

Характеристика особистісного досвіду психологічно ресурсних осіб

Shtepa O.S. Characteristics of personal experience of psychologically resourceful people / O.S. Shtepa // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 30. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 711–726.

О.С. Штепа. Характеристика особистісного досвіду психологічно ресурсних осіб. Емпіричними дескрипторами особистісного досвіду допущено мотиваційні цінності, базові переконання, операційні характеристики життєвих завдань, особливості ставлення до Іншого, екзистенційна здійсненність, життєстійкість, смисложиттєві орієнтації. За допомогою багатофакторного аналізу встановлено, що особистісний досвід осіб з високим рівнем психологічної ресурсності на емпіричному рівні характеризується дев'ятифакторною моделлю, що в сукупності описує близько 97% дисперсії. Головними характеристиками особистого досвіду осіб з високим рівнем психологічної ресурсності є такі: екзистенційна здійсненність, автентичність; переконаність у самоцінності; усвідомлення ресурсними людьми власних егоїзму, гордині та амбівалентності у ставленні до інших; головними актуалізованими ресурсами є «робота над собою» та «доброта до людей», а вичерпаним ресурсом є «самореалізація у професії» і «допомога іншим»; сумніви у переконаннях щодо доброти людей та, що у світі добра більше, ніж зла, а також щодо необхідності відповідати очікуванням інших. Обґрунтовано, що особистісний досвід психологічно ресурсних людей відрізняється від досвіду нересурсних осіб за змінами Я-концепції за напрямками «дружелюбність», «альтруїзм», «підозріливість». За допомогою кореляційного аналізу доведено, що зміни Я-концепції психологічно ресурсних осіб за напрямком «альтруїзм» пов'язані з актуалізацією ресурсу «впевненість у собі», а за напрямком «дружелюбність» – з відмовою від приниження як форми ставлення до Іншого. На основі результатів аналізу причин та ефектів обґрунтовано, що психологічна ресурсність є ефектом зміни Я-концепції за ознакою «альтруїзм».

Ключові слова: психологічна ресурсність, особистісний досвід, ставлення до Іншого, Я-концепція, самоцінність, базові переконання, екзистенційна здійсненність, життєстійкість, смисложиттєві орієнтації.

Е.С. Штепа. Характеристика личностного опыта психологически ресурсных людей. Эмпирическими дескрипторами личностного

опыта предположены мотивационные ценности, базовые убеждения, операционные характеристики жизненных заданий, особенности отношения к Другому, экзистенциальная исполненность, жизнестойкость, смысложизненные ориентации. С помощью многофакторного анализа установлено, что личностный опыт людей с высоким уровнем психологической ресурсности характеризуется девятифакторной моделью, которая в совокупности описывает около 97% дисперсии. Главными характеристиками личностного опыта людей с высоким уровнем психологической ресурсности являются: экзистенциальная исполненность, аутентичность; убеждение относительно самооценности; осознание ресурсными людьми собственных эгоизма, амбивалентности и гордыни по отношению к другим; главными актуализированными ресурсами являются «работа над собой» и «доброта к людям», а исчерпанными ресурсами – «самореализация в профессии» и «помощь другим»; сомнения в убеждениях относительно доброты людей и, что в мире добра больше, чем зла, а также относительно необходимости соответствовать ожиданиям других. Обосновано, что личностный опыт психологически ресурсных людей отличается от опыта нересурсных людей в изменениях Я-концепции в направлениях «дружелюбность», «альтруизм», «подозрительность». С помощью корреляционного анализа показано, что изменения Я-концепции психологически ресурсных людей в направлении «альтруизм» связаны с актуализацией ресурса «уверенность в себе», а в направлении «дружелюбность» – с отказом от унижения как формы отношения к Другому. На основе результатов анализа причин и эффектов обосновано, что психологическая ресурсность является эффектом изменений Я-концепции в направлении «альтруизм».

Ключевые слова: психологическая ресурсность, личностный опыт, отношение к Другому, Я-концепция, самооценность, базовые убеждения, экзистенциальная исполненность, жизнестойкость, смысложизненные ориентации.

