

2. Усі ЗМІ контролюються або великими корпораціями або політиками, які маніпулюють нашими поглядами.

3. Інтернет, цей „середньовічний ярмарок не відфільтрованих послань”, як його назвав Ч. Темпл, усе частіше стає для нас основним джерелом інформації.

У рекламі, як методи впливу на індивідуальну та масову свідомість, застосовують різні психологічні ефекти, стимули, що запускають механізми формування умовного рефлексу ... Суспільству залежності його членів обходяться дорого. Згідно з даними медичної статистики, залежності вбивають набагато більше людей, ніж усі війни та злочинці разом узяті. Вони відбирають у людей найдорожче — час, життя й енергію, здоров'я, заважають розвиватися, стоять на шляху здійснення заповітних бажань [3, с. 30].

#### **Список літератури**

1. Бритков В. Информационные технологии в национальном мировом развитии [Электронный ресурс] / В. Бритков, С. Дубовский // Общественные науки и современность. — 2000. — № 1. — («ПСИ-ФАКТОР»: информационный ресурсный центр по практической психологии). — Режим доступа: <http://www.psyfactor.org/infmanipulat.htm>.

2. Вукіна Н. В. Критичне мислення : як цьому навчати : науково-методичний посібник / Вукіна Н. В., Дементівська Н. П., Сущенко І. М. : за наук. ред. О. І. Пометун. — Х. : СПДФО Тимофєєв М. П., 2007. — 190 с.

3. Денисенко Л. Реклама в нашому житті / Людмила Денисенко // Науковий світ. — 2008. — № 8. — С. 28-30.

4. Ершова-Бабенко И.В. Психосинергетические стратегии человеческой деятельности. (Концептуальная модель) : монография / Ирина Викторовна Ершова-Бабенко. — В. : NOVA KNYGA, 2005. — 360 с.

5. Зязюн І. А. Філософія педагогічної дії : монографія / Іван Андрійович Зязюн. — Київ : [б. в. ] ; Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2008. — 608 с.

6. Кальниш В. 25-й кадр й інші технології впливу на підсвідомість / В. - Кальниш, В. Петрик, М. Галамба // Науковий світ. — 2007. — № 10. — С. 4.

7. Мало холестерину небезпечніше, ніж багато // Науковий світ. — 2008. — № 7. — С. 17.

8. Медведев Ж. А. Холестерин наш друг или враг? [Электронный ресурс] / Жорес Медведев // Наука и жизнь. — 2008. — № 1. — Режим доступа: <http://www.nkj.ru/archive/articles/12675/>.

9. Таругіна З. Хімічно-лікарсько-побутові безпеки і загрози / Зінаїда Таругіна, Костянтин Корсак // Науковий світ. — 2009. — № 1. — С. 28-30.

### **МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ФУНКЦІЙ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ, ЩО РЕАЛІЗУЮТЬСЯ У ПРОАКТИВНОМУ КОПІНГУ**

**УДК 159.923: 316.625**

**Бірон Б.В.**

*Пропонується модель дослідження функцій особистісних ресурсів у проактивному копінгі. Всі компоненти моделі базуються на теоретичних положеннях психології копінгіу і даних різних емпіричних досліджень. Вважається, що ресурси опосередковують*

*вплив рис особистості і емоційної прив'язаності до об'єктів на проактивний копінг і стресові реакції.*

**Ключові слова:** проактивний копінг, особистісні копінг-ресурси, модель дослідження, особистісні риси, емоційна прив'язаність.

## **МОДЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ФУНКЦИЙ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В ПРОАКТИВНОМ КОПИНГЕ**

**Б.В. Бирон**

*Предлагается модель исследования функций личностных ресурсов в проактивном копинге. Все компоненты модели базируются на теоретических положениях психологии копинга и данных различных эмпирических исследований. Считается, что ресурсы опосредуют влияние черт личности и эмоциональной привязанности к объектам на проактивный копинг и стрессовые реакции.*

**Ключевые слова:** проактивный копинг, личностные копинг-ресурсы, модель исследования, личностные черты, эмоциональная привязанность.

