

## Емоційно орієнтовний характер репрезентацій при виражених ресурсах стійкості

О. С. Односталко

Одеський національний університет імені І.І.Мечникова, Одеса, Україна

Paper received 01.05.20; Accepted for publication 18.05.20.

<https://doi.org/10.31174/SEND-PP2020-228VIII92-14>

**Анотація.** У статті зазначено, що в період пандемії COVID - 19 сприйняття стимулів зовнішнього середовища формує у рамках актуального хронотопа в режимі "тут і зараз" суб'єктивне сприйняття ситуації, яке відображено в репрезентаціях. Констатовано, що більшість людей не має досвіду переживання пандемії і не знайома з особливостями життєдіяльності в період соціальної ізоляції і що, залучення ресурсів необхідних для збереження власної ідентичності є одним з важливих завдань особистості в цей період. Розподілено досліджуваних за суб'єктивним сприйняттям ситуації на дві групи: тих, хто репрезентує ситуацію як: «психологічно складну» і «середню, нічого особливого». З'ясовано, що цей розподіл репрезентацій має емоційно орієнтовний характер у досліджуваних груп, що оцінюють ситуацію як психологічно складну. Виявлено, що в досліджуваних двох груп статистичних розбіжностей не встановлено за змінними: оптимізм, резильєнтність, особливості поведінки. Показано, що тривожність у досліджуємих середнього рівня, більшість з них є оптимістами і такими, що мають середній і вище за середній рівень резильєнтності, в поведінці вони є рішучими і активними, віддають перевагу дії над роздумами в складних ситуаціях життя. Констатовано, що розбіжності між групами існують за змінною «вік». В віці старші за 40 ресурси стійкості є вираженими, що обумовлено власним досвідом.

**Ключові слова:** психологічна ситуація, резильєнтність, оптимізм, ресурси, COVID – 19, дорослість, репрезентація.

**Вступ.** Світ, як відомо, не такий однозначний, стабільний, передбачуваний, як представлялося класичній науці. Життя людини також не передбачуване і не детерміноване. В останній час люди відчувають зовсім по-новому, значно гостріше епоху нової невизначеності (Ю.Хабермас) або "світ плінної сучасності" (З.Бауман). В період пандемії COVID - 19 сприйняття стимулів зовнішнього середовища формує у рамках актуального хронотопу в режимі "тут і зараз" суб'єктивне сприйняття ситуації, що відбито адаптаційних ресурсів людини. Спираючись на вищезазначене вважаємо тему дослідження актуальною.

**Короткий огляд публікацій.** Середовище є комплексом деяких умов, зовнішніх сил і стимулів, що впливають на індивіда[2]. Сукупність елементів середовища розглядається як ситуація в роботах L. Magnusson, A. Furnheim, M. Argyle, L. Ferguason, W. Mischel. Відомо, що психологічна ситуація є відкритою системою, на неї впливають два системні утворення: особистісні і сукупність чинників психологічного середовища. Психологічна ситуація завжди суб'єктивна і включає світ досвіду, тобто згідно Л.Г. Іоніну, "все, що нам відомо про світ, ми знаємо з нашого досвіду" [4. с. 45]. Визначення та класифікації психологічних ситуацій, що представлені в науковій літературі не є вичерпними. Так, згідно Ф.Є.Василуку критична ситуація в найзагальнішому плані є ситуацією неможливості. Ситуацію, як що виходить за рамки звичайного людського досвіду, в якій виникає загроза власного життя або життя близької людини, загроза фізичному здоров'ю або образу Я (наприклад, загроза життя, смерть або поранення іншої людини, участь у бойових діях, насильство, стихійні лиха і катастрофи) А. О. Прохоров з колегами визначає як екстремальну [6]. Я.Р. Амінева вважає, що ситуація, яка висуває підвищені вимоги до адаптаційних ресурсів особистості, детермінує зміни її психічного стану і якість взаємодії у системі «суб'єкт – ситуація» є складною[1]. З.О.Кіреєва і О.С.Односталко складну життєву ситуацію визначають як об'єктивний ненормативний "crash-етап" в якому людина втрачає відносну стійкість, усвідомлює зруйнованість життя в сьогоденні (destroyed life), необхідність трансформації досвіду минулого та відчуває невизначеність майбутнього[5].