Постановка проблеми. У сучасній психології розвитку, що характеризує особистість з позиції постнекласичного герменевтичного підходу, головним вектором зміни особистості дорослих осіб вважають їх особистісний досвід [16, С.163]. У зв'язку з цим уточнено критерії кризового та гармонійного проживання людиною зрілого періоду життя, а саме: 1) вважають, що криза зрілості зумовлена не віком, а особливостями досвіду людини, що розкриваються внаслідок переміни життєвої ситуації [1, С.334]; 2) ступінь психологічного благополуччя дорослих пов'язують з тим, якою мірою їх Я-концепція дає їм змогу сприймати важливий для них досвід [13, С.95]. Н. Рубштейн зауважив, що досвід, наданий людиною ревізії, стає одним з її головних ресурсів – мудрістю [17, С.199]. Проте, на погляд Н. Чепелевої, «якість вираження досвіду залежить від того, наскільки людям доступні

інтерпретаційні ресурси» [22, С.16]. Представлені дані щодо зв'язку зміни досвіду людини та перемін її особистості у зрілому віці дозволили припустити, що саме психологічна ресурсність особи є предиктором якісних змін особистості у зрілому віці. Водночас для уможливлення застосування цього предиктора для аналізу психологічних проблем особистості необхідно теоретично й емпірично з'ясувати роль психологічної ресурсності у структурі особистісного досвіду.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Досвід характеризують як «неповторне поєднання внутрішнього (індивідуального) та зовнішнього (соціокультурного) світів» [3, С.30], як сукупність стійких оцінок на основі системи інтерпретацій, що склалася [8, С.17]. Однією з головних характеристик досвіду вважають саме діалогічність [16, С.35], відтак формою провадження взаємодії між особистістю та її внутрішнім і повнішим світом розуміється діалог, а засобами його творення – ресурси дискурсу. Механізмами проживання досвіду обґрунтовано розуміння, інтерпретацію, наративізацію [22, С.18,20].

Розрізняють життєвий досвід людини, головним елементом якого є переживання, та особистісний досвід, головною одиницею якого є смисл [21, С.437]. Творення смислу можливе лише у ситуаціях з незакритою валентністю, причому прагнення сенсу порівнюють із розсуванням людиною меж психологічної ситуації та вважають шансом для її особистісного зростання. У пошуках цього шансу особа прагне бути в певних ситуаціях, надаючи їм статусу події [16, С.145,147]. Подію характеризують як результат герменевтичної роботи людини, що виявляється у транспонуванні елементів життєвого досвіду в екзистенційний [21, С.438], тобто категоризації переживання [21, С.402], що означається зламом стабільної ситуації [16, С.144]. За зміни рівноваги між зовнішнім і внутрішнім світом набуває значущості стійкість внутрішніх ресурсів особистості, що характеризується як готовність та вміння особи здобувати необхідний досвід для зіставлення наявних власних внутрішніх можливостей і вибору напряму взаємодії з зовнішнім світом [6, С.43]. Формально «злам» характеризують як розрив між досвідом пережитим і досвідом вираженим [16, С.40]; суб'єктивно «злам» пов'язують із «викликом», тобто необхідністю нових рішень [21, С.383], що постала в результаті зіткнення заскорузлої установки та перспективи [11, С.23]. Причому в міжперсональному просторі прийняття перспективи розкривають як здатність особи дізнаватися про очікування інших [20, С.96], а в інтрасуб'єктному – як очікування людини щодо

себе самої. Зокрема, Р. Мей обґрунтовує появу в людини чуття провини за те, що вона не є тим, ким мусить бути, як виклик з боку екзистенції, якому завжди передує «зустріч» особи зі смыслом, самою собою чи Іншим [11, С.15, 21, 23]. Відчуття людиною неможливості продовжувати бути такою, якою була раніше, Д. Б'юдженталь окреслив через переживання відчаю [2]. З одного боку, відчай викликаний переживанням особою самотності через втрату віри та довіри [4, С.309], а з іншого – переживанням задрощів щодо Іншого, який володіє певною перевагою [7, С.353]. Обидва ракурси проблеми відчаю зумовлені нестачею енергії для формування реалістичної позиції [4, С.310] та ресурсів для реалізації власного досягнення [7, С.353]. Нестача енергії, ресурсів сприймається людиною як страждання. Втім, на погляд Ф Майленової, ресурси є тими елементами досвіду, за допомогою яких можна перейти з актуального стану до бажаного результату [9, С.246]. Відтак, ідеться не про уникнення чуття відчаю та страждання, а про трансформацію перешкод вияву сутності особистості у її ресурс.

