як відчуття нездатності впливати на події власного життя, а як чуття можливостей, тобто наявності різних способів досягнення мети та

здатності їх реалізувати. У життєвій картині світу психологів та потенційних клієнтів не виявлено переконань, зіткнення яких унеможливить взаємодовіру та знизить результативність психологічного консультування.

Базові переконання можна допускати не лише чинником рівня психологічної ресурсності, а й регулятором використання ресурсів особою.

Висновки та перспективи дослідження. На теоретичному рівні сформульовано проблему критерію, що визначає прагнення людини «законсервувати» власні ресурси або готовність їх витратити. Аргументовано, що схарактеризовані тенденції зумовлені життєвим досвідом людини проживання складних ситуацій та взаємин з іншими, внаслідок чого у неї формуються певні переконання, що визначуватимуть міру психологічної ресурсності особистості. Емпірично встановлено, що базове переконання «переконаність, що світ сповнений сенсу» є чинником психологічної ресурсності, а ефектом психологічної ресурсності особистості є «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла». Доведено, що особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем сформованості таких базових переконань, як «переконаність у цінності власного Я» та «переконаність, що у світі більше добра, ніж зла». Встановлено, що психологи характеризуються вищим загальним рівнем психологічної ресурсності та вищим рівнем сформованості базового переконання «переконаність у цінності власного Я». Науково перспективним вважаємо вивчення вікової динаміки базових переконань у зв'язку зі змінами рівня психологічної ресурсності особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Аронсон Э. Эпоха пропаганды: механизмы убеждения, повседневное использование и злоупотребление [пер. с англ.] /Э. Аронсон, Э. Р. Пратканис. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 384с.

2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336с.
3. Залюбовская Н. С. Факторы развития самосознания в период ранней взрослости // Психология человека в современном мире. Том 3. Психология развития и акмеология. – М.: Изд-во «Институт РАН», 2009. – С.52-54.
4. Ильин Е. П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2009. – 368с.
5. Калашиникова С. А. Личностные ресурсы и психологическое здоровье человека: соотношение содержания понятий // Гуманитарный вектор. – 2011. – №2(26). – С.185-189.
6. Кузікова С. Б. Емпіричне дослідження саморозвитку суб'єктної діяльності // Психологічні науки: проблеми і здобутки – Додаток 1 до №1, Том IV, – 2012р. – Тематичний випуск «Проблеми емпіричних досліджень у психології» – Вип. 6. – С.132-139.
7. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании. – М.: «КСП+», 2002. – 416с.
8. Маллой А. Лайф-коучинг. Меняю жизнь! [пер. с англ.]. – Минск: «Попурри», 2010. – 272с.
9. Муздыбаев К. Экзистенциальная интерпретация заботы о другом человеке // Психология человека в современном мире. Том 3. Психология развития и акмеология. – М.: Изд-во «Институт РАН», 2009. – С.329-341.
10. Ньюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего [под ред. Д. А. Леонтьева] / Ж. Ньюттен. – М.: Смысл, 2004. – 608с.
11. Психодиагностика толерантности личности [под ред. Г. У. Солдатовой, Л. А. Шайгеровой]. – М.: Смысл, 2008. – 172с.
12. Современный психологический словарь [под ред. Б. Г. Мецержакова, В. П. Зинченко]. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 490с.
13. Солдатова Е. Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости [моногр.]. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267с.
14. Старовойтенко Е. Б. Психология личности в парадигме жизненных отношений. – М.: Академический проект; Трикста, 2004. – 256с.
15. Типы мировоззрения // Назва з вікна сайту. Доступно з <http://intranet.tdmi.edu.ua/data/kafedra/internal/philosophy.htm>
16. Уайт М. Карты нарративной практики: Введение в нарративную терапию [пер. с англ.]. – М. Генезис, 2010. – 326с.
17. Штепа О. С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості // Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН. – Вип. 21. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2013. – С.782-791.
18. McPadden K. S. Hobfoll COR-theory // Назва з вікна сайту. Доступно з http://wfnetwork.bc.edu/encyclopedia_entry.php