МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК КАР'ЄРНИХ ДОМОГАНЬ ТА ЦІННИСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0532-3-З
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Лобанова Інна Юріївна
Керівник:Скрипаченко Т.В., к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Мосол Н.О., к.псих.н., доцент
кафедри психології

Запоріжжя 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти «магістр»
Спеціальність 053 психологія
Освітньо-професійна програма 053 «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувачка кафедри психології
Губа Н.О._____
«_____»_____2023 року

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Лобановій Інні Юріївні

1. Тема роботи (проекту) «Взаємозв'язок кар'єрних домагань та ціннісних орієнтацій жінок середнього віку»
керівник роботи Скрипаченко Тетяна Вікторівна, к.псих.н., доцент кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с
2. Строк подання студентом роботи __ листопада 2024 року.
3. Вихідні дані до роботи наукові праці дослідників, що визначають ціннісні орієнтації та особливості професійної адаптації осіб різного віку, зокрема, середнього віку: як Білоус Л.І., Іщенко А.П., Ковальчук І.С., Кулік О.М. Лисенко О.С., Мартинюк І.А., Приймак О.Г., Сергієнко В.П., Титаренко Т.М., Троценко А.В., Чуйко Г.В. Роботи психологів-практиків, на яких ґрунтується наше дослідження: Вірна Ж.П., Карпенко І.М., Пилипенко О.І.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз проблеми взаємозв'язку ціннісних орієнтацій та кар'єрних домагань жінок середнього віку; емпірично дослідити особливості професійної адаптації жінок-вчителів; розробити рекомендації щодо психокорекційної роботи щодо зменшення ступеню неузгодженості між ціннісними орієнтаціями жінок-вчителів середнього віку та їх кар'єрними домаганнями.
5. Перелік графічного матеріалу: кваліфікаційна робота містить 4 рисунка та 7 таблиць.

6. Консультанти розділів роботи (проєкту):

Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видала	Завдання Прийняла
Вступ	Скрипаченко Т.В., доцент		
Розділ 1	Скрипаченко Т.В., доцент		
Розділ 2	Скрипаченко Т.В., доцент		
Висновки	Скрипаченко Т.В., доцент		

7. Дата видачі завдання 25.05.2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів роботи	Строк виконання	Примітка
1.	Пошук наукових джерел з теми дослідження, їх вивчення та аналіз; укладання бібліографії	Травень 2024 р.	Виконано
2.	Збір матеріалів для аналізу	Червень 2024 р.	Виконано
3.	Написання вступу	Серпень 2024 р.	Виконано
4.	Підготовка розділу 1	Вересень 2024 р.	Виконано
5.	Написання розділу 2	Жовтень 2024 р.	Виконано
6.	Формулювання висновків, оформлення роботи	Листопад 2024 р.	Виконано
7.	Одержання відгуку та рецензії	Грудень 2024 р.	Виконано
8.	Захист роботи	Грудень 2024 р.	Виконано

Студент _____ І.Ю. Лобанова

Керівник роботи (проекту) _____ Т.В. Скрипаченко

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 80 сторінок, 7 таблиць, 4 рисунка, 64 джерела.

Об’єкт дослідження – ціннісні орієнтації та кар’єрні домагання жінки-вчителя середнього віку.

Предмет дослідження – взаємозв’язок ціннісних орієнтацій та кар’єрних домагань жінки-вчителя середнього віку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та провести емпіричне вивчення вивчення ціннісних орієнтацій жінок-вчителів середнього віку як мотиваційно-смислових регуляторів їх професійної адаптації та кар’єрних домагань.

Гіпотеза: передбачаємо, що ціннісні орієнтації особистості на термінальному та інструментальному рівні прояву виступають системоутворюючим показником професійної адаптації жінки-вчителя, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності. Прогнозуємо, що запропоновані рекомендації щодо психокорекційної роботи з жінками середнього віку допоможуть зменшити рівень неузгодженості між переліком їх ціннісних орієнтацій та обективних кар’єрних домагань.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз літератури, систематизація, узагальнення та інтерпретація зібраних даних. Емпіричні: «Тест колірних ставлень: вивчення професійної ідентифікації особистості», «Методика вивчення ціннісних орієнтацій», «Опитувальник для оцінки рівня соціально-психологічної адаптації вчителя середньої школи». Методи обробки даних – кількісний та якісний аналіз

Наукова новизна полягає у комплексному дослідженні проблеми взаємозв’язку ціннісних орієнтацій та кар’єрних домагань жінок середнього віку, а саме у виділенні загальних тенденційних особливостей розвитку професійної самосвідомості фахівця. Також розкриває перспективи подальших наукових досліджень мотиваційно-смислової сфери особистості педагога, де домінуючу позицію будуть займати мотиваційні чинники професійної реалізації фахівця, а саме, - його потреби, мотиви, цілі, прагнення, кар’єрні домагання, які й визначають життєві програми та позиції справжніх професіоналів.

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ, КАР’ЄРНІ ДОМАГАННЯ, ВЗАЄМОЗВЯЗОК, ЖІНКИ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ, ВЧИТЕЛІ ЗАКЛАДІВ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ, ПРОФЕСІЙНА АДАПТАЦІЯ

SUMMARY

Lobanova I.Yu. «Relationship between career pursuits and value orientations of middle aged women».

Master's Qualification: 80 pages, 7 tables, 4 Figures, 64 sources.

The object of study is the value orientations and career harassment of middle -aged women.

The subject of the study is the interconnection of value orientations and career harassment of middle -aged women.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and conduct an empirical study of the study of value orientations of middle-aged women as motivational-semantic regulators of their professional adaptation and career harassment.

Hypothesis: we assume that the value orientations of the person at the terminal and instrumental level of manifestation are a systemic indicator of professional adaptation of a woman-teacher, which is expressed in the socio-psychological parameters of successful professional activity. We predict that the proposed recommendations for psycho -corrective work with middle -aged women will help reduce the level of inconsistency between the list of their value orientations and objective career harassment.

Research methods: theoretical - analysis of literature, systematization, generalization and interpretation of the collected data. Empirical: "Test of color attitudes: study of professional identification of personality", "Methods of studying value orientations", "Questionnaire for assessing the level of social and psychological adaptation of the teacher of secondary school". Data processing methods - quantitative and qualitative analysis

Scientific novelty is a comprehensive study of the problem of interconnection of value orientations and career harassment of middle -aged women, namely in the selection of general tendency features of the development of professional consciousness of a specialist. It also reveals the prospects of

further scientific research of the motivational -semantic sphere of the personality of the teacher, where the dominant position will be occupied by the motivational factors of professional realization of a specialist, namely - his needs, motives, goals, desires, career harassment, which determine life programs and positions of life. Professionals.

Field of use: disciplines of sociology and psychology; Psychologists of educational institutions.

Keywords: value orientations, career harassment, interconnection, middle - aged women, secondary education teachers, professional adaptation

ЗМІСТ

ВСТУП .....……8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ВИТОКИ АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ЖИТТЄВОМУ ТА ПРОФЕСІЙНОМУ ПРОСТОРІ РЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ……12
1.1. Ціннісні регулятори у життєвому та професійному просторі реалізації особистості 12
1.2. Мотиваційно-смислова регуляція особистісної реалізації: аналіз проблеми і тенденції вивчення 21
1.3. Проблема психічної напруженості та працездатності в професійній діяльності вчителя 29
1.4. Загальна характеристика та особливості осіб середнього віку…….40
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ АДАПТАЦІЇ ВЧИТЕЛЯ……...49
2.1. Процедурно-методичне забезпечення дослідження .....……..49
2.2. Аналіз отриманих результатів дослідження 55
2.3. Засоби контролю особистісно-нормативних змін ціннісних орієнтацій вчителів в процесі професійної адаптації 67
ВИСНОВКИ 73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....75

ВСТУП

Актуальність дипломного дослідження. Необхідність в управлінні професійним самовизначенням постійно відтворюється в суспільстві як результат нормальних протиріч його розвитку. Динамічна зміна й оновлення життя сучасного суспільства, вимагаючи удосконалення професійної освіти різноманітних типів та рівнів, передбачає постійне моделювання і проектування системи професійної адаптації особистості. Отже, актуальність дипломного дослідження обумовлена необхідністю вивчення особливостей професійної адаптації особистості та удосконалення діагностичних засобів, які використовуються в практичній роботі психолога, який займається проблемами професіоналізації особистості.

До вітчизняних вчених, які досліджують проблеми мотиваційноцінніних орієнтацій можна віднести: Білоус Л.І., Денисенко С.В., Даниленко О.І., Безуглу В.М., Запорожець М.І., Литвиненко С.В., Шевченко В.В., Ковальчук І.С., Лисенко О.С., Мартинюк І.А. та багато інших. Зарубіжні вчені проблему мотиваційно-ціннісних орієнтацій досліжували такі: А. Маслоу, МакНей, Р.Водак, К. Янг, Е. Райнгольдом, Д. Пінк, Е. Деці, Р. Райан, Е. Лангер та багато інших. В контексті глобальних потрясінь, таких як війна в Україні, дослідження мотиваційно-ціннісних орієнтацій стає особливо актуальним завданням.

