

УДК 159.9.019.4:159.92

Н. В. Родіна, доц.

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова,
кафедра загальної і соціальної психології

УСВІДОМЛЮВАНІ ТА НЕУСВІДОМЛЮВАНІ КОМПОНЕНТИ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ЯК ПСИХІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СУБ'ЄКТА

У статті обґрунтовано доцільність поєднання системно-діяльнісного і глибинно-психологічного підходів при вивченні структури і детермінації копінг-поведінки індивіда. Визначається структура копінг-поведінки як психічної діяльності суб'єкта, яка завбачає інтелектуальну, вольову, потребно-мотиваційну і афектну складові, а також усвідомлювані і неусвідомлювані компоненти. Автор припускає необхідність розгляду копінг-поведінки в контексті подолання виникаючих процесів переживання (інтенціональний аспект копінг-поведінки) і вивчення відповідної вольової активності суб'єкта (операціональний аспект копінг-поведінки).

Ключові слова: системно-діяльнісний і глибинно-психологічний підходи у вивченні структури і детермінації копінг-поведінки індивіда; психологічна структура копінг-поведінки; копінг-стратегії; інтенціональний аспект копінг-поведінки; операціональний аспект копінг-поведінки; поведінка подолання.

Актуальність дослідження

Сьогодні дослідження копінг-поведінки є однією з актуальних проблем методологічного розуміння психологічної структури діяльності шляхом глибокого вивчення суб'єкта, який є центральною складовою діяльності (копінг-поведінки). Звідси формуються відповідні вимоги щодо конкретизації методологічних підходів психологічного вивчення копінг-поведінки. Разом з тим, знову актуалізується питання диференціації психологічних компонентів діяльності на усвідомлювані та неусвідомлювані.

Постановка проблеми

Ця стаття продовжує серію робіт, присвячених вивченню психології поведінки подолання. Але якщо в попередніх дослідженнях [6] ця проблема розглядалася в контексті психодинамічного підходу, то в даній публікації робиться спроба системного вивчення копінг-поведінки з погляду системно-діяльнісного підходу, а також обґрунтовується доцільність поєднання системно-діяльнісного і глибинно-психологічного підходів у вивченні структури і детермінації копінг-поведінки індивіда.

Мета дослідження — теоретичне вивчення копінг-поведінки з позицій системно-діяльнісного і глибинно-психологічного підходів до аналізу і пояснення психічних явищ.

Аналіз публікацій

Психологічна структура копінг-поведінки як специфічної діяльності формується тріадою взаємозв'язаних чинників: потреба, мотив, мета. При цьому

відповідні цілі є результиуючою потреб і предметного середовища, в умовах якого суб'єкт здійснює копінг-поведінку. Згадане, по-перше, обумовлює необхідність диференціації потреб, що актуалізують копінг-поведінку і вивчення процесу формування цілей. По-друге, визначає доцільність «потребно-мотиваційної» логіки побудови психологічного дослідження копінг-поведінки в контексті конкретного предметного середовища.

«Одна з найпопулярніших класифікацій потреб належить Х. Меррею. Потреби розподіляються перш за все на первинні і вторинні. Розрізняють також потреби явні та латентні; ці форми існування потреби визначаються способами їх задоволення. За функціями і формами прояву розрізняються потреби інтровертні та екстравертні. Потреби можуть виявлятися на дійовому або вербальному рівні; вони можуть бути егоцентричними або соціоцентричними» [8, с. 425].

Х. Меррей пропонує перелік із понад двадцяти різних потреб, що забезпечує досить широкий «горизонтальний» діапазон для відповідного вивчення копінг-поведінки. З метою же «вертикальної» структуризації уявлення про місце і роль потреб у формуванні копінг-поведінки вважаємо за доцільне використати також широко відому в теоретико-методологічному плані, комплементарну до системно-діяльнісного підходу, «пірамідальну» концепцію ієрархічних потреб, за А. Маслоу [4, с. 219–231].