Зазвичай людина, як зазначали J. Piaget і F.C. Bartlett,

формує «схему», тобто «структуру знань», у якій підсумовується первинне знання і накопичений індивідуальний досвід відносно того або іншого класу стимулів і подій. Водночас схема надає усьому цьому сенс і є основою очікування, пов'язаного з такими ж стимулами і подіями в майбутньому. Г.Томе відносив, схеми (організовані структури знань про світ і себе), переконання, очікування, прототипи, сценарії, плани до форм когнітивних репрезентацій[7], які виступають у внутрішньому світі особистості як значущі переживання кризів які або за допомогою яких людина дивиться на навколишній світ.

Більшість людей сьогодні не має досвіду переживання пандемії і не знайома з особливостями життєдіяльності в період соціальної ізоляції, тому усвідомлення реальності і себе в цій реальності, створення нових /трансформація старих способів взаємодії з реальністю і з собою, залучення ресурсів необхідних для збереження власної ідентичності є одними з важливих завдань особистості в цей період. Ресурси є індивідуальними особливостями завдяки яким адаптація до стресової/складної/ екстремальної/нової ситуації та її подолання і запобігання несприятливих наслідків вирішуються легше. До ресурсів стійкості і саморегуляції відносять оптимізм і резильєнтність.

Оптимізм/песимізм впливає на сприйняття світу і вектор поведінки. М.Селігман і К.Петерсон вважають, що в процесі життя у людини складається певна стійка манера пояснювати причини того, що відбувається, і коли вона стикається з тими або іншими результатами діяльності, то приписує їм причини відповідно до стилю атрибуції, що склався. М.Sheier, Н.Carver оптимізм/песимізм розглядають як узагальнені позитивні/негативні очікування індивіда, які можна більшою чи меншою мірою розповсюдити на усе його життя.

У англо-російському словнику Ю.Д.Апресяна одним з тлумачень резильєнтності є «запас життєвих сил, що маєтись». Резильєнтність, М.W.Fraser визначає як здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясіння. Резильєнтність виникає в динаміці психічної діяльності. З одного боку ми відносимо її до групи вольових психічних станів, мотиваційної підгрупи, згідно з загальною класифікацією психічних станів В.А. Ганзена і В.Н. Юрченко. Резильєнтність є позитивним психічним

станом, що спрямовує до адекватної адаптації під час знегод. З іншого боку, резильєнтність є ресурсом за допомогою якого люди обирають відповідний тип подолання. Ми не оттожнюємо як і С. Wiechert поняття "резильєнтність" і "життєстійкість", резильєнтність є системотворним в структурі життєстійкої особистості(С. Wiechert).

**Мета статті** теоретико - емпіричним шляхом встановити неузгодженість наявності ресурсів стійкості і саморегуляції і репрезентацій, що відбивають суб'єктивне сприйняття ситуації.

**Матеріали і методи дослідження:** З метою вирішення поставленої мети ми використовували: теоретичні методи (проблемно-логічний метод, індукція, абстрагування, узагальнення, систематизація), методи психологічної діагностики та методи математичної обробки даних (описова статистика). Метод психологічної діагностики містив: авторську онлайн анкету, методики на вивчення оптимізму(LOT-R) і резильєнтності(CD-RISC-10), проєктивну методику «Не дай людині впасти».