Обрана тема охоплює нестандартні проблеми у взаємозв’язку їх вивчення. З одного боку, це проблема професійної адаптації та домагань кар’єрного росту, та її полярного прояву дезадаптації, а з другого, - проблема ціннісних орієнтацій, які виступають основним мотиваційно-смисловим регулятором ефективної реалізації особистості.

Як відомо, рівновага між людиною і професійним середовищем, досягнуте в процесі професійної орієнтації, не представляє собою статичного стану. Дезадаптація може виникнути внаслідок короткочасних або сильних

впливів середовища на людину або під впливом менш інтенсивних, але тривалих впливів. Дезадаптація проявляється в різноманітних порушеннях діяльності: в зниженні показників праці та її якості, в порушеннях дисципліни праці, у підвищенні аварійності й травматизму. Критеріями психофізіологічної адаптації вважається стан здоров'я, настрій, тривожність, рівень втомлюваності, активність поведінки. Стійкі порушення психічної адаптації проявляються у клінічно виражених психопатологічних синдромах або навіть у відмові від діяльності. Що стосується психологічних чинників професійної адаптації, то даний аспект щільно збігається із вивченням мотиваційно-смислових регуляторів поведінки професіонала, де домінуючу позицію займає аспект професійної ідентифікації особистості.

Вибірку нашого дослідження склали жінки середнього віку, які працюють у середніх навчальних закладах, і, які, як відомо більш вразливі до переживання "емоційного вигорання", а відповідно й більш схильні до проявів професійної дезадаптації.

Об'єктом дипломного дослідження виступає професійна адаптація та особливості кар'єрного росту особистості жінки-вчителя.

Предмет дипломного дослідження склали ціннісні орієнтації як мотиваційно-смислові регулятори професійної адаптації жінки-вчителя середнього віку.

Мета дипломного дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні проблеми взаємозв'язку ціннісних орієнтацій у життєвому та професійному просторі реалізації особистості та її кар'єрних домагань та емпіричному вивченні ціннісних орієнтацій як мотиваційно-смислових регуляторів професійної адаптації вчителів із різним стажем роботи у навчальних закладах.

Гіпотеза дипломного дослідження: ціннісні орієнтації особистості на термінальному та інструментальному рівні прояву виступають системоутворюючим показником професійної адаптації та критерієм кар'єрного росту жінки-вчителя із різним стажем роботи у навчальному

закладі, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності.

Виходячи з поставленої мети та висунутої гіпотези необхідно вирішення таких завдань:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз проблеми в психологічній літературі.

2. Скласти програму емпіричного дослідження із адекватно розробленим комплексом діагностичних методик.

3. Використати методи математичної статистики для інтерпретації отриманих результатів дослідження.

4. Розкрити тенденції впливу ціннісних орієнтацій на процес професійної адаптації жінки-вчителя, зокрема їх кар'єрних домагань.

Теоретико-методологічну основу дипломного дослідження склали науково-психологічні положення про взаємозв'язок мотиваційно-смислової сфери особистості та регулятивних процесів діяльності (Л.І. Білоус, Ж.П.Вірна, В.О. Грищенко, С.В. Литвиненко, І.О. Мельничук та ін); суть та динаміку прояву ціннісних орієнтацій особистості як мотиваційно-смислових регуляторів поведінки та діяльності (О.С. Лисенко, Ю.В.Павленко, В.П. Сергієнко, А.В. Троценко, Л.М. Тихонова, Г.В. Чуйко та ін.); про розвиток мотиваційно-смислової структури суб'єкта професійної діяльності (Н.В. Венедиктова, О.І. Демків, В.М.Коваль, О.М. Кулик та ін.); та особливості професійної адаптації та специфіку прояву емоційного вигорання вчителів (К.А. Матковська, О.М. Руденко, Т.Б. Партико, А.В. Троценко, М.І.Дьяченко, В.Л.Марищук та ін.).

Для розв'язання поставлених завдань було застосовано такі методи: аналіз і узагальнення наукової літератури; методи дослідження особистості (стандартизовані та проективні), бесіди; методи статистичної обробки кількісних показників.

Наукова новизна дипломного дослідження полягає у спробі більш детального вивчення й обгрунтування ціннісних регуляторів у мотиваційно-

смисловому та професійному просторі реалізації особистості жінки-вчителя з різним стажем роботи у навчальному закладі як системоутворюючого показника його професійної адаптації, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності.

Практичне значення дипломного дослідження: результати проведеного дослідження успішно можуть бути використані у психологічній практиці у вигляді рекомендацій з визначення професійної адаптації жінок-вчителів та розробки прогностичних схем психолого-педагогічного розвитку та удосконалення здатності особистості до мотиваційної саморегуляції, що супроводжують професійну діяльність вчителя.

Надійність та вірогідність результатів забезпечено методологічним обгрунтування вихідних положень, відповідністю методів меті та завданням дослідження, репрезентативністю вибірки, застосуванням методів статистичної обробки отриманих даних.

РОЗДІЛ 1.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ВИТОКИ АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ЖИТТЄВОМУ ТА ПРОФЕСІЙНОМУ ПРОСТОРІ РЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Ціннісні регулятори у життєвому та професійному просторі реалізації особистості

В останній час проблема вивчення ціннісних орієнтацій особистості виступає досить актуальною, і, не тільки з боку „модного" віяння використання семантичного аналізу в інтерпретації механізмів їх усвідомлення, але з боку необхідності впровадження корекційних заходів щодо адекватності свідомої реалізації як особистісного, так й професійного потенціалу людини.

Щоб бути послідовним у викладенні матеріалу торкнемося теоретико-методологічних аспектів розгляду проблеми цінностей особистості, які в силу відсутності єдиної наукової психологічної системи часто трактуються як „ціннісні орієнтації", „ціннісні стереотипи", „ціннісні уявлення" тощо. Якщо ціннісні орієнтації – це перспективні лінії свідомості особистості, то ціннісні стереотипи розглядають як реальний компонент установки сприйняття, яка акумулює попередній досвід індивіда у своєрідний алгоритм відношення до певного об'єкту. Поняття „ціннісні уявлення" та „цінності" в психологічній літературі часто інтерпретуються як синоніми.

Так Ж.П. Вірна зауважує, що поняття „ціннісні уявлення" розглядаються як дзеркальне відображення „цінностей" [5, 6], які можна трактувати як суспільні ідеали, які вироблені суспільною свідомістю та існують в ній у вигляді узагальнених уявлень про досконалість в різноманітних сферах суспільного життя; предметне втілення цих ідеалів у діяннях конкретних людей; мотиваційні структури особистості („моделі

потрібного"), які спонукають її до предметного втілення у своїй діяльності суспільних ціннісних ідеалів. Слід додати, що ціннісні уявлення та ціннісні орієнтації розглядають як індивідуальні форми репрезентації надіндивідуальних цінностей, при цьому поняття „цінності" та „ціннісні орієнтації" відносяться з певним успіхом як до усвідомлюваних (декларованих), так й до реально значимих цінностей.

Така ситуація у трактуванні цінностей особистості робить проблемним оперування даним поняттям. Як відомо, в ході історичного розвитку найбільш суперечливо один до одного стояли психологія переживання та психологія поведінки. Певне зближення цих двох методологій відбулося у зв'язку із подіями другої світової війни, коли європейські психологи (Фрейд, Левін, Келер тощо) розпочали масове відвідування американського континенту. Так, й з'явилося "гібридне" розуміння психології: в американській психології не обмежуються поняттям поведінки, а у Європі – психологія найчастіше визначається як наука про переживання і поведінку. Дотримуючись думки О. Демківа [11], можна сказати, що у відношенні психології переживання і психології поведінки відбувся несуттєвий компроміс, аніж програмне об'єднання.

На сучасному етапі розвитку психології відбувається методологічний синтез в силу інтенсивної експериментальної роботи, де виділяються такі вихідні поняття для визначення психології – як стимуляція, організм, поведінка й переживання. Якщо бути уважним при їх трактуванні в психології, то в певному смислі можна сказати, що їх об'єднує регулятивный принцип функціонування.

Обґрунтованість застосування конструкта психічної регуляції у вивченні психічних явищ витікає із методичних наслідків та критеріїв, що використовуються для класифікації наукової діяльності. Теза про психічну регуляцію була намічена ще Аристотелем, яка успішно розвивалась в подальшому в роботах психологів.

В зарубіжній психологічній літературі можна знайти низку згадувань про регулятивну концепцію, а зокрема в роботах D.O.Hebb, J.R.Kantor, K.Levin, Z.Freid, E.Tolman.

Що стосується вітчизняної психології, то регулятивне розуміння психічних явищ виражається не тільки традицією, але й загальною методологічною орієнтацією виділення принципів детермінізму, зв'язку свідомості та діяльності, розвитку, єдності історичного та логічного, особистісного підходу (Ж.П. Вірна, О.П. Демяненко, А.П. Іщенко, Н.В. Ліфарева, В.Г. Панок, Г.В. Рудь та ін).