Проживання людиною екзистенційних проблем стає підставою для формування екзистенційного досвіду, головні компоненти якого – екзистенційна проблема, осягнення і таємниця означаються суб'єктивно [21, С.395], а актуалізування супроводжується значною напругою внутрішніх ресурсів [21, С.456]. Розв'язання екзистенційних проблем називають духовним життєвим завданням [18, С.400], [2], що реалізується шляхом інтерпретації та реінтерпретації системи конструктів «Я – світ». Результатом інтерпретації є оцінка людиною себе за критерієм вартості, а інших – за критерієм сумісності [7, С.18]. Наслідком репродуктивної інтерпретації є стагнуючий досвід, у якому не змінено інтерпретаційних схем, що містять травмувальні фрагменти [16, С.14], а результатом продуктивної інтерпретації стає авторська позиція особи щодо власного особистісного досвіду [16, С.24], у якій уможлиблюється те, що раніше людині видавалося неможливо здійснити [21, С.456]. Визначення життєвої ситуації як значущої дає змогу людині визначитися самій собі [5, С.108], тобто зайняти відносно власного особистісного досвіду певну позицію – автора, коментатора, оповідача, дослідника власного життя [16, С.27]. Здатність створювати дискурси, а не підкорюватися їм чи репродуктивно відтворювати, пов'язують з авторською суб'єктною позицією та вважають характеристикою дискурсивного суб'єкта [16, С.21], який має доступ до власних інтерпретаційних ресурсів.

Інтерпретаційні ресурси характеризують як інтерпретаційні схеми, «які задають межі інтерпретації реальності, дозволяючи надати сенс тій чи іншій події» [22, С.16]. Найбільш поширеними інтерпретаційними схемами вважають знання та уявлення людини, особистісні смисли, типові культурні сюжети [14, С.46]. Втім, інтерпретаційні схеми мають надаватися ревізії з метою позбавлення ілюзій та підтримки відкритості досвіду, яка є основою довіри людини до себе та інших [15, С.222, 237, 239]. Авторська життєва позиція особистості, що виявляється у прагненні людини розкривати власний творчий потенціал і турбуватися про інших, надає особі відчуття повноти життя та необхідності іншим [18, С.397, 402], особистісної здійсненності, реалізованості. Причому рівень здійсненності зумовлений як відчуттям особи власної затребуваності іншими [18, С.3966], так і відчуванням людиною здатності бути якомога більшою мірою самою собою, реалізовувати власну сутність [12, С.71], [18, С.402]. На погляд А. Маслоу, самоактуалізованим людям властиво інтерпретувати себе в життєвих ситуаціях як людину співпраці [10, С.210]. Відтак екзистенційний досвід постає як джерело позитивних особистісних змін, що виявляються саме в зрілому віці [2], [21, С.384]. На погляд дослідників, індикатором особистісних змін, що відбулися внаслідок рефлексії людиною власного досвіду, є Я-концепція [13, С.95]. Вибудована особою Я-концепція опирається впливам нового досвіду настільки, що актуалізується конфлікт між прагненням людиною самоактуалізації та правильному сприйманню нею внутрішнього та зовнішнього досвіду (Р. Нельсон-Джонс за А. Реан [13, С.95]. Водночас, на думку К. Роджерса, за відчуття людиною бути прийнятою Іншим, людина наважеться проаналізувати деякі аспекти досвіду, що суперечать її Я-концепції, і таким чином Я-концепція особистості стає більш відповідною «Я-ідеальному» [15, С.120, 283].

Аналіз літератури уможливив висновок про те, що внутрішні ресурси людини актуалізуються в екзистенціальному досвіді, а їх головною функцією є реінтерпретація можливостей людини, за якої її уявлення про себе наближуються до розуміння власної сутності.

Основний матеріал і результати дослідження. Концепція дослідження сформульована в рамках постнекласичного герменевтичного підходу, в якому головними характеристиками особистості є відкритість досвіду, динамічність ментальної картини світу, усвідомлення унікальності власного життя, відносна неза-

лежність від зовнішніх впливів. Наріжним концептом розуміння суб'єктності людини є «досвід» [16, С.10, 13].

Ми характеризуємо особистісно-екзистенціальні 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. Психологічну ресурсність нами охарактеризовано як уміння людини актуалізувати власні особистісно-екзистенціальні ресурси оперувати ними.

Метою дослідження є визначення особистісно-екзистенціальних ресурсів, що задіяні в продуктивній інтерпретації особистісного досвіду. Об'єктом дослідження є суб'єктність як здатність самовизначення особистості; предметом – локалізація особистісно-екзистенціальних ресурсів у структурі особистісного досвіду. **Методи дослідження:** 1) емпіричні – метод опитування, методи багатофакторного та порівняльного аналізу; 2) теоретичні – методи психологічної герменевтики (концептуалізація та психологічна інтерпретація).

Теоретичні завдання дослідження: 1) визначити супідрядність особистісного досвіду та внутрішніх ресурсів, 2) з'ясувати локус та функції внутрішніх ресурсів у структурі особистісного досвіду, 3) проінтерпретувати роль внутрішніх ресурсів у позитивних змінах особистості.