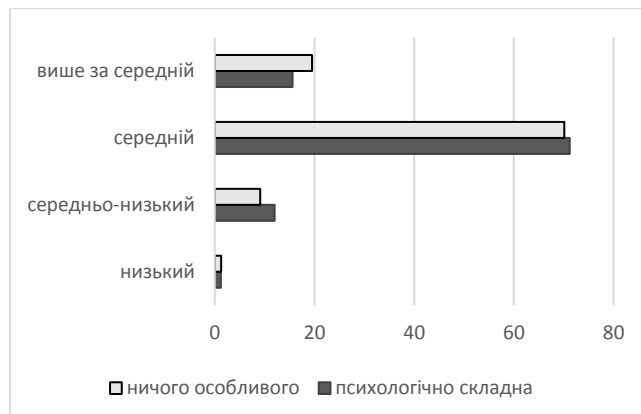
**Результати і обговорення.** В дослідженні взяло участь 162 людини віком в віці ранньої, середньої і пізньої дорослості, яких ми розподілили за їх суб'єктивним сприйняттям ситуації і за сформованими репрезентаціями на дві групи: «Психологічно складна ситуація» і «Середня, нічого особливого». В групі «Психологічно складна» 54,3% досліджувані констатують, що в них «хвилювання середнього рівня», 21% «практично не хвилюється» і 18,5% «дуже хвилюються». В групі «Середня, нічого особливого» 37,9% досліджуваних констатують, що в них «хвилювання середнього рівня», 37,9% «практично не хвилюються», 24,2% «це усього лише хвороба» і 0% «дуже хвилюються». Статистичних розбіжностей за змінною тривожності в двох групах не встановлено ( $p < 0,5$ ). Додаткове опитування, щодо стурбованості власним здоров'ям і здоров'ям близьких у ситуації переживання пандемії досліджувані 44,4% і 40% відповідних груп «Психологічно складна» або «Середня, нічого особливого» стурбовані власним здоров'ям і 75,3% і 68,4% відповідно здоров'ям близьких. За цими параметрами в групах не встановлено статистичних розбіжностей.

Аналіз результатів методики на вивчення оптимізму(LOT-R) продемонструвало, що 58% і 42,1% досліджуваних груп відповідно «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого» є оптимістами, у яких, як відомо, неприємності тимчасові, причиною яких є зовнішні обставини. Інтересним є факт, що більша кількість оптимістів розташована у групі «Психологічно складна». Імовірно, що досліджувані цієї групи сприймають її тимчасово складною і застосовують переживання стресу за типом "стрес лева". Тобто репрезентуючи собі ситуацію як психологічно складну, вони мобілізують себе до боротьби, дій, протистояння.

В групі «Середня, нічого особливого» крайня ступень оптимізму представлена у 31,6% досліджуваних, а у групі «Психологічно складна» їх - 18,5%. Імовірно це ознаки феномену «нереалістичного оптимізму» (N.D. Weinstein) або показного (спотвореного) оптимізму (З.О. Кіреєва), коли не усвідомлюють реальних обставин і більш високо оцінюють свої особистісні шанси щодо позитивних життєвих подій і значно нижче щодо негативних. Так, імовірно репрезентація ситуації як звичайної робить людину з крайнім ступенем оптимізму легковажною, такою, що не визнає або невідповідно зменшує проблему.

Щодо песимістів, у групі «Психологічно складна» їх 14,8% і 8,6% досліджуваних з крайнім ступенем песимізму, у групі «Середня, нічого особливого» відповідно - 24,2% і 2,1%. За М.Селігманом визначальною рисою песимістів є їх віра в те, що невдачі триватимуть довго, згублять все, що б вони не робили, і винні в них вони самі. Це можна розглядувати і як елемент подолання складної ситуації коли не має можливості вплинути на її результат.

Аналіз результатів адаптованої нами методики CD-RISC-10, спрямованої на вивчення резильєнтності зображено на рис. 1.



**Рис. 1.** Порівняння рівня резильєнтності у групах за сформованими репрезентаціями «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого».