В контексті висвітлення представленої проблеми, нагадаємо, що з точки зору основних видів поведінки людини виділяються такі три рівня регуляції: реакції, що регулюються психічними станами (активація, емоції); реакції, що регулюються психічними процесами (сприймання, пам'ять, мислення); реакції, що регулюються якостями особистості. При цьому, всі три рівня регуляції у певній ієрархічній послідовності можуть брати участь в конкретній поведінці людини. Добре відомо, що психічна регуляція не здійснюється лише в даний момент: інформація, що знаходиться у мозку, діє як безперервний регулятор не тільки поведінки, яка здійснюється в даний момент, але й поведінки в майбутньому.

Що стосується поняття „цінності", то їх регулятивний смисл є безперечним. Якщо прослідкувати їх функціонування від вироблення суспільних ідеалів в свідомості людини до мотиваційних „моделей потребного", то загальну модель можна представити таким чином: суспільні ідеали засвоюються особистістю у вигляді „моделей потрібного", які починають спонукати її до активності, в процесі якої відбувається їх предметне втілення; предметно втілені цінності, в свою чергу, стають основою для формулювання суспільних ідеалів тощо і так далі по нескінченій спіралі.

Психологічна модель будови і функціонування мотивації людини та її розвитку в процесі соціогенезу, конкретизує розуміння особистісних цінностей як джерел індивідуальної мотивації, що функціонально еквівалентні потребам. Особистісні цінності формуються в процесі соціогенезу, при цьому досить складно взаємодіючи з потребами. Визнання цінностей реально діючими іманентними регуляторами діяльності індивідів, які надають впливу на поведінку незалежно від їх відображення в свідомості, не заперечує існування свідомих переконань або уявлень суб'єкта про власні цінності, які можуть не співпадати з ними за змістом і психологічною природою.

Таким чином, у розгляді феномену цінностей людини помітні інтерфункціональні зв'язки між його змістом та наповненням регуляційних змінних як в області стимуляції і організму, так й області поведінки та переживання. Тому, в подальшому аналізові матеріалу ми будемо говорити про „ціннісні регулятори", незалежно від того, як вони позначаються в конкретних роботах, чи то „цінності", „ціннісні орієнтації", „ціннісні стереотипи" тощо. Лише додамо, що смисл поняття „ціннісні регулятори" представляє людину не пасивним об'єктом психічної активності, а суб'єктом, який здатен оцінити власні цінності та зпроектувати власний рух до майбутніх цінностей.

В цьому випадку, ціннісні регулятори наближаються до ціннісних ідеалів, ієрархія яких характеризує цінність для людини самих особистісних цінностей у відволіканні від образу свого „Я" і виступає як ідеальні кінцеві орієнтири розвитку цінностей суб'єкта [13, 32, 56].

З такого всебічно регуляторного розуміння цінностей особистості витікають два важливих методологічних наслідки: психолог не повинен обмежуватися лише реєстрацією поведінки; він повинен також вимірювати перманентне і актуальне переживання. Таким чином, психолог набуває не тільки більш глибокий, але й каузальний підхід до того, щоб зрозуміти, чому особистість чинить саме так, а не інакше. В цьому напрямку психологія

містить певні доробки.

Завдяки експериментальному дослідженню О.І.Пилипенко було виділено чотири групи причин, за якими можуть пояснюватися розходження між ціннісними конструктами, які декларуються, та цінностями, які реально спонукають діяльність людини особистісними цінностями [40].

Отримані експериментальні дані ставлять нові проблемні питання, одне з яких помітно виступає на передній план. Це – проблема співвідношення визнання психологічної реальності як реально діючих цінностей, що інтегровані в мотиваційну структуру особистості та ціннісних уявлень свідомості людини, де інтеграційною ланкою виступають *смисложиттєві регулянти* поведінки.

Смисложиттєві регулянти як складова ціннісних орієнтацій людини, торкаються, в першу чергу, її смислової сфери, а саме – смислу життя. На теперішній час відомі різноманітні визначення смислу життя. Спробуємо сформулювати свій погляд на природу смислу людського існування. Не дивлячись на те, що проблема сенсу життя є міждисциплінарною, найбільшого значення вона набуває в психології, де феномену смислу життя надається особлива утворююча сила. „Смисл життя в його глибокому розумінні не є психологічним, „буферним" утворенням, не емансипується від „зовнішнього" і „внутрішнього", він не був і не є тим, чи іншим, він те, що більше людини, що не є нею самою, а є, ймовірно, певним „над-особистісним" утворенням"[58]. Можна сказати, що це - Я–духовне людини.

Звичайно, смисл життя як спосіб ставлення до світу реалізується в різноманітних сферах життя, і, в професійній, зокрема. Людина, реалізуючи себе в професії, знаходить своє місце у житті.

Спираючись на описані фахівцями двох основних способів життя (І спосіб – це життя, яке не виходить за межі зв'язків, в яких живе людина; ІІ спосіб – інтенсивний розвиток рефлексії із виходом людини за межі життєвих зв'язків), Ю.В. Павленко виділив три модуси людського буття: володіння, соціального досягнення і служіння [37].

Більш детальне ознайомлення з цими модусами наштовхнуло на думку про необхідність дослідження регулятивних детермінант сенсу життя, які ми назвали смисложиттєвими регулянтами, і, які є складовою цінностей людини. В наш час досить часто у працюючих людей спостерігається тенденція прояву глибокої особистісної незадоволеності життям в цілому, і, професією, зокрема. Особливо багато серед них молодих людей, робочий стаж яких сягає менше трьох років. Такі дані насторожують, адже попереду життя, яке позбавлене сенсу, а, відповідно, людина знаходиться в стані психологічної нестійкості, втрати „самої себе".

Для того, щоб реалізувати регулятивний підхід у вивченні ціннісної сфери людини, нами й була розроблена система трактування цінностей крізь призму таких вихідних понять психології як поведінка і переживання. Адже, про людську поведінку в повному її смислі можна говорити лише тоді, коли людина пристосовується до власних творінь, тобто до суспільного середовища. А це означає, що й до вимог професійної діяльності. Звичайно, найоптимальнішим варіантом є такий, коли смисл життя і професійної діяльності співпадають. Однак, можливий й такий варіант, коли вони суперечать один одному. Все залежить від регулятивних детермінант ціннісно-смислової сфери особистості [12, 26, 44, 62].

З класичного визначення цінності, яку більшість фахівців визначає як „стійке переконання в тому, що визначені спосіб поведінки або кінцева мета існування, які з особистої та соціальної точок зору є більш значимими, чим протилежний їм спосіб поведінки або кінцева мета існування"; основних її ознак: 1) загальне число цінностей, які є набуттям людини, порівняно невелике; 2) всім людям притаманні рівною мірою одні й ті ж цінності; 3) цінності організовані в системи; 4) витоки людських цінностей прослідковуються в культурі, суспільстві та його інститутах и особистості; 5) вплив цінностей прослідковується практично у всіх соціальних феноменах, які заслуговують вивчення; також використавши авторську класифікацію цінностей на термінальні та інструментальні, ми дійшли висновку, що

адаптивна і не адаптивна форми ціннісно-смислової регуляції знаходяться по відношенню одна до одної у віддзеркалюваному положенні [11, 19, 27, 49].

Це означає, що переконання людини про те, що кінцева мета індивідуального існування з особистої та суспільної точок зору, яка заслуговує того, щоб до неї прагнули (термінальні цінності), залежить від переконання в тому, що певний спосіб дій з особистої і суспільної точок зору є більш переважливим у певних ситуаціях (інструментальні цінності).

Таким чином можна сказати, що психологічна реальність виступає тим, що визначає особливості розгортання у часі динаміки людського життя, частиною якого виступає динаміка психічних процесів, властивостей й станів. В ній зберігаються й постійно народжуються ті фактори, які виступають параметрами, в основі яких здійснюється впізнавання придатності схем поведінки, що зберігаються в особистому досвіді людини. Без таких параметрів поведінка людини здійснювалась би за реактивним принципом „S→R”. Конструкт ціннісних регуляторів пояснює результат проекції в актуальну психологічну реальність. Зрозуміло, що таке проектування має свої індивідуальні особливості, в якості яких виступають значення и смисли, які забезпечують людині предметність, реальність й дійсність її буття.

Це стає зрозумілим, якщо уявити людину як особливу просторово-часову організацію, що перетворює „об’єктивну реальність” (світ до людини, без людини) у наповнений кольорами та звуками, категорізований значеннями предметний світ, який виступає основою предметної свідомості [8, 23, 47, 63].

Первинно поведінка людини у предметному світі виступає залежною від значень. Предмети (комплекси відчуттів, які об’єднані із значеннями, з якими пов’язані певні схеми поведінки, можуть ініціювати, запускати ці схеми. Якщо мимовільно актуалізується можливість взаємодіяти з певним предметом, але вона відірвана від актуальних потреб, то виникає класична модель „виходу суб’єкту за межі вимог ситуації”.

Така модель може стати поясненням як зародження актів самореалізації (перехід можливості у дійсність), так й власне фіксованої поведінки, коли предмет майже рефлекторно викликає стереотипну дію по відношенню до нього, що не обумовлена актуальною потребою. Все залежить від того смислу та цінності, які стоять за цими предметами, так й за діями, спрямованими на них. Вирішують мотиви та цілі, в яких вони конкретизуються [14, 28, 51,64].