## **FUNCTIONS OF PERSONAL RESOURCES REALIZING IN PROACTIVE COPING. THE RESEARCH MODEL**

**B. V. Biron**

*The research model of personal resources functions in proactive coping is proposed. All components of the model are based on theoretical concepts of coping psychology and data of various empirical researches. Resources as mediators of effects of personality traits and emotional attachment to objects on proactive coping and stress reactions are considered.*

**Keywords:** proactive coping, personal coping resources, research model, personality traits, emotional attachment.

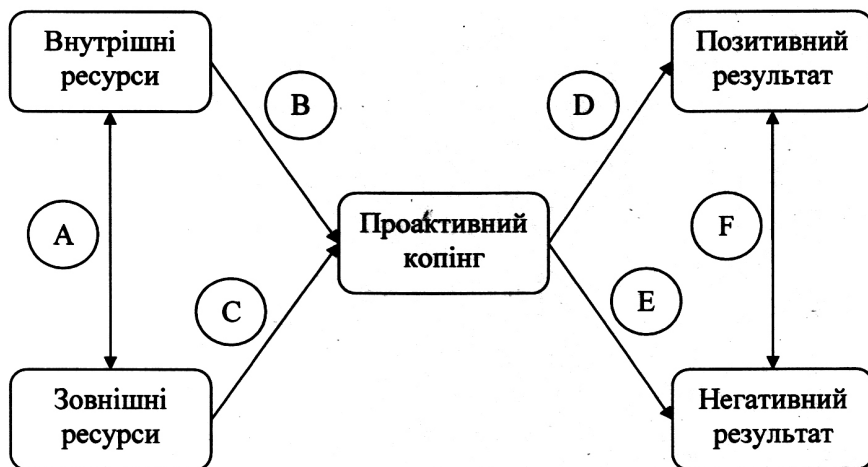
З появою теорії проактивного копіngu подолання особистістю стресора розглядається вже не лише як реакція на вплив середовища, але і як інтеграція процесів керування якістю життя з процесами саморегуляторного досягнення цілей [13]. Провідну роль у проактивному подоланні грають ресурси – внутрішні та зовнішні. Індивіди, що мають добре розвинуті ресурси з більшою вірогідністю виявляють проактивне подолання і це мінімізує вплив стресу на їх психологічне здоров'я [7].

У роботі [1] автором статті була визначена система ресурсів, що пропонується до вивчення у контексті проактивного копіngu. Ця структура складається з проактивної установки, самоефективності, відчуття когерентності, навченої ресурсності, автентичності. Всі ці ресурси за визначенням Е. Грінглас [13] є внутрішніми, а за визначенням С. Гобфолла [15] – особистісними, бо вони є за своєю суттю особистісними характеристиками. Вивчення зазначеної системи розкриє порівняльну роль особистісних ресурсів у проактивному подоланні і взаємодіювання між ними, проте не дасть відповідь на питання, яким чином за посередництвом проактивного копіngu особистісні ресурси протидіють негативному впливу стресу на психологічне та фізичне здоров'я. Слід зазначити, що ефективність проактивного подолання досліджувалась пере-

важно за допомогою таких індикаторів функціонування особистості, як суб'єктивне благополуччя [12], рівень депресії [12], позитивний чи негативний афект [12, 21]. Зазначені параметри є інтегральними характеристиками, що відображають адаптивні можливості особистості, але не менш цікавим, на наш погляд, є детальніший розгляд результативності подолання на рівні окремих реакцій на стрес. Завдяки такому розгорнутому аналізу є можливим порівняти ефективність проактивного копіngu з ефективністю інших видів копіngu, виявити серед стресових реакцій специфічні для цього типу копіngu мішені, а також з'ясувати яку роль у цих процесах відіграє система особистісних ресурсів.

На всі поставлені вище питання доцільно відповідати комплексно і у чіткій логічній послідовності. Тобто це припускає що дослідження має відбуватися за певним алгоритмом, виразом якого повинна стати модель дослідження. Тому метою даної статті є розробка і теоретичне обґрунтування моделі дослідження функцій внутрішніх копіng-ресурсів, що задіяні у проактивному подоланні.

В моделі Е. Грінглас (рис. 1.) акумуляція внутрішніх (оптимізм, переконаність у власній само ефективності, тощо) і зовнішніх (інформаційна підтримка, практична допомога, емоційне підбадьорення, тощо) ресурсів детермінують прояви проактивного копіngu. Крім того, внутрішні і зовнішні ресурси взаємопов'язані.