В двох групах представлений середній рівень резильєнтності відповідно 71,2% і 70,1%. Вище за середній рівень є у 15,6% досліджуємих групи «Психологічно складна» і у 19,5% «Середня, нічого особливого». Цим досліджуваним властиво прийняття ситуації, позитивні очікування, орієнтація на потенційні рішення, вони можуть взяти на себе відповідальність за власне життя, наполегливі, винахідливі, регулюють емоції, розробляють гнучку стратегію поведінки вміють «тримати удар».

Далі у дослідженні ми запропонували досліджуваним проєктивну методику «Не дай людині впасти», яка дозволяє виявити особливості поведінки в складних ситуаціях життя.

**Таблиця 1.** Особливості поведінки в складних ситуаціях життя

Ситуація (Що робить людина?)	Суб'єктивне сприйняття ситуації, репрезентації	
	«Психологічно складна»	«Середня, нічого особливого»
Стрибає з обриву	47,9	48,5
Стрибає в воду	21,0	14,7
Стрибає на батут	2,5	3,2
Падає	12,3	11,6
Стрибає з горбка	6,2	7,4
У людини є крила	3,7	7,4
Інше	7,4	7,4

Аналізуючи таблицю 1 можна зазначити, що 47,9% і 48,5% досліджуваних відповідно по групах: «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого» добровільно стрибає з обриву. Вони є рішучими і активними, віддають перевагу дії над роздумами, є практичними. Віддавати себе у владу стихії та не бути продуманими і передбачливими можуть 21% і 14,7% досліджуємих в групах «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого», що

«стрибають в воду». Частіше вони не діють в ті моменти, коли треба бути активним і рішучим. 12,3% досліджуваних групи «Психологічно складна» і 11,6% «Середня, нічого особливого», спостерігають, як людина на малюнку падає. Вони не є діяльними, їм притаманно чекати, поки все утрясється само собою. Найменше у досліджуваних цих груп малюнок асоціюється зі стрибанням на батуті. Ці 2,5 і 3,2% є передбачливими і у них завжди є «запасний план». Майже 6,2% і 7,2% досліджуємих двох груп вважають, що можуть змінити ситуацію і зроблять її безпечною. В критичних умовах вони не розгубляться.

Щодо крил, які побачили на малюнку, то 3,7% і 7,4% досліджуваних груп «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого» вміють знайти дотепний вихід зі складного становища. Вони є як креативними, так і можливо віддаленими від реальних ситуацій. Ці результати кореспондують з дослідженням рівня оптимізму і резильєнтності.

Порівняння двох груп за U-критерієм Манна-Вітні показало, що статистичні розбіжності між групами репрезентації «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого» встановлено тільки за змінною «Вік» ( $p < 0,034$ ). «Психологічно складною» вважають ситуацію 33% віком

17-25 років, 49,4% досліджуваних віком 26-40 років, і 17,3% віком старші за 40. Ситуацію «Середня, нічого особливого» відповідно: 20%, 46,3% і 33,7%. Це пояснюється подальшим дослідженням, в якому ми розподілили досліджуваних на три групи за віком. Ми встановили, що з віком оптимістів становиться статистично більше: досліджувані в віці 40+ активно реагують на труднощі, мають наполегливість в досягненні мети, також в наявності розбіжності за рівнем резильєнтності: за t-критерієм у групі старші за 40 резильєнтність є самою високою, тобто вони вміють приймати ситуацію, орієнтовані на потенційні рішення, гнучкі, наполегливі та «тримають удар».

Таким чином, досліджувані що переживають соціальну ізоляцію під час пандемії COVID-19 репрезентують її як «Психологічно складну» або «Середню, нічого особливого». В цих двох групах тривожність середнього рівня, більшість оптимістів і таких, що мають середній та вище за середній рівень резильєнтності, в поведінці вони є рішучими і активними, віддають перевагу дії над роздумами. Тобто в досліджуваних представлені і розвинуті ресурси стійкості і саморегуляції, але у групи, що репрезентують ситуацію як психологічно складну превалює емоційне відображення ситуації та ігнорування особливостей себе і власного досвіду.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Амінева Я.Р. Емоційна стійкість особистості як одна з детермінант ефективного подолання складних життєвих ситуацій// Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія, 2012, вип. 18, т. 20, № 9.
2. Бурлачук Л.Ф. Коржова Е.Ю. Введение в психологию жизненных ситуаций. М., 1998.
3. Васильюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. — М.: Издательство Московского университета, 1984. — 200 с.
4. Ионин Л.Г. Социология культуры. М., 1996.
5. Киреева З.А., Односталко Е.С. Трансформация компонентов состояния резилентности в трудной жизненной ситуации//