Наявність ціннісно-смислових вимірювань перетворює предметний світ людини в дійсність – життєвий простір, який виступає стійким завдяки смисловим регулянтам, і, в той же час, таким, що постійно розширюється з метою збереження життя та її здійснення.

Ціннісні координати світу людини роблять її співвимірюваною з іншими людьми, із своїм майбутнім, але ще не теперішнім, ще тільки можливим, яке відкриває для неї дійсність простором для розвитку, тобто життя.

Підтвердження сказаного ми знаходимо в рамках психології соціального пізнання, автором якого є В.П. Сергієнко [46]. Він відмічає, що якщо людина реально існує у побудованому, сконструйованому світі, то не можна виключити її емоційне засвоєння, так само як ігнорувати й інші психічні процеси, як наприклад, мотивацію. Насьогодні, із всіх елементів цієї низки в соціально-пізнавальній ситуації, найбільш повно розкриті тільки два: роль соціальних установок і феномен перцептивного захисту.

Через аналіз соціальних установок в психології соціального пізнання вирішуються дві важливі проблеми, з якими зустрівся когнітивний підхід – включення емоцій в пізнавальний процес та зв’язок пізнання з поведінкою. Атітюди спрямовують пошук соціальної інформації: суб’єкт демонструє селективний відбір інформації в залежності від сукупності набутих ним атітюдів. В цьому випадку можливі два варіанти: інформацію відбирається або при наявності дуже сильного, або, навпаки, дуже слабкого атітюда на об’єкт. Цей феномен позначається як біполярний спосіб підбору „атітюдо-

релевантної" інформації: індивід запам'ятовує, фіксує або про-, або контра-атітюдну інформацію, але пропускає нейтральну. Це ж стосується й відтворення інформації у потрібний момент [15, 20, 38, 57].

Спробуємо з представлених роздумів зробити декілька узагальнень. Цінності повинні існувати у формі готовності реалізації раніше складеної схеми діяльності (поведінки), не змінюючи кожну ситуацію у проблемну, тобто перетворюючи життєдіяльність у постійне рішення нових задач. Однак у цінностях фіксуються не тільки схема поведінки, а й цілісна психологічна ситуація, яка включає крім цілі поведінки ще й смисли, оцінки, плани, кінцеві та проміжні цілі тощо, тобто майже все те, що можна позначити терміном „психологічна реальність". І, цей факт необхідно визнати, оскільки форма поведінки (схема) сама не може виявити себе в нових умовах та ствердити себе у вигляді необхідності діяти тут і тепер певним чином. В новій психологічній реальності починає виявляти себе „усталена" психологічна реальність, яка увібрала в себе ціннісно-смислові складові світу людини, які й визначають саму можливість перетворення безмірної „об'єктивної реальності" у простір, в якому „тут і тепер" здійснюється рух життя конкретної людини.

В контексті вищесказаного стає зрозумілим, чому проблема смисложиттєвих регулянт стає особливо гострою при зміні способу життя, зокрема, при зміні складених життєвих стереотипів.

В своїй концепції життєдіяльності людини як задачі, яку вона все життя вирішує, Ж.П. Вірна виділяє тих індивідів, які щодня „емпірично" відтворюють й повторюють необхідні для підтримання життя дії та нескладні обов'язки, і, тих, які самі організують своє життя, спрямовують течію подій та надають вплив на них. Отже, слід погодитися з Ж.П. Вірною в тому, що можливий такий „спосіб життя", коли спостерігається „вплетеність" особистості в контекст життєвих подій, ситуацій, справ, при якій індивід не самовизначається по відношенню до них, а сам відтворює в можливих межах логіку свого життя [5, 6].

З цього приводу можна сказати, що смисложиттєві регулянти передбачають самовизначення, яке опирається на особистісну рефлексію. Але, в такому випадку, дуже важко погодитися з уявленням про те, що існують різноманітні способи об'єднання індивіда з обставинами його життя. Виходить, що є індивід, існують об'єктивні обставини його життя, і повинен бути спосіб їх зв'язку. Тільки у науковій абстракції можна відірвати індивіда від обставин, в яких відбувається його життя, але й в цьому випадку все одно потрібно шукати „концептуальний міст" (наприклад як принцип „суб'єкта діяльності"), який буде здатен з'єднати розірвану єдність.

Людина, яка опирається на власні рефлексивні можливості здатна оцінити обставини життя і власну життєдіяльність, свій спосіб життя і стати в позицію суб'єкта їх активної корекції, але це потребує від неї колосальних зусиль і енергії, активності, - так як в природному стані все це виступає різноманітними проявами єдиної психологічної системи, здатної до саморегуляції. Більш того смисложиттєві регулянти, з нашої точки зору, виступають тією загальносистемною властивістю, яка може не тільки блокувати вихід людини за межі складених поведінкових схем, але й за межі життєвих обставин, діяльність яких передбачає трансформацію фіксованих форм поведінки. Тим самим, вони можуть блокувати і саме введення в свідомість певних життєвих обставин, які пов'язані з неуспішною реалізацією в них стереотипів, складених в інших обставинах, до того ж, блокувати в свідомості й ті обставини, які пов'язані з адекватними можливостями виходу за межі вимог ситуації – туди, де найбільш яскраво заявляє про себе мотиваційно-смислова регуляція.

1.2. Мотиваційно-смислова регуляція особистісної реалізації: аналіз проблеми і тенденції вивчення

Одним з найбільш загальних і суттєвих проявів суб'єктності людини є її довільна усвідомлена активність, за допомогою якої реалізується все

різноманіття відносин людини зі світом речей, людей, середовищних умов, соціальних явищ тощо. При цьому саморегуляція усвідомленої активності виступає як найбільш загальна функція цілісної психіки людини, в процесах саморегуляції реалізується єдність психіки з боку розгляду її можливостей, функцій, процесів, здібностей тощо [6, 14, 35, 39, 45 та ін.].

Для визначення теоретичних основ аналізу мотиваційно-смислової регуляції, насамперед, розглянемо за допомогою яких загальних понять і уявлень можна описати її здійснення.

Розгляд особистості як суб'єкта діяльності підкреслює роль активного начала в людині, показує, що її діяльність підкоряється не тільки зовнішнім обставинам, але є внутрішньо детермінованою через усвідомлену регуляцію. На користь висловленої тези можна навести серію проведених досліджень, спрямованих на виявлення внутрішніх механізмів регуляції поведінки і діяльності [10, 14, 35 та ін.]. Одним з важливих й необхідних аспектів дослідження регуляції є вивчення мотиваційно-смислової регуляції діяльності.

Аналіз проблеми особистості як складного внутрішнього регуляторного механізму, який діє як цілісність і тим самим забезпечує відносну стабільність індивідуальної поведінки, заставляє нас окреслити сферу визначення реалізації особистості в аспекті детермінації її поведінки цілями майбутнього та саморегуляції, яка полягає в усвідомленні поведінки та зміненні її спрямованості.

Відразу скажемо, що поняття "регуляція" в психології було введено П.Жане, яке він пов'язав із організацією особистості [43]. На його думку, існує сім рівнів регуляції, вищий з яких посідає система внутрішніх вимог, що перетворюють людину в активного діяча. До того ж, кожному рівневі регуляції відповідає певний рівень усвідомлювання. Тому, коли розглядається порушення поведінки, то воно представляється результатом зміщення вищих рівнів регуляції у вигляді сильних травмуючих переживань. П.Жане підкреслює значення смислових механізмів регуляції в подоланні

травмуючих переживань - зняття фіксації на переживаннях відбувається в результаті зміни його значення для індивіда.

Свій подальший розвиток проблема регуляції отримала в психологічних школах психоаналізу, гуманістичної психології та гештальтпсихології. Зокрема, у психоаналізі З.Фрейда Его людини розглядалося в якості тієї інстанції, яка регулює поведінку, підкоряючись принципу реальності навідміну від принципу задоволення. А саме нею виконувалися такі функції як регуляція потягів, їх опосередкування, усвідомлення бажань, усвідомлення детермінованості своєї поведінки. Також ідея Я як активного початку в житті людини представлена також і в індивідуальній психології А.Адлера. Ним введено поняття творчого Я, як центру особистості, який створює мету, засоби її досягнення, будує індивідуальний стиль поведінки. Основними рушійними силами розвитку особистості А.Адлер вважає почуття неповноцінності і прагнення до неперевершенності, які актуалізують процес компенсації і зверхкомпенсації. Згідно Г.Олпорту, особистість характеризується основними цілями, які виступають смислом життя людини, рушійними силами її поведінки, при цьому стійкі цілі підвищують опірність особистості несприятливим впливам і виступають умовою подолання перешкод. Здатність особистості до саморегуляції Г.Олпорт вважає властивістю вищого рівня мотивації
[31, 34, 50, 58].