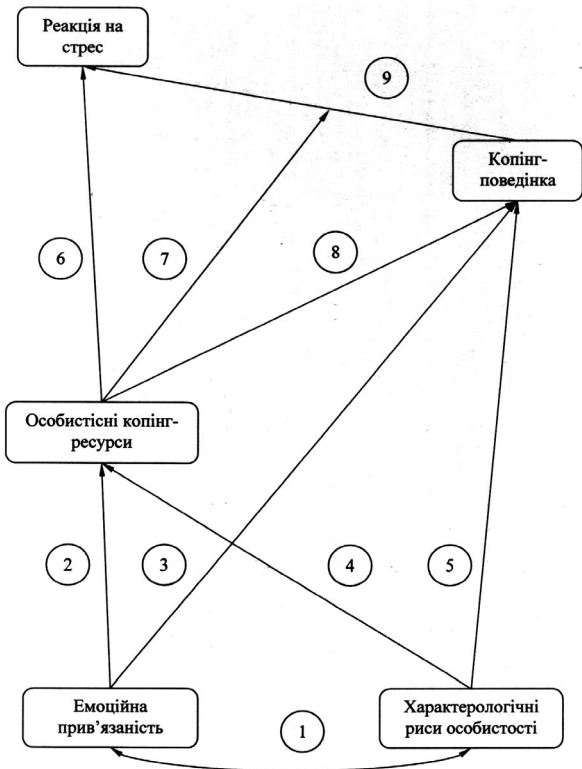
**Рис 1.** Теоретична модель проактивного копіngu за Е. Грінгласом, що зображує взаємини між ресурсами й результатами подолання [13].

Отже, аналізуючи генез проактивного копіngu, згідно з теорією Е. Грінглас (рис. 1), слід зазначити, що за його формування відповідають два типи ресурсів: зовнішні (соціальні) та внутрішні (особистісні). Досліджуючи роль особистісних ресурсів у формуванні проактивного подолання, ми повинні включити до майбутньої моделі стрілку В, вивчаючи ефект того чи іншого внутрішнього ресурсу на копіng. Оскільки до цілей нашого дослідження не

входить вивчення зовнішніх ресурсів, то відповідно взаємовідношення, що позначені стрілками А та С, залишатимуться поза увагою. Більш того, не менш важливим є вивчення результату, який несе для індивіду проактивний копінг. В даному випадку нас цікавитиме саме протективний вплив подолання стосовно реакції на стрес (вивчення впливу, що схематично представлений стрілкою Е). Натомість позитивний результат копіngu (стрілка D) та взаємовідношення між позитивним та негативними результатами (стрілка F) не будуть введені у якості елементів у модель дослідження.

На рисунку 2 графічно представлено модель дослідження функцій особистісних ресурсів. Деякі функціональні взаємовідношення були перенесені з моделі Е. Грінглас – так стрілкам В та Е рисунку 1 відповідають стрілки 8 та 9 рисунку 2 (далі йдеться лише про цей рисунок). Проте інші функціональні взаємовідношення потребують теоретичного обґрунтування, яке наводиться нижче. Як вказують Ш. Тейлор і А. Стентон [24], на сьогоднішній день дослідниками вже виявлено, що копінг-ресурси є стабільними психологічними конструктами. Вони покращують здатність долати стресові події, знижують дистрес і сприяють позитивним наслідкам для здоров'я. Автори зазначають, що в додаток до ролі копінг-ресурсів, як антецедентів специфічних копінг-стратегій (що вже відзначено стрілкою 8), вони чинять прямий ефект на психологічне та фізіологічне здоров'я. Цим підтверджуються наявність у моделі стрілки 6. Для ширшого вивчення функцій особистісних копінг-ресурсів необхідно розглянути їх у якості модераторів, що впливають на взаємини між копіngом та стресовими реакціями (стрілка 7). Спроба дослідити модеруючу функцію копінг-ресурсу була здійснена В. Сохо і Л. Гуаріно [23], які аналізували вплив диспозиційної еластичності на ефект, який спричиняють емоційний копінг та копінг відчуженості по відношенню до депресії, викликаной безробіттям.