Повертаючись до вивчення копінг-поведінки з позиції розглянутих нами в попередніх статтях структурних поглядів О. Н. Леонтєва, що припускають вирізнення в діяльності дій і автоматизованих операцій, відзначимо, що принципова відмінність між ними полягає в усвідомленості або неусвідомленості складових операціональної сторони структури діяльності (копінг-поведінки), до яких належать прийоми і засоби її здійснення в конкретних умовах предметного середовища.

Таким чином, знову актуалізується питання диференціації психологічних компонентів діяльності на усвідомлювані та неусвідомлювані. Проте, на наш погляд, даний аспект стосується питання, яке значно глибше за «структуру діяльності», оскільки пов'язане з фундаментальною проблемою розподілу психіки суб'єкта діяльності на усвідомлюваний та неусвідомлюваний її компоненти.

Вважаємо, що викладені міркування акцентують актуальність методологічного розуміння психологічної структури діяльності шляхом глибокого вивчення суб'єкта, який є центральною складовою діяльності (копінг-поведінки). Це, у свою чергу, формує відповідні вимоги стосовно конкретизації методологічних підходів до психологічного вивчення копінг-поведінки.

Тому в межах системно-діяльнісного підходу разом з викладеними позиціями О. Н. Леонтєва, на нашу думку, було б логічним спиратися на суб'єктно-діяльнісну теорію психіки С. Л. Рубінштейна [7] і погляди П. Я. Гальперіна на психічні явища як орієнтовні складові дій і діяльностей [1, 2]. Зокрема, ми пропонуємо формувати методологічний погляд на копінг-поведінку, беручи до уваги наступні позиції-постулати С. Л. Рубінштейна [7, с. 167–168]:

- предметом вивчення психології є психічні функції в їх відносинах і зв'язках зі світом і діяльністю людини в світі;
- усяка зовнішня активність живої істоти містить психічні складові, за допомогою яких здійснюється її регуляція;
- слід розрізняти: а) діяльність, в якій присутні психічні функції, коли реалізуються життєві відносини людини до навколишнього світу; б) власне психічні функції – психічні процеси;

• в процесі взаємодії суб'єкта зі світом зовнішні чинники завжди діють через внутрішні умови; такі умови є внутрішньою психічною активністю суб'єкта, яка має природжений характер.

Викладені переконання С. Л. Рубінштейна логічно доповнюються ідеями П. Я. Гальперіна, який уточнює і конкретизує визначений О. Н. Леонтьєвим предмет дослідження психології. Так, позиція П. Я. Гальперіна дозволяє поглибити розуміння предмета вивчення психології у напрямі «орієнтаційної основи наміченої і виконуваної поведінки, орієнтовні компоненти діяльності, які і складають психічний образ» [2, с. 172]. П. Я. Гальперін (як і С. Л. Рубінштейн) каже не стільки про діяльність, скільки про її психічну сторону. «Спонуки, переживання, образи і дії в плані уявлень складають **психічну діяльність суб'єкта**. Всі форми психіки людини (душевного життя) є орієнтовною діяльністю, яка включає:

• **інтелектуальні функції** – від сприйняття до мислення – служать орієнтуванню в зовнішньому полі життєдіяльності;

• **потреби** – спонукають до вирізнення в ситуації об'єктів і умов (мотивів), які необхідні для підтримки життєдіяльності (задоволення потреб);

• **відчуття, емоції** – виникають при рішенні задач з такими умовами, до складу яких входить сам суб'єкт, а також передбачають зміну оцінки предмета або ситуації;

• **воля** – представляє особливу форму орієнтування суб'єкта в таких положеннях, де ні інтелектуальної, ні афектної оцінки не досить; це особливий спосіб рішення задач в специфічно людських ситуаціях – в ситуаціях моральної відповідальності, що вимагають прийняття соціально значущих рішень» [2, с. 175–176].

Порівнюючи погляди О. Н. Леонтьєва і П. Я. Гальперіна, слід відзначити, що в цілому вони тотожні, проте є і деякі відмінності (важливі з погляду вивчення копінг-поведінки), до яких ми хотіли б привернути увагу. Так, структурна диференціація діяльності на усвідомлювані та неусвідомлювані складові в О. Н. Леонтьєва (про що йшла мова в попередніх статтях) формують ту дихотомію, яка, на наш погляд, у підходах П. Я. Гальперіна не настільки очевидна.

