

СИСТЕМНІСТЬ У ВИВЧЕННІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Олена Чиханцова,

ORCID ID: 0000-0002-2661-3265

кандидат психологічних наук, доцент

старший науковий співробітник лабораторії психології особистості

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

Україна

Вивчення життєстійкості особистості є важливим напрямком психологічних досліджень, оскільки дуже часто звучить питання про якість життя людини, психічне здоров'я, її задоволеність собою, своєю працею та сім'єю. Розглядаючи феномен життєстійкості, варто зазначити, що це є комплексна категорія психології особистості, яка охоплює феноменологію становлення особистості та базових життєвих установок, її адаптаційний потенціал і поведінкові стратегії долаття стресових ситуацій та екзистенційної тривоги (Чиханцова, 2019). Увага концентрується на вивченні ключових передумов, що дозволяють підтримувати ефективну взаємодію зі значущими людьми, досягати успіху в житті, бути щасливим навіть за наявності несприятливих обставин. Тому ми вважаємо за доцільне розглянути системні передумови вивчення життєстійкості особистості.

Особливістю системного підходу є те, що система досліджується як єдиний організм з урахуванням внутрішніх зв'язків між окремими елементами і зовнішніх зв'язків з іншими системами та об'єктами (Коkun, 2004, Сердюк, 2012). Ми поділяємо думку О. Кокуна (2004), що лише на основі системного підходу можна найбільш повно представити, вивчити, змоделювати всі особливості таких надскладних систем, які являють собою і сама людина і її діяльність.

Так, розглядаючи життєстійкість як складну інтегральну властивість особистості з позиції системності, ми представили її як трирівневий конструкт – метасистема → система → підсистема, що включає рівні, відповідні ієрархічній структурі властивостей особистості (Чиханцова, 2017).

Варто наголосити, що структурно-рівнева організація життєстійкості особистості дозволяє розглядати систему в статиці та динаміці та виявити структурні особливості системи та властивості, характеристики й особливості, яких структура набуває в результаті включення в метасистеми. Таким чином, відмінною рисою системного підходу у вивченні життєстійкості особистості є те, що об'єктом системного аналізу є динамічні системи – системи, що розвиваються в часі й характеризуються такими специфічними особливостями як цілеспрямованість і самоорганізація, тобто здатність до самостійної зміни власної структури. На макрорівні відбувається виявлення властивостей системи, на мікрорівні – пояснення їх природи та сутності (Сердюк, 2012).

Так, ми можемо стверджувати, що системна концепція життєстійкості розглядає життєстійкість як цілісну, багаторівневу структуру, яка включає цілі, цінності, смисли, особистісні якості та адаптаційну сферу та розуміється нами як системне утворення, яке підкреслює установки, що мотивують особистість перетворювати стресові життєві події у нові можливості та є складовою самодетермінації особистості. Ця система складається з підсистем, що проявляються у взаємозв'язках. Таким чином, життєстійкість особистості є результатом діяльності всієї цілісної системи.

Таким чином, результатом прояву життєстійкості як системної організації є позитивне світовідчуття, осмисленість життя, підвищення його якості, ефективна саморегуляція та самореалізація через адаптацію до соціуму, а також здатність та готовність витримувати стресову ситуацію не знижуючи успішності діяльності.

Підводячи підсумки, ми можемо зауважити, що як цілісна система взаємовідносин особистості зі світом, життєстійкість – це той необхідний ресурс, що може сприяти підвищенню її фізичного і психічного здоров'я, успішної адаптації у стресових ситуаціях із виходом на рівень трансадаптації, пов'язаної з самодетермінацією та самореалізацією особистості. Відповідно, під життєстійкістю ми розуміємо системне утворення, яке підкреслює установки,

що мотивують особистість перетворювати стресові життєві події у нові можливості та є складовою самодетермінації особистості.

Список використаних джерел

1. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ: Міленіум, 2004. 265 с.
2. Сердюк Л. З. Психологія мотивації учіння майбутніх фахівців: системно-синергетичний підхід: монографія. Київ: Університет «Україна», 2012. 232 с.
3. Чиханцова О. А. Модель життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 17(5), 2017. С. 142-150.
4. Чиханцова О. А. Життєстійкість самодетермінованої особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 5 (15), 2019. С. 368-375.