На наш погляд, важливою умовою, що задає позитивний напрям змінам особистості, є здатність людини актуалізувати за екзистенційного вибору власні ресурси дискурсу і таким чином зайняти в життєвому просторі авторську позицію. Формою вияву ресурсів дискурсу ми допускаємо особистісні смисли, що характеризують чуття здійсненності та затребуваності людини. Головна функція ресурсів дискурсу, ймовірно, полягає в інтерпретації особою значення відчаю, який виникає у процесі пошуку людиною гармонійного способу транслювання власної сутності через свою особистість, персону.

Теоретичне визначення ресурсів дискурсу дозволяє стверджувати, що продуктивна інтерпретація людиною власного особистісного досвіду зумовлена саме психологічною ресурсністю особи, оскільки йдеться про здійснення доступу до ресурсів, який можна тлумачити як здатність оперувати ними. Водночас психологічну ресурсність нами охарактеризовано як уміння людини актуалізувати власні особистісно-екзистенціальні ресурси та оперувати ними. Відтак, можна зробити висновок про

те, що психологічно ресурсні особи стали ресурсними внаслідок продуктивної інтерпретації власного особистісного досвіду, яку було здійснено на основі певних ресурсів дискурсу. Зважаючи на таємницю, що є невід'ємною компонентою екзистенційного досвіду, вважаємо за доцільне на емпіричному рівні уточнити, які саме ресурси задіяні у продуктивній інтерпретації досвіду, адже це дасть змогу психологам-практикам актуалізувати ці ресурси у клієнтів з метою конструктивнішого проживання ними складних життєвих ситуацій.

Нами сформульовано такі емпіричні завдання дослідження: 1) побудувати багатофакторну модель особистісного досвіду осіб з високим рівнем психологічної ресурсності, 2) побудувати багатофакторну модель особистісного досвіду осіб, які за емпіричними критеріями опитувальника психологічної ресурсності не характеризуються як психологічно ресурсні. Емпіричними дескрипторами особистісного досвіду нами визначено мотиваційні цінності, базові переконання, операційні характеристики життєвих завдань, особливості ставлення до Іншого, екзистенційна здійсненність, життєстійкість, смисложиттєві орієнтації.

Діагностичний інструментарій склали такі методики: методика Ш. Шварца «Портрет цінностей» (PVQ) (адаптація І. Семків), шкала базових переконань Р. Янова-Бульмана (адаптація О. Кравцової), тест «Життєві завдання особистості» (розробка колективу лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології АПН України під керівництвом Т. М. Титаренко), опис морально-етичного ставлення до Іншого за Ю. Александровою, шкала екзистенції (Existenzskala) А. Ленгле та К. Орглера (адаптація С. Кривцової), тест життєстійкості (адаптація Д. Леонтєва та Є. Рассказової опитувальника Hardiness Survey С. Мадді), тест смисложиттєвих орієнтацій Д. А. Леонтєва (адаптована версія тесту «Ціль у житті» (PIL) Дж. Крамбо та Л. Махоліка), методика багатоаспектної квантифікації міжособистісних взаємин Т. Лірі (адаптація А. Реана), авторський опитувальник психологічної ресурсності.

У дослідженні взяли участь 209 осіб віком 20-53 років (студенти, вчителі, спортивні тренери, викладачі вищих навчальних закладів, психологи-консультанти, правники, медичні працівники середньої ланки). З них 144 характеризувалися високим рівнем психологічної ресурсності, а 65 осіб за емпіричними критеріями опитувальника психологічної ресурсності не схарактеризовано як психологічно ресурсні.

За допомогою порівняльного аналізу за *t*-критерієм Ст'юдента визначено, що в загальній групі досліджуваних чоловікам властивий вищий рівень таких показників ставлення до Іншого, як авторитарність та мстивість, а нижчий рівень – за сформованістю мотиваційної цінності «доброзичливість» та ресурсу «доброта до людей». Встановлено, що з віком зростає рівень відповідальності та екзистенційності як показників екзистенційної здійсненності. Методом порівняльного аналізу за *t*-критерієм Ст'юдента з'ясовано, що особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються вищим рівнем сформованості переконань щодо прихильності світу та доброти людей, а також базових переконань щодо самоцінності та того, що у світі добра більше, ніж зла; вищим рівнем сформованості усіх компонент екзистенційної здійсненності та компонент смислоттєвих орієнтацій (за винятком показника «локус-контролю життя»), усіх компонент життєстійкості; вищим рівнем за такими показниками Я-концепції, як «дружелюбність» та «альтруїстичність»; вищим рівнем таких показників ставлення до Іншого, як байдужість, прощення, підтримка. Особи з високим рівнем психологічної ресурсності характеризуються нижчим рівнем за таким показником Я-концепції, як «підозрілість»; нижчим рівнем таких показників ставлення до Іншого, як авторитарність, тиск, егоїзм, мстивість, тривога, гармонія, спокій.