В теорії поля К. Левіна регуляція поведінки здійснюється згідно принципу теперішнього, тобто минуле і майбутнє може впливати на поведінку тією мірою, в якій воно представлено в реальній ситуації індивіда через модель очікування-цінність. Життєвий простір формується особистісними потребами людини у взаємодії з її психологічним оточенням, що супроводжується станом рівноваги. У випадку, якщо ця рівновага порушується, то виникає напруженість відносин. Регуляція поведінки полягає у виникненні змін, які б призвели до встановлення балансу. Отже, основний смисл регуляції поведінки в концепції К.Левіна розкривається

через чередування циклів виникнення напруженості та дій з його зняття.

Особливої уваги заслуговує гуманістична теорія К.Роджерса, де центральною ідеєю є уявлення про роль самосвідомості, самооцінки в регуляції поведінки й розвитку особистості. Порушення регуляції поведінки, на думку К.Роджерса, є наслідком неузгодженості між самооцінкою та реальним життєвим досвідом людини, що проявляється в слабкій адаптованості до оточуючого світу, в тривожності і напрузі. Відтворення здатності регулювати своєю поведінкою виступає наслідком зміни Я-концепції в процесі індерективної психотерапії.

Проблема регуляції та саморегуляції у вітчизняній психології розглядається значною кількістю фахівців [4, 19, 28, 51]. Специфічно людський спосіб регуляції вони пов’язують із створенням та використанням знакових психологічних знарядь, які визначив як “оволодіння процесами власної поведінки”. В концепції формування вищих психічних функцій знак визначається як функція по відношенню до індивідуальної поведінки: певний нейтральний стимул тільки тоді стає знаком, коли людина сама визначає його роль і функцію для себе, тобто надає йому функціонального значення й встановлює її ставлення до вихідних мотивів поведінки.

Проблема мотиваційно-смислової саморегуляції розглядалася в роботах Ж.П. Вірної, С.Я. Карпіловської, С.В. Литвиненко, А.А. Зинченко, В.П. Сергієнко та інших, де прослідковуються аспекти виявлення внутрішніх механізмів регуляції та діяльності.

Однак, дослідження аспектів мотиваційно-смислової регуляції потребує подальшої конкретизації в силу об’єктивних умов удосконалення психологічної теорії та практики, які зосереджують свою увагу на підвищенні психологічної культури людини.

На сучасному етапі розвитку психологію більш цікавлять питання дослідження еврістичних прецендентів [16, 44, 49, 52] як елементів нового в розвитку психіки. До того ж, створювані нові механізми людської психіки повинні бути засобами відображення і регуляції, що підвладні самоконтролю

з боку особистості, яка сама приймає рішення про користування новими психологічними механізмами, при цьому розширюючи можливості для самоуправління.

В сучасній психології розповсюдженим є розуміння саморегуляції як багаторівневого утворення, зокрема як ієрархічної системи диспозиційної саморегуляції і установочної системи саморегуляції.

С.Я.Карпіловська [19] розрізняює рівні розвитку саморегуляції за набутим людиною досвідом самоуправління і за рівнем усвідомлення нею свого стану і процесу діяльності. Також незалежно від підрозділів сфер саморегуляції (поточна, оперативна, довготривала), які тісно між собою пов’язані, виділяється загальна структура саморегуляції, представлена С.В. Литвиненко [27, 28]. При цьому, якщо С.В. Литвиненко звертає увагу на те, що справжній суб’єкт діяльності проявляється в своїй основній функції – функції свідомого цілеспрямованого регулювання здійснюваної діяльності, то І.О. Мельничук [35] вважає показником вищого рівня саморегуляції – постановку цілей самим суб’єктом та передбачення ним окремих результатів своєї діяльності.

Як видно, функціональна структура психічної саморегуляції, відображена у теоретичній моделі С.В. Литвиненко та І.О.Мельничук, детермінує процес, спрямований на реалізацію суб’єкт-об’єктних утворень, і полягає у забезпеченні відповідних ситуативним умовам установок діяльності суб’єкта, контролю за поточними результатами виконуваних дій тощо. В той час як процес особистісного регулювання спрямований на забезпечення в індивіді певних особистісних якостей, які проявляються на досить тривалих відрізках життя та сприяють успіху в різноманітних видах суб’єктних і об’єктних змінень.

З цього приводу Ж.П. Вірна говорить, що на вищих рівнях розвитку особистість стає суб’єктом власної мотивації [5, 6] – її мотиви ієрархізуються, інтегруються, підкоряються впливові особистості, яка якби переростає саму себе і починає ставитися до себе як до суб’єкта своїх

вчинків.

І.О. Мельничук говорить про три рівня розвитку саморегуляції, що являє собою співвідношення зовнішнього (вимоги до виконання діяльності) та внутрішнього (властивостей особистості): 1 рівень – особистість узгоджує свої можливості з нормами діяльності; 2 рівень – особистість удосконалює якість діяльності шляхом оптимізації своїх можливостей; 3 рівень – особистість як суб'єкт діяльності виробляє оптимальну стратегію і тактику, що дає можливість проявити творчий характер своєї активності [35].

Ці три рівні базуються на позиції особистості по відношенню до оточуючого світу. Тому, якщо розвиток особистості виступає як процес удосконалення її системи саморегуляції через змінення, удосконалення структурних компонентів і функціональних відношень, то в цілому саморегуляція передбачає просування людини від "Я" реального до "Я" майбутнього, бажаного.

Вираженням саморегуляції особистості в поведінці є стиль діяльності та досягнення індивідом намічених цілей із найменшими енергетичними фізичними та психічними витратами. Стиль життя – це поведінкова система, яка характеризується певною постійністю. Стаючи звичною, система самоуправління, що виражається у стилі діяльності, набуває певну свободу від сфери свідомого контроля і якби "виключається" із сфери свідомості. Також для сфери саморегуляції характерні цілеспрямовані вольові акти, що пов'язані із сферою свідомості, з мотиваційною сферою особистості, сферою її ідеалів. Цей рівень саморегуляції стає можливим при розвинутості ієрархії мотивів особистості, вираженості мотивації найвищого рівня, пов'язаного із станом загальної спрямованості інтересів та ціннісних орієнтацій, а також найбільш узагальнених соціальних установок. На цьому рівні вольове зусилля відіграє особливу роль, виступаючи основним механізмом саморегуляції. Розуміння змісту вольового акту, його співвідношення із смисловими, ціннісними та просторово-часовими цілями особистості, не можливо без розгляду питання зв'язку мотиву і смислу.

Таким чином стає зрозумілим, чому ми використовуємо термін мотиваційно-смислової саморегуляції, який є адекватним багатомірній активності людини, її різноманітним умовам життєдіяльності. Масштаб мотиваційно-смислової регуляції, що задається життєвим шляхом особистості є найоптимальнішим для опису природи людської поведінки.

Основні уявлення про мотиваційно-смислову саморегуляцію можна звести до розгляду смислу, пам'ятаючи що "питання про смисл є завжди питанням про мотив" [35, 48]. Саме смисл приймає участь в утворенні специфічно людських спонукань (мотивів) поведінки, що стають засобами її регуляції. Так, І.А. Мартинюк [33] описуючи вищий рівень мотиваційної саморегуляції, говорить, що усвідомивши спонуканння, людина або приймає його, або відмовляється від нього, тобто не підкоряється йому, а приймає його в якості свого мотиву. Зрозуміло, що такий мотив завжди наповнений певним смислом для особистості. Цієї точки зору дотримувалися також В.О. Грищенко, І.М. Карпенко, В.М. Коваль, Ю.В. Пвленко, Т.М. Титаренко та ін.

Аналіз основних теоретичних та експериментальних досліджень мотиваційно-смислової саморегуляції показує, що смисл з одного боку, розглядається як складова структури особистості, а з другого, як фактор регуляції діяльності.

Структурна характеристика смислу розкривається у поняттях "особистісного смислу", "відношення", "вищі утворення" структури особистості; "фіксованої установки" "внутрішньої позиції особистості", "уявлення про іншу людину", "диспозиційного блоку", "стійкості особистості" [7, 19, 25, 38, 61].

Регуляторний зміст смислу вивчається через трактування питання самовизначення людини як специфічного способу її існування у двох формах смислу, смислу, що надає спрямованість життєдіяльності у вигляді афективно насичених значущих переживань; принципу значущості, що дозволяє регулювати діяльність як з боку зовнішніх, так й з боку власних

впливів особистості на себе; ролі значущості у визначенні ситуативної стратегії поведінки; перспективи життєдіяльності людини та розуміння її призначення; провідної ролі процесу смислоутворення у подоланні особистістю критичних життєвих ситуацій [5, 17, 22, 41, 60].

Співставляючи організацію систем регуляції на особистісному та діяльнісному рівнях активності можна зробити такі висновки. На особистісний рівень перенесена функціональна архітектоніка структури, що забезпечує відповідний рівень регулювання. Зміст компонентів особистісної моделі відповідає специфіці відношень індивіда з людьми, яка будується на діяльнісному розумінні особистісних проявів, так як саме в діяльності складаються основні суб'єкт-суб'єктні відношення.