**Рис. 2. Модель дослідження функцій особистісних ресурсів, що реалізуються у проактивному копіngu. Схематичне зображення.**



З літературних джерел відомо, що певні індивідуально-психологічні особливості пов'язані з особистісними ресурсами: автентичністю [27], відчуттям когеренції [3, 25], загальною самоефективністю [11], навченою ресурсністю [25] тощо, а також з копінгом [10], в тому числі і з проактивним [14]. Доведено, що деякі з цих ресурсів, наприклад, загальна самоефективність [11], виступають у якості медіаторів по відношенню до впливу особистісних рис на сприйняття стресу. Огляд емпіричних досліджень, здійснений Ч. Карвер і Дж. Коннор-Сміт [9], показує, що аналогічно і копінг медіює ефект стабільних характеристик особистості на адаптацію до стресу. Перші ланки вказаних взаємовідношень позначені відповідно стрілками 4 та 5 і свідчать про те, що особистісні ресурси та види копінгу опосередковують вплив особистісних рис на стресові реакції.

Розглядаючи копінг, як системний феномен, Н.В. Родіна [4] доводить, що при вивченні поведінки подолання слід враховувати несвідомий рівень організації особистості. Вона дослідила численні параметри цього рівня і емпірично підтвердила опосередкований вплив несвідомого на копінг. Авторка вважає, що для психології копінгу є перспективним подальше вивчення феноменів, які повністю чи частково не усвідомлюються, зокрема прив'язаності до значущих об'єктів. У нашій моделі пропонується прослідити взаємозв'язки між копінг-ресурсами та актуалізованими емоційними компонентами прив'язаності. Згідно за створеною Дж. Боулбі теорією прив'язаності, ці компоненти поряд з когнітивними і поведінковими складають комплексну системну прив'язаності [2].

Ця теорія стверджує, що діти здобувають найважливіші копінг-ресурси завдяки надійним стосункам прив'язаності з людьми, які піклуються про них [27]. Проте особливості прив'язаності до інших продовжують впливати на ці ресурси, а через них і на подолання у юнацькому та дорослому віці. Так, згідно з Г.Б. Капланом [16], здорова відповідь на стресовий досвід є можливою у особистості, яка є ресурсною і має прив'язаність до значущих інших. Емпіричні дані свідчать, що у студентів коледжу прив'язаність до батьків може чинити вплив на копінг-ресурси (опосередковано через внески до суб'єктивних уявлень про себе та інших) [17]. Також відомо, що індивіди з надійними прив'язаностями до об'єктів характеризуються сильнішим відчуттям самоефективності [19] та відчуттям когеренції [8]. Виходячи з цього є обґрунтованим включення у модель дослідження стрілки 2.

Слід додати, що результати, отримані Р. Александером з колегами [6] при дослідженні переходу подружніх пар до батьківства, підтвердили модель, у якій особливості прив'язаності розглядаються не тільки як предиктори копінг-ресурсів, але і як предиктори копінг-стратегій. Також встановлено, що патерни прив'язаності впливають на копінг-стратегії у пацієнтів з хронічними захворюваннями [22]. П. Лайл [18] підсумовуючи сучасний стан досліджень прив'язаності, зазначає, що виявленою тенденцією є наступна: чим вище якість прив'язаності у індивіда, тим більш адаптивний копінг використовує він у стресових ситуаціях. Тому у моделі є стрілка 3, яка вказує на залежність поведінки подолання від емоційної прив'язаності.

Розцінюючи актуалізовані емоційні компоненти прив'язаності до об'єктів, як частково неусвідомлені соціальні установки, ми вслід за А.Є. Шерозією