Вісник ХДУ Серія Психологічні науки No.2 том 1. 2018. С.52-57.

6. Прохоров А.О., Валиуллина М.Е., Габдреева Г.Ш., Гарифуллина М.М., Менделевич В.Д. Психология состояний: Учебное пособие / Под ред. А.О. Прохорова. — М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. — 624 с. (Университетское психологическое образование)
7. Томэ Г. Теоретические и эмпирические основы психологии развития человеческой жизни / Г.Томэ : — в кн.: Принцип развития в психологии. - М.: Наука, 1978, С. 173-196.

#### REFERENCES

1. Amineva Ya.R. Emotsiina stiikest osobystosti yak odna z determinant efektyvnogo podolannia skladnykh zhyttievkykh sytuatsii// Visnyk DNU. Serii: Pedahohika i psykholohiia, 2012, vyp. 18, t. 20, № 9.
2. Burlachuk L.F. Korzhova E.Iu. Vvedenye v psykholohiyu zhyznennykh sytuatsiy. M., 1998.
3. Vasyliuk F. E. Psykholohiia perezhyvaniya. Analyz preodoleniya krytycheskykh sytuatsiy. — M.: Yzdatelstvo Moskovskoho unyversyteta, 1984. — 200 s.
4. Yonyn L.H. Sotsyolohiia kultury. M., 1996.
5. Kyreeva Z.A., Odnostalko E.S. Transformatsiya komponentov

sostoianiya rezylentnosti v trudnoi zhyznennoi sytuatsiy// Visnyk KhDU Serii Psykholohichni nauky No.2 tom 1. 2018. S.52-57.

6. Prokhorov A.O., Valyullyna M.E., Habdreeva H.Sh., Haryfullyna M.M., Mendelevykh V.D. Psykholohiia sostoianiy: Uchebnoe posobyie / Pod red. A.O. Prokhorova. — M.: Yzd-vo «Kohyot-Tsentr», 2011. — 624 s. (Unyversytetskoe psykholohicheskoe obrazovanye)
7. Томэ Н. Теоретические и эмпирические основы психологии развития человеческой жизни / Н.Томэ : — в кн.: Прынтсып развытыя в psykholohyy. - М.: Nauka, 1978, S. 173-196.

#### Emotionally orientated nature of representations wherein expressed resilience resources

##### O. Odnostalko

**Abstract.** The article states that the perception of environmental incentives generates subjective perception of the situation, which is reflected in the representations within the actual chronotype in the mode of "here and now" during the COVID - 19 pandemic. It is stated that most people have no experience of going through a pandemic and are unfamiliar with the features of life during the period of social exclusion, and that attraction of the resources necessary to preserve their identity is one of the important tasks of the person during this period. The subjective perception of the situation is divided into two groups: those who represent the situation as: "psychologically difficult" and "average, nothing special". It has been found that this distribution of representations is emotionally orientated in the examined group, who evaluates the situation as psychologically difficult. It is revealed that there are no statistical differences between the examined groups by variables: optimism, resilience, peculiarities of behavior. It is shown that subjects show anxiety on the middle-level, most of them are optimists and those who have average and above-average levels of resilience, they are resolute and active in behavior, they prefer action over thinking in difficult situations of life. It was stated that the difference between the groups was found in the "age" variable. The resilience resources are more expressed in the group aged over 40 as a result of their own experience.

**Keywords:** psychological situation, resilience, optimism, resources, COVID - 19, adulthood, representation.