В цьому контексті слід зауважити, що аналіз експериментального вивчення мотиваційно-смислової регуляції не займає позиції її самостійного дослідження. Огляд основних експериментальних напрямків дослідження смислів показує, що смисли вивчалися у зв'язку з афективними процесами та мотивацією як утворюючими свідомості; також була виявлена їх регулююча функція в поведінці і пізнавальних процесах [21, 22, 49 та ін.]. Дослідження смислу проводилося також в плані вивчення форми існування особистісного смислу в свідомості у вигляді смислових конструктів, особистісних значень, смислоутворюючих мотивів, окремих видів стійких мотивів, таких як ризик-мотив тощо [10, 14, 39, 46, 55 та ін.].

Ідея смислової регуляції знаходить також втілення й в інших роботах. Т.М. Титаренко [53] виділяє в якості основної у людини потребу смислу життя. Вона вважає, що функція концепції смислу життя полягає в тому, щоб людина могла мобілізувати свої можливості максимальною мірою.

У роботі А.Повела та Дж. Ройса описуються основні шляхи, якими люди прагнуть зробити своє життя осмисленим; вони виділяють три основних шляхи, які мотивовані різноманітними ціннісними орієнтаціями - творчою, орієнтацією на актуалізацію власного Я, соціальною орієнтацією на іншого. Подібні моменти можна зустріти і в концепції логотерапії

В.Франкла, де ретельно викладені основні положення про значення смислу в детермінації діяльності. В.Франкл вважає, що основною потребою людини є прагнення до пошуку смислу життя, який унікальний та специфічний для кожної людини. До того ж, задоволення потреби смислу життя дуже важливе для підтримання психічного здоров'я, а при неможливості реалізації смислу життя виникає стан екзистенціальної фрустрації.

Головною перевагою перерахованих досліджень є їх орієнтація на рішення реальних практичних життєвих проблем - подолання стресу, несприятливих ситуацій, травмуючих подій тощо.

Проведений аналіз зазначеної проблеми зробив переконливим положення, що мотиваційно-смислова регуляція є однією з найбільш актуальних при психологічному дослідженні суб'єкта діяльності. Її структурно-фунціональні характеристики виступають необхідним засобом змістовного втілення ідей самовизначення при вирішенні теоретичних та практичних задач, пов'язаних з вивченням людини як суб'єкта різноманітних видів і форм його довільної активності.

1.3. Проблема психічної напруженості та працездатності в професійній діяльності жінки-вчителя

Проблема психічної напруженості як особливого стану виникнула у зв'язку із науково-технічним прогресом та зміненнями у змісті, структурі людської діяльності, підвищенням ролі людського фактору в суспільному виробництві і управлінні, а також у зв'язку з необхідністю отримання наукових знань про резерви людської психіки з метою використання її суспільством.

Розглядаючи проблему психічної напруженості, слід сказати, що для позначення психічних станів людини у складних умовах, дослідники часто використовують різні поняття, серед яких найпопулярнішим є "стрес". Його застосовують для позначення широкого кола не тільки психічних, але й

фізіологічних станів фізичної напруги, втоми тощо. Виходячи із специфіки теми нашого курсового дослідження, ми теж вирішили розпочати розгляд проблеми саме з цього психічного явища.

Популяризація поняття стреса в біології, медицині та психології привели до змішення психологічного та фізіологічного підходів до його вивчення.

Деякі фахівці [30, 45, 59] запропонували розрізняти фізіологічний та психологічний види стресу, так як вони відрізняються один від одного за особливостями діючого стимулу, механізмом виникнення і характером реакції-відповіді. Фізіологічний стрес характеризується порушенням гомеостаза і викликається безпосередною дією несприятливого стимулу на організм.

Аналіз психологічного стресу вимагає врахування таких моментів як значимість ситуації для суб'єкта, інтелектуальні процеси, особистісні властивості. Ці психологічні фактори обумовлюють й характер реакцій-відповідей. Таким чином, розмежування фізіологічного і психологічного стресів вносить певну впорядкованість у розгляд проблеми психічної напруженості з боку необхідності вивчення власне психологічних особливостей цього стану.

Другим питанням, яке так само протирічливо висвітлюється в психологічній літературі є питання співвідношення емоцій та стресу. В цілому принято вважати, що основною складовою, "фундаментальним компонентом" психологічного стресу є емоційне збудження [42].

За своєю суттю емоційні переживання, емоційна насиченість діяльності виділяються в більшості досліджень у вигляді основної характеристики цього стану [21, 30, 34 та ін.]. Отже, оптимальним варіантом інтерпретації стресу виступає розгляд його як особливого стану, що близький до інших емоційних станів (афект, почуття, тривожність тощо). Хоча деякі автори виступають проти такого розуміння.

Деякі фахівці вважають, що поняття стресу слід розглядати в функціональному аспекті - як проблему впливу емоцій на продуктивну діяльність суб'єкта (зовнішню або внутрішню). З такої точки зору проблематика стреса зводиться до вивчення функціонального впливу окремих видів емоцій [17, 24, 51].

Отже, якщо стрес особливий стан, то потрібно визнати, що його структура поряд з емоційним, включає й інші психологічні компоненти (мотиваційні, інтелектуальні, перцептивні тощо). В цілому розуміння стреса як феномену, що виникає в складних умовах діяльності, дозволяє його замінити поняттям "психічної напруженості" [42], яке вільне від будь-яких негативних асоціацій і вказує на необхідність вивчення саме психологічного функціонування людини у складних умовах.

На думку Е.Л.Носенко [36] під терміном "напруженість" слід розуміти стан підвищеного функціонування організму і особистості. Стан психічної напруженості виникає при виконанні людиною продуктивної діяльності у складних умовах і надає сильного впливу на її ефективність. Характер цього впливу визначається як самою ситуацією, так й особливостями особистості, її мотивацією тощо.

Необхідно зауважити, що особливості тих чи інших структурних компонентів напруженості визначаються не тільки мотиваційними але й реальними умовами, в яких виконується конкретна діяльність. Так, ті чи інші умови можуть бути адресовані, насамперед, до певних психічних компонентів, що, в свою чергу, накладає відбиток на стан людини в цілому. Це виступило спонукаючим моментом для психологів у складанні класифікацій видів напруженості.

Так, М.І.Д'яченко виділяє такі види психічної напруженості: перцептивну, що виникає при перешкодах сприймання необхідної інформації); інтелектуальну (при неможливості знайти адекватний спосіб рішення або вихід з критичної ситуації); емоційну (при виникненні емоцій, які дезорганізують діяльність); вольову (при нездатності людини проявляти

свідоме зусилля для керування ситуацією); мотиваційну (пов'язану з боротьбою мотивів).

В цілому значення того чи іншого компоненту в загальній структурі напруженості, динаміка його змінень визначається тим, яке місце він займає в будові конкретної діяльності. При екстримальних впливах інколи відмічається зниження тільки тих психічних функцій, які мають відносно другорядне значення для виконання основної задачі [5, 7, 19, 44].

В процесі тих чи інших видів діяльності, різноманітних відносин, в які включена людина і подій, виникають внутрішні властивості особистості, які стають її стійкими утвореннями і починають приймати участь в регуляції психічних станів і поведінки у складних умовах.

Психічний стан людини в кожний конкретний момент діяльності виступає не просто як сума тих чи інших елементів психіки, а як єдина структура, що визначається цілісністю особистості. Це дало основу певним авторам розглядати психічний стан як модель динамічної структури особистості [33].

Насамперед, це - детермінація діяльності через свідому регуляцію, яка виступає як специфічний спосіб існування людини [39]. Цілеспрямованість людської діяльності передбачає інтеграцію часткових видів її регуляції (перцептивного, мислительного, емоціонального і т.д.), узгодженість їх у часі відповідно до умов життєвої задачі.

Однак, в станах напруженості ця узгодженість часто порушується, її окремі елементи починають діяти у протилежних напрямках. В такому випадку спрямованість діяльності і поведінки залежить від системи усвідомлених мотивів, від відносин особистості до предмету і засобів діяльності, усвідомлення значимості цілі, прогнозування нею подій, прийняття рішень, вибору тієї чи іншої лінії поведінки тощо. Іншими словами, суб'єкт у складних умовах виступає не як пасивна істота, що автоматично реагує на впливи і пристосовується до них, а як активна особистість, яка проявляє свідоме ставлення до цих умов.

Особистісна регуляція базується на усвідомленні людиною комплексу зв'язків і відносин, які характеризують її як суб'єкта соціальних відносин, тобто як представника різноманітних соціальних спільнот, починаючи від малих груп, закінчуючи таким великими соціальними групами як клас і нація.

За належністю особистості до групи стоїть певна програма суспільної поведінки, яка знаходить своє вираження в системі вимог, норм, правил і шаблонів діяльності - системі соціальних значень. Цей момент набуває особливого значення у складних умовах, так в цьому випадку людина знаходиться перед складними задачами, виконання яких, з одного боку, носить суспільно необхідний характер, а з другого - часто пов'язане із погрозою особистому благополуччю людини. Це ставить людину перед різного роду альтернативами.

В загальній структурі особистісної регуляції діяльності особливе місце займає усвідомлення людиною самої себе - своїх властивостей, особливостей, дій або станів. Людину потрібно розглядати не тільки як відкриту систему, але й як "закриту" внаслідок внутрішнього взаємозв'язку її властивостей [2].