[5] не ототожнюємо установку і психічне несвідоме, вважаючи їх окремими, але взаємопов'язаними реаліями. Тому, дотримуючись системних принципів, висунутих Н.В. Родіною, можна вважати, що при формуванні копінгу впливу несвідомого зазнають як актуалізовані емоційні ставлення до об'єктів (наприклад, прив'язаність), так і усвідомлювані психологічні конструкти. А.Є. Шерозія [5] вважав, що неусвідомлювана установка виконує функцію зв'язку між окремими свідомими актами, а також свідомими і несвідомими психічними процесами. До того ж необхідно прийняти до уваги позицію Е.Нофтла та Ф.Шейвера [20], які широко дослідили взаємовідношення між стилем прив'язаності у дорослих і їх особистісними рисами за допомогою опитувальника «Велика п'ятірка». Вони припускають, що ці конструкти можна лише співвідносити, але не можна виводити прив'язаність від факторів «Великої п'ятірки». Приведені вище тези є аргументами на користь наявності у моделі саме двоспрямованої (що відображає не причино-наслідковий, а коваріаційний або кореляційний зв'язок) стрілки 1. Вона характеризує взаємодію частково неусвідомлюваних компонентів прив'язаності до значущих об'єктів з усвідомлюваними компонентами структури особистості – характерологічними рисами.

У підсумку необхідно зазначити, що проаналізувавши теоретичні і емпіричні дані, ми змогли на їх основі обґрунтувати кожну функціональну ланку майбутньої моделі. Тим самим це дає можливість послідовно вивчити функції копінг-ресурсів в системі особистість – проактивний копінг – реакція на стрес. Реалізація емпіричного дослідження на основі цієї моделі дозволить детальніше з'ясувати:

1. Яким чином зазначений спектр особистісних копінг-ресурсів впливає на поведінку подолання і стресові реакції;
2. Як функціонують особистісні ресурси, опосередковуючи вплив емоційної прив'язаності та характерологічних рис особистості на копінг-поведінку і стресові реакції;
3. Чи здатні особистісні копінг-ресурси суттєво змінювати взаємовідношення між подоланням і реакціями на стрес;
4. Яке місце займає проактивне подолання серед інших видів копінгу в системі функцій особистісних ресурсів.

### Література

1. Бірон Б.В. Дослідження копінг-ресурсів в контексті проактивного копінгу / Б.В. Бірон // Науковий вісник ПДПУ ім. К. Ушинського. – 2011. – № 11-12. – С. 224-233.
2. Боулби Дж. Привязанність/ Дж. Боулби – М.: Гардарики, 2003. – 477 с.
3. Галецька І. І. Психологічні властивості компонентів відчуття когерентності / І. І. Галецька // Вісн. Львів. унів-ту. Сер. філос. науки. – 2005. – Вип. 8. – С. 282-292.
4. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія / Наталя Володимирівна Родіна. – Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2011. – 364 с.

5. Шерозия А.Е. Психоанализ и теория неосознаваемой психологической установки: итоги и перспективы / А.Е. Шерозия *Бессознательное: Природа, функции, методы исследования.* – В 4-х т. – Т.1 – Тбилиси: Мецниереба, 1978. - С. 37-60

6. Alexander R., Feeney J., Hohauser L., Noller P. Attachment style and coping resources as predictors of coping strategies in the transition to parenthood / R. Alexander, J. Feeney, L. Hohauser, P. Noller // *Personal Relationships.* – 2001 №8. - P. 137-152.

7. Aspinwall L. G. A stitch in time: Self-regulation and proactive coping / L.G. Aspinwall, S.E. Taylor // *Psychological Bulletin.* - 1997. - № 121(3). - P. 417-436.

8. Bauminger N. Intimacy in adolescent friendship: The roles of attachment, coherence, and self-disclosure / N. Bauminger, R. Finzi-Dottan, S. Chason, D. Har-Even // *Journal of Social and Personal Relationships.* – 2008. - Vol. 25(3) – P. 409-428.

9. Carver C. Personality and Coping / C. Carver, J. Connor-Smith // *Annual Review of Psychology.* - 2010. - №61. – P. 679-704.

10. Connor-Smith J. K. Relations Between Personality and Coping: A Meta-Analysis / J. K. Connor-Smith, C. Flachsbart // *Journal of Personality and Social Psychology.* – 2007. – Vol. 93, №. 6. – P. 1080-1107.

11. Ebstrup J. F. Association between the Five Factor personality traits and perceived stress: is the effect mediated by general self-efficacy? / J. F. Ebstrup, L. F. Eplow, C. Pisinger, T. Jorgensen // *Anxiety, Stress & Coping.* – 2011. – Vol. 24, № 4. - P. 407-419.