Результати багатofакторного аналізу (метод *Varimax normalized, extraction: Principal components*, факторна вага >0,7) структури особистісного досвіду осіб, яких за емпіричним критерієм охарактеризовано як «ресурсні» та «нересурсні», вміщено в табл.1.

Таблиця 1

Компоненти емпіричної моделі особистого досвіду осіб зрілого віку, яких охарактеризовано як «ресурсні» та «нересурсні»

Структурні компоненти факторної моделі	Дані факторної моделі (А) особистісного досвіду психологічно ресурсних осіб	Дані факторної моделі (Б) особистісного досвіду психологічно нересурсних осіб
Фактор 1	тиск (-0,92), авторитарність (-0,97), мстивість (-0,99), ресурс «доброта до людей» (0,97), ресурс «самореалізація у професії» (-0,83)	конформізм як мотиваційна цінність (-0,71), доброзичливість як мотиваційна цінність (-0,85), універсалізм як мотиваційна цінність (-0,77), гнучкість як операційна характеристика життє-

		тевих завдань (0,88), амбівалентність як ставлення до Іншого (-0,91), ригідність як ставлення до Іншого (-0,91), творчість як ресурс (-0,80), загальний рівень психологічної ресурсності (0,84), зміни Я-концепції за напрямом «підозрілість» (0,92), відповідальність як компонента чуття екзистенційної здійсненності (-0,74), процес життя (0,94), результативність життя (0,94), локус-контролю Я (0,84), локус-контролю життя (0,84), загальний рівень осмисленості життя (0,93)
Фактор 2	ресурс «допомога іншим» (-0,93), включеність як компонента життестійкості (-0,75), контроль як компонента життестійкості (-0,73), загальний рівень життестійкості (-0,81)	влада як мотиваційна цінність (0,77), переконаність у прихильності світу (0,80), переконаність у доброті людей (0,83), самоконтроль як переконання (0,93), везіння як переконання (0,90), базове переконання, що в світі добра більше, ніж зла (0,94), базове переконання щодо самоцінності (0,97), приниження як ставлення до Іншого (-0,77), тривога як ставлення до Іншого (-0,87), загальний рівень чуття екзистенційної здійсненності (-0,77)
Фактор 3	ресурс «робота над собою» (0,97), свобода як компонента чуття екзистенційної здійсненності (0,93), відповідальність як компонента чуття екзистенційної здійсненності (0,93), загальний рівень чуття екзистенційної здійсненності (0,98), екзистенційність як компонента чуття екзистенційної здійсненності (0,95)	творчість як ставлення до Іншого (-0,92), ресурс «впевненість у собі» (-0,81), ресурс «доброта до людей» (0,85), ресурс «прагнення до мудрості» (0,82), ресурс «робота над собою» (0,77), уміння використовувати ресурси (-0,92)

Фактор 4	амбівалентність (0,95), егоїзм (0,88), гордіня (0,89)	базове переконання, що світ сповнений сенсу (0,83), альтруїзм як ставлення до Іншого (0,86)
Фактор 5	цілі у житті (0,88), процес життя (0,87), результативність життя (0,75), загальний рівень осмисленості життя (0,96)	авторитарність як ставлення до до Іншого (-0,94), егоїзм як ставлення до Іншого (-0,92), гордіня як ставлення до Іншого (-0,91)
Фактор 6	відчай як ставлення до Іншого (0,84), підтримка як ставлення до Іншого (0,88), ресурс «успіх» (0,79)	смиріння як ставлення до Іншого (-0,86), ресурс «само-реалізація у професії» (0,84)
Фактор 7	цінність власного Я як переконання (0,79), самоконтроль як переконання (0,84), везіння як переконання (0,89), базове переконання щодо самоцінності (0,98)	байдужість як ставлення до Іншого (-0,83), ресурс «успіх» (-0,91)
Фактор 8	переконаність у прихильності світу (-0,75), переконаність у доброті людей (-0,81), базове переконання, що у світі добра більше, ніж зла (-0,84)	-
Фактор 9	гнучкість як операційна характеристика життєвих завдань (-0,78)	-
Дисперсія факторної моделі А, всього 96,8%		Дисперсія факторної моделі Б, всього 96,3%

На наш погляд, особистісний досвід психологічно ресурсних осіб відрізняється від досвіду нересурсних за такими головними показниками: 1) особистісний потенціал (емпіричним показником якого допускають життестійкість) наповнено чуттям екзистенційної здійсненності та сенсовності життя, що можна трактувати, як свідому реалізацію власного життєвого призначення. Причому наявні обидві підстави для вияву екзистенційності як здатності змінювати життя на краще – свобода і відповідальність; 2) незадекларованість прихильності певним мотиваційним цінностям ми пов'язуємо з відмовою ресурсних людей від сталих схем інтерпретації; 3) базове переконання щодо власної самоцінності вміщує усі його компоненти, що засвідчує обґрун-

тованість чуття власної вартості ресурсних осіб; 4) визнання наявності у ставленні до інших амбівалентності, егоїзму та гордині ми вважаємо за вияв рефлексії над взаєминами, реалістичного сприймання себе; 5) базове переконання, що у світі більше добра, ніж зла, є у процесі становлення.