Особистісні утворення найбільш інтимно пов'язані з цілями життя і діяльності, ціннісними орієнтаціями та виконують функції саморегуляції, пізнання і відношення людини до самої себе. Потреба у самопізнанні визначається необхідністю більш точно й адекватно виконувати діяльність в оточуючому середовищі, будувати взаємодію з іншими людьми. Усвідомлення себе у вигляді стійкого об'єкту передбачає внутрішню цілісність, сталість особистості незалежно від ситуацій, які змінюються. Самосвідомість - це не просто знання себе, не просто сума окремих характеристик, а певне відношення, динамічна установка по відношенню до себе [50].

Самосвідомість не позбавлена внутрішніх протиріч, які є наслідком не самодовільної активності особистості, а відображають об'єктивні відношення, в які вступає людина в своїх діяльностях.

Отже, можна зробити висновок, що особистісна регуляція діяльності виконує важливу інтегративну роботу співвіднесення людини з об'єктивними умовами існування в конкретному соціальному і природньому середовищі. Але людина це не тільки соціальна істота, вона має й тілесне існування.

Тому на психічних станах людини відображаються особливості її як індивіда, якому характерні певні соматичні, статеві, вікові та інші характеристики. Їх роль як біологічних механізмів діяльності суттєво зростає в складних умовах. Біологічні процеси людини забезпечують цілісність організму та певний рівень регуляції діяльності.

Не дивлячись на те, що людина не перестає бути тілесною істотою, її фізичне існування потрібне для того, щоб діяти заради досягнення своїх життєвих цілей та ідеалів.

Іншими словами, людська діяльність, насичена соціальними атрибутами - цілями, мотивами, засобами, предметами, не може не надавати впливу на природні властивості людини [2].

В інших літературних джерелах з психології ми знаходимо прямі вказівки на залежність біологічних функцій від психологічних детермінант [18, 25, 29, 42 та ін.]. Тому функціональну специфічність біологічних процесів в складних умовах можна зрозуміти поряд із власне біологічними закономірностями тільки при вивченні людини як цілісності.

Важливо згадати, що вплив соціального та біологічні процеси в станах напруженості здійснюється, насамперед, через психічні і, зокрема мотиваційні та емоційні компоненти діяльності, їх специфічний зміст.

Значення цього положення можна пояснити на особливостях взаємодії психологічного змісту й нейродинамічних факторів, які в реалізації станів напруженості займають одне з перших місць. Так, в складних умовах

динамічна сторона (темп, енергія, інтенсивність) діяльності і поведінки набуває досить суттєвого значення, так як вона безпосередньо визначає ефективність, надійність людини. Цей момент добре простежується в професійній діяльності особистості, а саме при розгляді працездатності особистості як передумови надійності й витривалості людини. Працездатність як фактор напруженості здатен надавати суттєві позитивні, або, навпаки, обмежуючі впливи на динамічні показники професійної діяльності та на її кінцеву результативність.

Фактор працездатності особистості в професійній діяльності вимагає ретельного його розгляду в силу мети і завдань нашого дипломного дослідження.

Зрозуміло, що дослідження психічних станів людини проводиться з метою оптимізації професійної діяльності. Говорячи про працездатність людини як потенційну можливість індивіда виконувати доцільну діяльність на заданому рівні ефективності протягом певного часу [42], слід сказати, що вона залежить від умов діяльності та психофізіологічних ресурсів індивіда.

Загальна класифікація працездатності включає два види - *загальну* як потенційну, максимально можливу працездатність при мобілізації всіх резервів організму; *фактичну*, яка залежить від поточного стану здоров'я, самопочуття людини, а також типологічних властивостей нервової системи, індивідуальних особливостей функціонування психічних процесів (пам'яті, мислення, уваги, сприйняття), від оцінки людиною значущості та доцільності мобілізації певних ресурсів організму для виконання діяльності на заданому рівні надійності і протягом певного часу при умові нормального відтворення витрачених ресурсів організму [42].

В процесі виконання роботи людина проходить через різні фази працездатності: 1 - фаза мобілізаціїї - характеризується передстартовим станом; 2 - фаза входження - характеризується можливими помилками в роботі, організм реагує на дану величину навантаження з більшою силою, чим потрібно; поступово відбувається пристосування організму до найбільш

економного, оптимального режиму виконання даної конкретної діяльності; 3 - фаза оптимальної працездатності (фаза компенсації) - характеризується оптимальним, економним режимом роботи організму і стабільними результатами роботи, максимальною ефективністю праці; 4 - фаза нестійкості компенсації (або субкомпенсації) - відбувається своєрідна перебудова організму: необхідний рівень роботи підтримується за рахунок послаблення менш важливих функцій; ефективність праці підтримується за рахунок додаткових фізіологічних процесів, які менш корисні як функціонально так і енергетично; 5 - фаза декомпенсації - супроводжується прогресуванням зниження ефективності праці, появою помилок, вираженими вегетативними порушеннями (посиленням дихання, пульсу, порушенням точності координації рухів, відчуттям втоми); при продовженні роботи фаза декомпенсації може перейти в фазу зриву (різко вираженої неадекватності реакцій організму, яке може супроводжуватись порушенням діяльності внутрішніх органів).

Таким чином, починаючи з фази субкомпенсації виникає специфічний стан втоми. Виділяють втоми двох видів: фізіологічну та психічну. Фізіологічна виражає, насамперед, вплив на нервову систему продуктів розпаду, що вивільняються в результаті м’язово-рухової діяльності; а психічна характеризує стан перевантаженості самої центральної нервової системи. Зазвичай явища фізіологічної та психічної втоми переплітаються, при чому психічна втома, тобто відчуття втомлюваності, як правило, передує фізіологічній втомі [11, 45, 49].

Психічна втома проявляється в таких особливостях:

- в області відчуттів втома проявляється у зниженні чутливості людини, в результаті чого окремі подразники зовсім не сприймаються, а інші сприймаються лише із запізненням;

- понижується здатність концентрувати увагу, свідомо її регулювати, в результаті людина відволікається від трудового процесу і здійснює помилки;

- в стані втоми людина менше здатна до запом’ятовування, також важче згадати вже відомі речі, при цьому моменти пригадування носять фрагментарний характер і людина не може застосовувати свої професійні знання в роботі в результаті порушення пам’яті;

- мислення втомленої людини стає повільним, неточним, втрачає свою критичність, гнучкість, широту, і як результат, людині важко приняти правильне рішення;

- в емоційній області під впливом втоми виникає апатія, нудьга, стан напруженості, можуть виникнути явища депресії або підвищеної роздратованості, і як наслідок виникає емоційна неврівноваженість;

- втома створює перешкоджаючі умови для діяльності нервових функцій, які забезпечують сенсомоторну координацію, в результаті цього час реакції втомленої людини збільшується, а відповідно, вона повільніше реагує на зовнішні впливи, одночасно втрачає координованість рухів, що приводить до помилок, і навіть нещасних випадків.

Після завершення роботи наступає період відтворення фізіологічних і психологічних ресурсів організму, однак не завжди відтворювальні процеси проходять нормально й швидко, після сильно вираженої втоми внаслідок впливу екстремальних факторів організм не встигає відпочити, відтворити сили за 6-8 годин нічного сну, інколи потрібні дні, тижні для відтворення ресурсів організму.

У випадку неповного відтворювального періоду зберігаються залишкові явища втоми, які можуть накопичуватись, і приводити до хронічної втомлюваності різного рівня вираженості.

В стані перевтоми тривалість фази оптимальної працездатності різко зкоротчується або може повністю бути відсутньою, і вся робота проходить в фазі декомпенсації. В фазі хронічної перевтоми понижується розумова працездатність: людині важко зосередитись, інколи з’являється забудькуватість, повільність рухів і неадекватність мислення.

Слід додати, що втома супроводжується формуванням комплексу суб'єктивних переживань людини. Специфіка проявів втоми залежить від виду навантаження, локалізації її впливу, часу, наобхідного для відтворення оптимального рівня працездатності. В цьому контексті ми пропонуємо розглянути специфіку професійної діяльності вчителя, для того, щоб можна було б окреслити сферу його психічної напруженості.

Насамперед, комунікативні вміння вчителя виступають обов'язковим атрибутом його практичної роботи.

Тому, закономірним виступає передбачення, що емоційна напруженість в професійній діяльності вчителя пов'язана з його сферою взаємодії з іншими людьми, і, в першу чергу, з учнями.

Виходячи з поняття "напруженість" як психічного стану, ми говоримо про емоційну напруженість в професійній діяльності вчителя як такий стан, що виражається у характерних особливостях переживань й поведінки та об'єктивно викликається такими труднощами, які для людини неможливо подолати. Такими труднощами у практичній роботі вчителя виступають комунікативні, які провокуються бар'єрами, що блокують діяльність. Взагалі, ми вважаємо, що комунікативність педагога - це психічна готовність людини до професійної діяльності, яку слід розглядати в єдності трьох компонентів - потреби в спілкуванні з боку особистості, високого емоційного тонусу на часовому відрізку спілкування і стабільності комунікативних навиків та вмінь [9]. Якщо одна з цих ланок випадає, то ймовірним виступає виникнення емоційної напруги в плані спілкування з людьми, що може призвести до емоційного вигорання особистості.