Вищезгадане (на що ми вказували раніше) є особливо важливим питанням, оскільки стосується фундаментальної проблеми структурного погляду на психіку людини як на первинно двокомпонентну «свідомо-несвідому» систему. Дискусії вчених із цього приводу продовжуються більше ста років, протягом яких виникла і розвинулася могутня науково-психологічна школа – **глибинна психологія**. Ідеї З. Фрейда, А. Адлера та К. Г. Юнга дали поштовх для розвитку десятків концептуалізацій *психології несвідомого*.

Таким чином, проведений нами дискурс підтверджує не тільки необхідність, але і доцільність поєднання системно-діяльнісного і глибинно-психологічного підходів у вивченні структури і детермінації копінг-поведінки індивіда. Вказане було покладено в основу методологічного каркаса проведеного нами дослідження психологічних основ копінг-поведінки, відповідно до чого психологічна структура копінг-поведінки розглядається нами в контексті усвідомлюваних і неусвідомлюваних компонентів діяльності, що є наслідком «свідомо-несвідомої» структури самого суб'єкта.

Повертаючись до системно-діяльнісного аналізу копінг-поведінки, а саме узагальнюючи розглянуті вище позиції О. Н. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна та П. Я. Гальперіна, вважаємо за обґрунтований **розгляд копінг-поведінки як психіч-**

ної діяльності суб'єкта (з усвідомлюваними і неусвідомлюваними компонентами) в контексті предметного середовища, структура якого містить інтелектуальну, вольову, потребно-мотиваційну і афектну складові.

Даний висновок фактично конкретизує предмет нашого дослідження, проте, виникає необхідність подолати суперечність, яка неявно міститься в поєднанні *диференційно-психологічної* категорії «суб'єкт» із загально-психологічними категоріями «інтелект», «воля», «потреба», «мотив», «мета», «афект». Ця суперечність, поза іншим, указує на доцільність вивчення копінг-поведінки на загально-психологічному і диференціально-психологічному рівнях, що і передбачене логікою побудови даного теоретичного дослідження.

На тлі розглянутих вище постулатів С. Л. Рубінштейна слід розрізняти копінг-поведінку, в якій присутні психічні функції (інтелектуальні, вольові, потребно-мотиваційні, афектні), від власне психічних функцій, оскільки предметом вивчення психології є психічні функції в їхніх відносинах і зв'язках з діяльністю людини.

Розвиваючи цю логіку, стверджуємо таку тезу: психологічна структура копінг-поведінки суб'єкта є похідною, отже, обумовлюється відповідною структурою вказаного суб'єкта. Таким чином, ми виходимо на необхідність розгляду суб'єкта в контексті поняття «особистість», структура якої включає відповідні особистісні сфери (інтелектуальну, вольову, потребно-мотиваційну і афектну). Ці сфери, фактично, є сполучним «містком» між суб'єктом і психологічною структурою діяльності.

Таким чином, продовжуючи конкретизувати предмет дослідження, одержуємо підстави для наступної позиції. ***Предметом психологічного дослідження копінг-поведінки є її психологічна структура (з усвідомлюваними і неусвідомлюваними компонентами); копінг-поведінка здійснюється в конкретних умовах предметного середовища. При цьому дана структура є похідною від психологічної структури особистості суб'єкта копінг-поведінки.***

Як бачимо, на даному етапі системно-діяльнісного аналізу психологічної структури копінг-поведінки актуалізується проблема *теорії особистості*. Така теорія, відповідно до описаних результатів наших міркувань, має передбачати, по-перше, структурність і функціональність суб'єкта копінг-поведінки, по-друге, диференціювати усвідомлювані та неусвідомлювані чинники-детермінанти копінг-поведінки. Через це відповідна частина дослідження має реалізовуватися в глибинно-психологічному ключі, що завбачає вихід за межі системно-діяльнісного підходу.