В особистісному досвіді психологічно ресурсних осіб головними особистісно-екзистенціальними ресурсами – інтерпретаційними ресурсами – є доброта до людей, самореалізація у професії, допомога іншим, робота над собою, успіх. В особистісному досвіді психологічно ресурсних людей ресурси не виявляються акордно, що, ймовірно, пов'язано з реалізуванням ними різних функцій. На наш погляд, ресурс успіху дає змогу розв'язати ситуацію відчаю трансцендентно – надаючи підтримку іншим. Ресурс роботи над собою важливий для самоаналізу, що передуює побудові власної стратегії життя. Вичерпаність ресурсу допомоги іншим у зв'язку з розкритим особистісним потенціалом ймовірно вказує на напрям застосування актуалізованих потенцій. Вичерпаність ресурсу самореалізації у професії та актуалізованість ресурсу доброти до людей у зв'язку з визнанням відмови від тиску, авторитарності й мстивості у ставленні до інших, ми трактуємо як вияв головної зміни особистості, що відбулася внаслідок реінтерпретації власного досвіду, а саме: перехід від персоналізації як утвердження власної персони (особистості) до персоніфікації як розкриття власної сутності.

Відтак, ми вважаємо, що роллю ресурсів у продуктивній інтерпретації досвіду є смислове наповнення концепту «затребуваність» ставленням до інших за типом підтримки та ставленням до себе як до особи, яка максимально розкриває власну сутність через особистість.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Результати дослідження дозволяють стверджувати, що психологічно ресурсні особи стали ресурсними внаслідок продуктивної інтерпретації власного особистісного досвіду. В особистісному досвіді психологічно ресурсних осіб головними ресурсами дискурсу є доброта до людей, самореалізація у професії, допомога іншим, робота над собою, успіх. Висока ймовірність значущості реінтерпретації особистісного досвіду в зрілому віці зумовлена актуальністю для осіб цього віку розв'язання проблеми власної екзистенційності. Перспективи дослідження ми пов'язуємо з можливостями здійснення аналізу процесу реінтерпретації особистісного досвіду ресурсними людьми через вивчення їх футурологічних наративів.

Список використаних джерел

1. Белановская О. В. Проблема кризисов зрелого возраста / О. Белановская, Ю. Строгая // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – Т.3. – Вып. 4 (12). – С.333–339.
2. Бьюдженталь Джеймс Ф. Предательство человечности: миссия психотерапии по восстановлению нашей утраченной идентичности / Джеймс Ф. Бьюдженталь [пер. с англ.] // Эволюция психотерапии: В 3-х т. – М.: «Класс», 1998. – Т.3. – С.180–207 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/_bugen01.htm>. – Мова рос.
3. Гапон Н. П. Категорія досвіду в модерній та постмодерній психологічній науці // Людина у сучасному світі. В трьох книгах. Книга 2. Психолого-антропологічний контекст: Колективна монографія; за заг. ред. д-ра філос. наук, проф. В. П. Мельника. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2012. – 28–51.
4. Дидье Ж. Философский словарь [пер. с фр.] / Ж. Дидье. – М.: Мждунар. Отношения, 2000. – 544с.
5. Знаков В. В. Тезаурусное и нарративное понимание событий как проблема психологии человеческого бытия / В. Знаков // Методология и история психологии. – Вып. 3. – Том 5. – 2010. – С.105-119.
6. Кумышева Р. М. Внутренние ресурсы человека в его взаимодействии с внешним миром / Р. Кумышева // Психология человека в современном мире. Том 5. Личность и группа в условиях социальных изменений / отв. ред. А. Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – С.37–45.
7. Куцан Н. І. Особливості різновидів заздрісності в ранньому юнацькому віці / Н. Куцан // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип.29. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015. – С.350–362.
8. Лактіонов О. М. Структурно-динамічна організація індивідуального досвіду: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / О. М. Лактіонов; Київ. нац. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. – К., 2000. – 36 с. – укр.м.
9. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании / Ф. Майленова. – М.: «КСП+», 2002. – 416 с.

