

СУТНІСТЬ ФЕНОМЕНА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Чиханцова О.А.

Проблема поведінки людини в складних життєвих ситуаціях останнім часом є дуже актуальною, що пояснюється інформаційною насиченістю і прискоренням ритму життя сучасної людини. Новітнє суспільство ставить до людини високі вимоги, які виявляють провідні чинники життєстійкості та визначають психологічну сутність феномена життєстійкості. Все це обумовлює необхідність вивчення даного феномена, яке запропонував американський психолог С. Мадді.

Поняття життєстійкості (життєвої стійкості) можна визначити як протиставлення оптимальної активності особистості та чутливості до внутрішнього і зовнішнього опору. Життєстійкість ми будемо розглядати як адаптаційний механізм особистості, що дає змогу моделювати життєві цілі, бачити майбутні перспективи у сьогоденні, «тут і зараз». Життєві домагання, вимоги, очікування, бажання та надії щодо свого життя та майбутнього на шляху самореалізації та самоздійснення особистості вимагають від людини використання усіх ресурсів та адаптаційних механізмів.

Слід зауважити, що життєстійкість - це цілісна система взаємовідносин зі світом, це той необхідний ресурс, який може сприяти підвищенню фізичного і психічного здоров'я особистості, успішної адаптації в стресових ситуаціях із виходом на рівень трансдаптації, пов'язаної з самореалізацією та самоствердженням особистості [1].

Варто зазначити, що компоненти життєстійкості розвиваються в дитинстві і частково в підлітковому віці, хоча їх можна розвивати і пізніше. Їх розвиток вирішальним чином залежить від відносин батьків з дитиною. Так, С. Мадді було виявлено, що позитивно на формування життєстійких переконань вплинули: відчуття призначення в житті, що розвивається значимими дорослими, виховання впевненості та підтримання високих стандартів. Негативно на розвиток життєстійкості в дитинстві впливають: стреси в ранньому дитинстві (серйозні хвороби, матеріальні труднощі, розлучення батьків та ін.); недолік

підтримки, підбадьорювання близькими; відсутність почуття призначеного; недолік залученості, відчуженість від дорослих [3] .

Слід підкреслити, що показником життєстійкості може виступати якість життя, яка суттєво не погіршується під час пристосування до труднощів і соціальних змін.

Визначено, що життєстійкість може бути чинником економічної, оптимальної самореалізації та психологічної якості життя особистості та являється ключовою особистісною перемінною, яка опосередковує вплив стресогенних факторів на соматичне і душевне здоров'я особистості, а також на успішність діяльності.

Ми погоджуємося з думкою Т.М. Титаренко, що саме здібність особистості будувати життєздатну, продуктивну, оптимальну систему транзакцій між власними ресурсами та ресурсами середовища і визначає специфіку життєстійкості особистості [2].

Список використаних джерел

1. Александрова Л.А. К осмыслению понятия «жизнестойкость личности» в контексте проблематики психологии способностей / Л.А. Александрова // Психология способностей; современное состояние и перспективы исследований: материалы научной конференции, посвященной памяти В.Н. Дружинина. - М. : «Институт психологии РАН», 2005. - с. 16-22.
2. Психологические теории и концепции личности / Под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – Київ : Рута, 2001. – 320 с.
3. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. Journal of Humanistic Psychology, 2004. -- Apr. 44. – P. 279-298.

Відомості про автора:

Прізвище, ім'я та по батькові: Чиханцова Олена Анатоліївна;

Науковий ступінь: кандидат психологічних наук;

Посада: старший науковий співробітник лабораторії психології особистості;

Назва організації: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України,
м. Київ;

Тематичний напрямок: 2 секція - Проблеми розвитку особистості;

Контактна адреса: вул. Паньківська, 2, 01033, м. Київ;

Контактні телефони: 067 9537730;

e-mail: chyhantsova@gmail.com