Таким чином, узагальнюючи проміжні результати розгляду копінг-поведінки в дусі системно-діяльнісної методології, констатуємо: використання вказаної методології дозволить здійснити дослідження психології копінг-поведінки на загально-психологічному рівні. Наступний диференціально-психологічний етап вивчення доцільно здійснювати, спираючись на глибинно-психологічні концептуалізації особистості.

Повертаючись до вивчення копінг-поведінки як психічної діяльності на загально-психологічному рівні, зокрема до психологічної структури копінг-поведінки, відзначимо наступне. «У психологічному аналізі структури дій і діяльностей слід відрізняти:

- мотиваційний (інтенціональний) аспект — те, що спонукає і спрямовує діяльність і дії — мотиви, цілі і їх формування;

• операціональний аспект – способи і засоби досягнення мети, реалізації мотивів і задоволення потреб в різних предметних умовах» [3, с. 158].

Відштовхуючись від погляду на копінг-поведінку як на «здатність людини опанувати стресову ситуацію, подолати її» [5, с. 178], робимо очевидний висновок про прямий зв'язок копінг-поведінки з такою якісною особистісною характеристикою як самовладання. Своєю чергою, самовладання розглядається, як «здатність здійснювати діяльність в дезорганізуючих її ситуаціях, що впливають на емоційну сферу. У цьому виявляється свідомо-вольова організація психічних процесів, регулюючих цю діяльність» [8, с. 581]. Таким чином, інтенціональна сторона копінг-поведінки представлена прагненням опанувати, подолати (потребно-мотиваційний аспект) дисфункцію емоційного плану (афектний аспект).

Цікаво, що обидва згадані аспекти формують поняття *переживання*, одне з визначень якого передбачає «наявність прагнень, бажань і хотінь, що представляють в індивідуальній свідомості процес вибору суб'єктом мотивів і цілей його діяльності і тим самим сприяють усвідомленню ставлення особистості до подій, які відбуваються в її житті» [8, с. 395].

З іншого боку, операціональний аспект копінг-поведінки спирається, по-перше, на знання суб'єкта, «як» опанувати стресову ситуацію (інтелектуальний аспект). А звідси випливає необхідність адекватної оцінки фрустраційної ситуації, що викликає стрес, і передбачення виходу з неї, що пов'язано, по-перше, із згадуваною в попередніх статтях фрустраційною толерантністю, і по-друге, із здатністю реалізувати відповідне прагнення (вольовий аспект).

При цьому ми вважаємо, що провідним компонентом тут є саме *воля* як «сторона свідомості, її діяльний і регулюючий початок, покликаний створити зусилля і утримувати його так довго, як це необхідно» [8, с. 80]. Інтелектуальний же аспект у даній ситуації, на нашу думку, відходить на другий план, оскільки займає підпорядковану стосовно до волі позицію в тому сенсі, що є якимсь передбаченням того, «як слід вчиняти в умовах фрустраційної ситуації» (ідеальна модель копінг-поведінки). Водночас поведінкова реалізація такого знання залежить від волі.

З іншого боку, вказане знання, відповідно до наших припущень, базисно закріплюється в копінг-стратегіях, локалізація яких виходить за рамки як когнітивної сфери, так і свідомості в цілому. Через вказані причини ми схильні розглядати інтелектуальний аспект копінг-поведінки в контексті вольового.

Висновки

1. Психологічна структура копінг-поведінки як специфічної діяльності формується тріадою взаємозв'язаних чинників: потреба, мотив, мета. При цьому відповідні цілі є результируючою потреб і предметного середовища, в умовах якого суб'єкт здійснює копінг-поведінку. Вказане, по-перше, обумовлює необхідність диференціації потреб, що актуалізують копінг-поведінку, і вивчення процесу формування цілей. По-друге, визначає доцільність «потребно-мотиваційної» логіки побудови психологічного дослідження копінг-поведінки в контексті конкретного предметного середовища.

2. Структура копінг-поведінки як психічної діяльності суб'єкта передбачає інтелектуальну, вольову, потребно-мотиваційну і афектну складові, а також усвідомлювані та неусвідомлювані компоненти.