10. Маслоу А. Мотивация и личность [пер. с англ.] / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2006. – 352 с.
11. Мэй Р. Мужество творить [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.koob.ru/may_rollo/the_courage_to_create> . – Мова рос.
12. Орлов А. Б. Психология личности и сущности человека: Парадигмы, проекции, практики / А. Орлов. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 272 с.
13. Психология развития личности. Средний возраст, старение, смерть / под ред. А. Реана. – М: АСТ; СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 384 с.
14. Психологія особистості: Словник-довідник / за ред. П.П. Горностая Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
15. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека [пер. с англ.] / К. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс», 1998. – 480 с.
16. Розуміння та інтерпретація життєвого досвіду як чинник розвитку особистості: монографія / за ред. Н. В. Чепелевої. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. – 276 с.
17. Рубштейн Н. Полный тренинг по развитию уверенности в себе. 73 упражнения, которые сделают вас абсолютно уверенным человеком / Н. Рубштейн. – М.: Эксмо, 2009. – 224 с.
18. Сапогова Е. Е. Психология развития человека [учеб. пос.] / Е. Сапогова. – М.: Асрект Пресс, 2001. – 460 с.
19. Фрейджер Ф. Личность: теории, эксперименты, упражнения [пер. с англ.] / Ф. Фрейджер, Д. Фэйдимен. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 864 с.
20. Фридемман В. Нердингер. Ориентация на клиента [пер. с нем.] / Нердингер В. Фридемманн. – Х.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2004. – 180 с.
21. Человек, субъект, личность в современной психологии. Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А. В. Брушлинского. Том 1 / отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 584 с.
22. Чепелева Н. В. Розуміння та інтерпретація особистого досвіду в контексті психологічної герменевтики [Електронний ресурс] / Н. В. Чепелева // Наукові записки [Національного університету «Острозька академія»]. Сер. : Психологія і педагогіка. – 2009. – Вип. 12. – С. 8–21. – Режим доступу <http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nznuoapp_2009_12_4.pdf>. – Мова укр.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Belanovskaja O. V. Problema krizisov zrelogo vozrasta / O. Belanovskaja, Ju. Strogaja // Izv. Sarat. un-ta. Nov. ser. Akmeologija obrazovanija. Psihologija razvitija. – 2014. – T.3. – Vip. 4 (12). – S. 333–339.
2. Bjudzhenal Dzhejms F. Predatel'stvo chelovechnosti: missija psihoterapii po vosstanovleniju nashej utrachennoj identichnosti / Dzhejms F. B'judzhenal [per. s angl.] // Jevoljucija psihoterapii: V 3-h t. – M.: «Klass», 1998. – T.3. – S.180–207 [Elektronnij resurs]. – Rezhim dostupu:<http://psylib.org.ua/books/_bugen01.htm>. – Mova ros.
3. Hapon N. P. Katehoriia dosvidu v modernii ta postmodernii psykholohichnii nautsi // Liudyna u suchasnomu sviti. V trokh knykh. Knyha 2. Psykholoho-antropolohichni kontekst: Kolektyvna monohrafiia; za zah. red. d-ra filos. nauk, prof. V. P. Melnyka. – Lviv : LNU imeni Ivana Franka, 2012. – 28–51.
4. Dide Zh. Filosofskij slovar [per. s fr.] / Zh. Dide. – M.: Mzhdunar. Otnoshenija, 2000. – 544 s.
5. Znakov V. V. Tezaurusnoe i narrativnoe ponimanie sobytij kak problema psihologii chelovecheskogo bytija / V. Znakov // Metodologija i istorija psihologii. – Vyp. 3. – Tom5. – 2010. – S. 105-119.
6. Kumysheva R. M. Vnutrennie resursy cheloveka v ego vzaimodejstvii s vneshnim mirom / R. Kumysheva // Psihologija cheloveka v sovremennom mire. Tom 5. Lichnost i gruppa v uslovijah socialnyh izmenenij / otv. red. A. L. Zhuravlev. – M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2009. – S. 37–45.
7. Kutsan N. I. Osoblyvosti riznovydiv zazdrisnosti v rannomu yunatskomu vitsi / N. Kutsan // Problemy suchasnoi psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho natsionalnogo universytetu imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy / Za red. S. D. Maksymenka, L. A. Onufriievoi. – Vyp.29. – Kamianets-Podilskyi: Aksioma, 2015. – S. 350–362.
8. Laktionov O. M. Strukturno-dynamichna orhanizatsiia indyvidualnogo dosvidu: Avtoref. dys. ... d-ra psykol. nauk: 19.00.01 / O. M. Laktionov; Kyiv. nats. un-t im. T. H. Shevchenka. – K., 2000. – 36 s. – ukr.m.
9. Majlenova F. Vybor i otvetstvennost v psihologicheskom konsultirovanii / F. Majlenova. – M.: «KSP+», 2002. – 416 s.
10. Maslou A. Motivacija i lichnost [per. s angl.] / A. Maslou. – SPb.: Piter, 2006. – 352 s.