12. Greenglass E. Proactive coping. Beyond coping: Meeting goals, vision, and challenges. / E. Greenglass, E. Frydenberg // London: Oxford University Press. - 2002. - № 3. – P. 37-62.

13. Greenglass E.R., Proactive Coping, Positive Affect, and Well-Being / E.R. Greenglass, L. Fiksenbaum // *European Psychologist.* – 2009. - Vol. 14, №1. - P. 29–39.

14. Greenglass E. Proactive coping / E. Greenglass // *Beyond coping: Meeting goals, vision, and challenges* / E. Frydenberg. - London: Oxford University Press, 2002. – P. 37-62.

15. Hambrick E. Proactive Coping and its Relation to the Five-Factor Model of Personality / E. Hambrick, D. McCord // *Individual Differences Research.* – 2010. – Vol. 8, № 2. – P. 67-77.

16. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress / S.E. Hobfoll // *American Psychologist.* - 1989. – Vol. 44, № 3. - P. 513-524

17. Kaplan H.B. Psychosocial stress: trends in theory and research / H.B. Kaplan. – Orlando: Academic Press, 1983 – 346 p.

18. Kenny M. E. Attachment to parents and adjustment in late adolescent college students: Current status, applications, and future considerations / M. E. Kenny, K. G. Rice // *The Counseling Psychologist.* - 1995. - №23. – P.433-455.

19. Lyle P. N. Adult males with childhood sexual experiences: The role of attachment and coping in psychological adjustment: A Dissertation Submitted to the Graduate Faculty of Auburn University in Partial Fulfillment of the

Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy / P. N. Lyle. – Auburn, Alabama. – 2006. - 191p.

20. Mikulincer, M. The relationship between adult attachment style and emotional and cognitive reactions to stressful events/ M. Mikulincer, V. Florian / Attachment theory and close relationships / J. A. Simpson, W. S. Rhodes. New York: Guilford, 1998. –P. 143-165.

21. Nofhle E.E. Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality/ E.E. Nofhle, P.R. Shaver // Journal of Research in Personality. – 2006. – №40. – P. 179-208.

22. Ouwehand C. Proactive Coping and Successful Aging. / C. Ouwehand / Utrecht: Universiteit Utrecht. -2005. - 136p.

23. Schmidt S. Attachment and coping with chronic disease/S. Schmidt, C. Nachtigall, O. Wuethrich-Martone, B. Strauss //Journal of Psychosomatic Research. – 2002. – Vol. 53, № 3. – P. 763-773.

24. Sojo V. Mediated Moderation or Moderated Mediation: Relationship between Length of Unemployment, Resilience, Coping and Health // V. Sojo, L. Guarino The Spanish Journal of Psychology. – 2011. - Vol. 14, No. 1. – P. 272-281.

25. Taylor S. Coping Resources, Coping Processes, and Mental Health / S. Taylor, A. Stanton // Annual Revue of Clinical Psychology. - 2007. - №3. - P. 377-401.

26. Toit du F. S. The relationship between sense of coherence, learned resourcefulness and personality type among technical personnel / F. S. du Toit / University of South Africa. – 2002 – 129 p.

27. Wei M., Perceived Coping as a Mediator Between Attachment and Psychological Distress: A Structural Equation Modeling Approach / M. Wei, P.P. Heppner, B. Mallinckrodt //Journal of Counseling Psychology. – 2003. – Vol. 50, №. 4. – P. 438-447.

28. Wood A.M. The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale / A.M. Wood, P.A. Linley, J. Maltby, M. Baliousis, S. Joseph //Journal of Counseling Psychology. – 2008. – Vol. 55, №3. – P. 385-399.

## **ПРОБЛЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСВІТНІХ МАРШРУТІВ СТУДЕНТІВ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ**

**УДК 378.311**

**Таран І.В**

*У статті розглянуто систему педагогічних знань, якими повинні володіти майбутні вчителі, а також визначено основні якості, котрі висовуються до сучасного фахівця. Висвітлено рівні засвоєння педагогічних знань, компоненти педагогічної грамотності майбутнього вчителя.*

*Ключові слова: педагогічні знання, система педагогічних знань, педагогічна грамотність.*