3. Дослідження інтенціонального аспекту копінг-поведінки завбачає необхідність його розгляду в контексті подолання виникаючих процесів переживання. Аналіз операціонального аспекту копінг-поведінки пов'язаний з вивченням відповідної вольової активності суб'єкта.

Перспективами подальшого дослідження є вивчення інтенціональної і операціональної аспектів копінг-поведінки, а також системно-діяльнісне дослідження копінг-поведінки в плані відповідного вивчення в його структурі місця і ролі чинників волі та переживання.

Література

1. *Гальперин П. Я.* Введение в психологию: Учебное пособие для вузов. — М.: Кн. дом «Университет», 1999. — 332 с.
2. *Гальперин П. Я.* Психология как объективная наука. — М.: Изд-во Ин-та практ. психологии; Воронеж: МОДЭК, 1998. — 480 с.
3. *Маланов С. В.* Методологические и теоретические основы психологии: Учеб. пособие. — М.: Изд-во Моск. психол.-социал. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2005. — 336 с.
4. *Немов Р. С.* Психология: Учеб. пособие для уч-ся пед. уч-щ, студентов пед. ин-тов и работников системы подготовки, повышения квалификации и переподготовки пед. кадров. — М.: Просвещение, 1990. — 301 с.
5. *Психологічна енциклопедія* / Автор-упорядник О. М. Степанов. — К.: Академвидав, 2006. — 424 с.
6. *Родина Н. В.* Психодинамический подход к анализу совладающего поведения студентов в период предэкзаменационного стресса // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / За ред. академіка С. Д. Максименка. — К.: Міленіум, 2006. — Вип. 30. — С. 214–222.
7. *Рубинштейн С. Л.* Проблемы общей психологии. — М., 1973. — С. 97–98.
8. *Словарь практического психолога* / Сост. С. Ю. Головин. — Минск: Харвест, 1998. — 800 с.

Н. В. Родина, доц.

Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова,
кафедра общей и социальной психологии

ОСОЗНОВАЕМЫЕ И НЕОСОЗНОВАЕМЫЕ КОМПОНЕНТЫ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ КАК ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СУБЪЕКТА

Резюме

В статье обоснована целесообразность сочетания системно-деятельностного и глубинно-психологического подходов при изучении структуры и детерминации копинг-поведения индивида. Определяется структура копинг-поведения как психической деятельности субъекта, которая предусматривает интеллектуальную, волевую, потребностно-мотивационную и аффектную составляющие, а также осознаваемые и неосознаваемые компоненты. Автор допускает необходимость рассмотрения копинг-поведения в контексте преодоления возникающих процессов переживания (интенциональный аспект копинг-поведения) и изучения соответствующей волевой активности субъекта (операціональний аспект копинг-поведения).

Ключевые слова: системно-деятельностный и глубинно-психологический подходы в изучении структуры и детерминации копинг-поведения индивида; психологическая структура копинг-поведения; копинг-стратегии; интенциональный аспект копинг-поведения; операціональний аспект копинг-поведения; поведение преодоления.

N. V. Rodina, associate professor
of department of general and social psychology
Odessa's National University by name of I. I. Mechnikov

**THE CONSCIOUS AND UNCONSCIOUS COMPONENTS
OF COPING-BEHAVIOUR AS PSYCHIC ACTIVITY OF SUBJECT**

Summary

In the article author based the combination of system activity and deep psychology approaches in study of structure and determination of the subject coping-behaviour. There are defined structure of coping-behaviour as psychic activity of subject included intellectual, will, needs, motivation and affective parts and also conscious and unconscious components in this thesis. Author supposes there is necessary to analyse coping-behaviour in the context of overcoming experience which is arising (intentional aspect of coping-behaviour) and while studying the proper will activity of subject (operational aspect of coping-behaviour).

Key words: System activity and deep psychology approaches in study of structure and determination of the subject coping-behaviour; psychology structure of coping-behaviour; coping-strategies; intentional aspect of coping-behaviour; operational aspect of coping-behaviour; overcoming behaviour.