11. Mjej R. Muzhestvo tvorit [Elektronnij resurs]. – Rezhim dostupu:<http://www.koob.ru/may_rollo/the_courage_to_create> . – Mova ros.
12. Orlov A. B. Psihologija lichnosti i sushhnosti cheloveka: Paradigmy, proekcii, praktiki / A. Orlov. – M.: Izdatelskij centr «Akademija», 2002. – 272 s.
13. Psihologija razvitija lichnosti. Srednij vozrast, starenie, smert / pod red. A. Reana. – M: AST; SPb.: prajm-EVROZNAK, 2007. – 384 s.
14. Psihologija osobistosti: Slovník-dovidnik / za red. P. P. Gornostaja T. M. Titarenko. – K.: Ruta, 2001. – 320 s.
15. Rodzhers K. R. Vzgljad na psihoterapiju. Stanovlenie cheloveka [per. s angl.] / K. Rodzhers. – M.: Izdatelskaja gruppa «Progress», 1998. – 480 s.
16. Rozuminnia ta interpretatsiia zhyttievoho dosvidu yak chynnyk rozvytku osobystosti: monohrafiia / za red. N. V. Chepelievoi. – Kirovohrad: Imeks-LTD, 2013. – 276 s.
17. Rubshtejn N. Polnyj trening po razvitiju uverenosti v sebe. 73 uprazhnenija, kotrye sdelayut vas absoljutno uverennym chelovekom / N. Rubshtejn. – M.: Jeksmo, 2009. – 224 s.
18. Sapogova E. E. Psihologija razvitija cheloveka [ucheb. pos.] / E. Sapogova. – M.: Asrekt Press, 2001. – 460 s.
19. Frejdzher F. Lichnost: teorii, jeksperimenty, uprazhnenija [per. s angl.] / F. Frejdzher, D. Fjejdimen. – SPb.: prajm-EVROZNAK, 2001. – 864 s.
20. Fridemann V. Nerdinger. Orientacija na klienta [per. s nem.] / Nerdinger V. Fridemann. – H.: Izd-vo Gumanitarnyj Centr, 2004. – 180 s.
21. Chelovek, subekt, lichnost v sovremennoj psihologii. Materialy Mezhdunarodnoj konferencii, posvjashhennoj 80-letiju A. V. Brushlinskogo. Tom 1 / otv. red. A. L. Zhuravlev, E. A. Sergienko. – M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2013. – 584 s.
22. Chepelieva N. V. Rozuminnia ta interpretatsiia osobystoho dosvidu u konteksti psykhologichnoi hermenevtyky [Elektronnyi resurs] / N. V. Chepelieva // Naukovi zapysky [Natsionalnogo universytetu «Ostrozka akademiia»]. Ser. : Psykhologhiia i pedahohika. – 2009. – Vyp. 12. – S. 8–21. – Rezhym dostupu

O.S. Shtepa. Characteristics of personal experience of psychologically resourceful people. The empirical descriptors of personal experience are

considered to include motivational values, basic beliefs, operational characteristics of life tasks, existential realizability, vitality, and peculiarities of treating the Other, sense-life orientation. Applying multifactor analysis it has been established that personal experience of people with high level of psychological resourcefulness on the empirical level is characterized by nine-factor model, which in total describes around 97% of dispersion. The main characteristics of personal experience of psychologically resourceful people are: existential realizability; basic belief of resourceful people in their self-value; resourceful people's understanding their selfishness, pride and ambivalence in attitude towards others; the main actualized resources are «work upon oneself» and «kindness to people», an exhausted resource is «self-realization in the profession» and «helping others»; the doubts in beliefs of resourceful people in kindness of people, that there is more good in the world than evil, necessity to be correspondent to the others' expectations. It has been shown that personal experience of psychologically resourceful people differs from experience of non-resourceful people by changes of Me-concept according to the feature of «suspiciousness». There are reasons to think that personal experience of a person's acceptance of oneself and others causes changes of person's understandings of oneself as more altruistic. Correlation analysis has proved that changes of Self-concept of psychologically resourceful people by the feature «altruism» are connected with resource «confidence», changes of Self-concept by the feature «friendly» are connected with his rejection of humiliation as a form of relationship to others. Psychological resourcefulness as an effect of experienced changes of Me-concept characterizes a person's readiness to organize situations which will favour the fullest self-disclosure.

Key words: psychological resourcefulness, personal experience, attitude towards the Other, Self-concept, existential realizability, hardiness, sense-life orientation.

Received July 13, 2015

Revised August 13, 2015

Accepted September 25, 2015