Синдром або феномен "вигорання" проявлється як стан фізичного і психічного виснаження, викликаний емоційною перенапругою при роботі з людьми [5]. Даний феномен не є характерним тільки для вчителів. Він часто спостерігається і в інших представників соціономічних професій - лікарів, психологів, психотерапевтів, юристів тощо [17].

Емоційне вигорання - це вироблений особистістю механізм психологічного захисту в формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на психотравмуючі впливи.

Емоційне вигорання представляє собою набутий стереотип емоційної, найчастіше професійної поведінки. Вигорання можна розглядати як функціональний стереотип, оскільки він дозволяє людині дозувати та економно використовувати енергетичні ресурси. В той же час, можуть виникати й дисфункціональні наслідки, коли вигорання негативно впливає на виконання професійної діяльності та спілкування з іншими людьми.

Проведені дослідження емоційного вигорання особистості дозволяють нам підвести підсумок щодо його прояву: феномен “вигорання” можна розглядати як певне змінення в структурі психічних регуляторів трудової діяльності - образі об’єкту та образі суб’єкту праці; у представників соціономічних професій з високим рівнем “вигорання” має місце тенденція негативного відношення до партнера із спілкування, і, навпаки, низький рівень вираженості симптомів “вигорання” відмічається у професіоналів з позитивним ставленням до людей і до себе самого; високий рівень “вигорання” властивий професіоналам, які характеризуються низькими показниками рівня готовності до соціальної діяльності і навпаки.

Симптоми синдрома “вигорання” не відрізняються чіткою специфічністю і можуть варіювати від легких поведінкових реакцій (дратівливість, втомлюваність під кінець робочого дня (і навіть на початку), тривожність тощо) до психосоматичних, невротичних, і, ймовірно психотичних розладів.

Професійна рефлексія, яка супроводжує комунікативні вміння вчителя проявляється: по-перше, в процесі практичної взаємодії вчителя з учнями, коли вчитель прагне адекватно зрозуміти і цілеспрямовано регулювати думки, почуття і вчинки учнів; по-друге, в процесі проектування діяльності учнів, коли вчитель розробляє цілі навчання і конструктивні схеми їх досягнення, при цьому розробляє їх із урахіванням особливостей учнів та

можливостей їх розвитку; по-третє, в процесі самоаналізу і самооцінки вчителем власної діяльності та самого себе як її суб'єкта діяльності.

Що стосується рефлексивних вмінь вчителів загальноосвітніх шкіл, то професійна діяльність сприяє побудові учбових засобів, предметів і програм з метою узагальнення досвіду навчання із виділенням найбільш ефективних прийомів взаємодії з учнями.

1.4. Загальна характеристика та особливості осіб середнього віку

Криза середнього віку – це психологічний стан невпевненості у житті людини, який виникає у віці від 30 до 50 років і характеризується переоцінкою життєвих цінностей, ролей і цілей. Поява кризи супроводжується відчуттям утрати сенсу життя, страхом старіння, незадоволеністю життям, прагненням до змін. Часто така переоцінка призводить до розуміння того, що життя безглузде і втрачене. Для конструктивного переживання кризи середнього віку є цінним розуміння особливостей перебігу кризи, що дасть людині можливість прийняти власне життя та на основі досвіду оновити життєві цілі.

Дослідження феномену кризи середнього віку з урахуванням гендерних особливостей дасть змогу ретельніше дослідити особливості цієї проблеми. Проблема кризи середини життя є відносно новою у психології.

З одного боку, кризу середнього віку можна віднести до нормативних криз, а з іншого – невизначеність вікового періоду, розмаїття особливостей соціальної ситуації розвитку дають змогу її визначити як ненормативну, екзистенційну кризу особистості.

Починаючи із 70-х років і дотепер у зарубіжній психології триває дискусія щодо закономірностей переживання кризи середини життя у період дорослості. Учені Р. Кесслер, Дж. Клаузен, С. Розенберг, М. Фаррел уважають кризу середнього віку скоріше винятком, аніж правилом, оскільки

розвиток дорослої людини характеризується послідовністю очікуваних важливих подій, які можна передбачити та запланувати.

Так, Е. Еріксон, Б. Лівехуд, Дж. Холліс, Д. Шарп, Г. Шіхі, К.Г. Юнг висловлюють протилежні ідеї, оскільки знання певних процесів у разі зіткнення зі змінами не усуває необхідності пережити їх.

У вітчизняній психології проблема переживання кризи середини життя як частини процесу становлення особистості у період середньої дорослості (35–45 років) представлена обмеженою кількістю досліджень, здебільшого теоретичних, аніж емпіричних (Л.П. Василенко, Л.О. Гресь, П.П. Горностай, С.Б. Кузікова, С.Д. Максименко, М.В. Савчин, О.П. Сергеєнкова, Т.Б. Партико, Т.М. Титаренко, Т.І. Щербак). Згідно з дослідженнями, криза середини життя характеризується такими ознаками: зміною соціального та психологічного простору у житті людини, підбиттям життєвих підсумків і звільненням від ілюзій, зміною ролей, що призводить до певних суперечностей особистості, які вона не може конструктивно розв’язати.

Уперше у психології цей термін описано К. Юнгом. Згідно з його дослідженнями, друга половина життя має особливий сенс та цілі, тому необхідна глибинна внутрішня перебудова, що передбачає духовний розвиток, набуття власної самості – шлях до мудрості [9].

Автор позитивно визначає середину життя як «кризу злету», особистість набуває автономності, а критичне переосмислення своїх ролей дає змогу досягти психічного благополуччя. Криза середнього віку є процесом індивідуації, тобто усвідомлення та прийняття усіх аспектів власної особистості.

На цьому етапі особистість стикається із власною тінню (прихованими аспектами особистості) та переоцінкою життєвих цінностей. Цей процес може бути складним і болючим, адже він пов’язаний із зіткненням із тінню та переоцінкою життєвого шляху.

Успішне проходження цієї кризи сприяє ідентичності та самореалізації особистості, а тривале її переживання супроводжується психологічним інфантилізмом та невротизмом. Криза середини життя торкається особистості, професійної економічної, фізичної та екзистенційної сфер життя.

Часто період 37–42 років уважають для чоловіків вступом у фазу «в'янення», оскільки вона пов'язана зі страхом утрати потенції і сприймається чоловіком як утрата чоловічої ідентичності. Вона характеризується тривогою, недовірою, роздратуванням, підвищеною конфліктністю, зниженням життєвої енергії, самотністю, песимізмом та безперспективністю.

Сукупність цих відчуттів та емоцій пов'язана з екзистенційними переживаннями чоловіків. Відповідно до підходу Е. Еріксона, криза середнього віку знаходиться у межах від 24 до 64 років. У цей період з'являється усвідомлення розбіжності між мріями, життєвими цілями та реальністю.

Автор зазначає, що криза середнього віку є конфліктом між генеративністю (бажанням залишити свій слід у світі) та стагнацією (сконцентрованістю на власних потребах) [10].

Якщо людина успішно вирішила цей конфлікт, то вона відчуває насолоду від життя, усвідомлює його сенс та прагне передати власний досвід і цінності наступним поколінням. У разі застрягання у цій кризі у людини з'являються апатія, інертність, утрата сенсу життя, заздрість до успіхів інших.

Цікавими є погляди Р. Пека, який у, що розв'язання низки конфліктів особистісного розвитку осіб середнього віку забезпечує досягнення ними життєвої мудрості. У міру зниження фізичних сил, послаблення здоров'я людина переключає більшу частину енергії на розумову діяльність замість фізичної. Спілкуючись з іншими через фізичні та моральні зміни, особистість змінює орієнтацію із сексуальної та конкурентної на товариську.

Емоційна гнучкість потрібна особливо для подолання криз. Розумова гнучкість спрямовується на усунення консервативних поглядів, зміну застарілих життєвих правил. Д. Левінсон уважає кризу середнього віку перехідним періодом переоцінки життєвих цінностей, ролей та цілей.

На його думку, до 40 років людина прагне успіху у сімейній та професійній сферах, у період 40–45 років починаються сумніви у цінностях та цілях, а до 50 років вона починає шукати нові сенси.

Нова стабільність набувається лише після 50 років, коли людина знаходить новий сенс себе та життя. Цей кризовий етап учений уважає нормальним та необхідним для людини, оскільки він є умовою особистісного зростання [6].

На думку Б. Лівехуда, у віці 35–45 років людина перебуває у періоді «боротьби з порожнечею», коли втрачає одні опори і не знаходить нових. Цей період стає вибором та переходом до нових домінантних цінностей через «духовне дозрівання» [5]. П. Перун та Д. Боулбі, автори концепції розвитку людини, трактують середній вік як сукупність тимчасових послідовностей. Цими послідовностями можуть бути: минулі події, тілесні та внутрішні зміни, стадії сімейного циклу, зміни у соціальних та гендерних ролях. Вони зазначають, що криза середини життя не є обов’язковою подією [2].

Д. Шарп визначає кризу середнього віку через відчуття раптової втрати сенсу життя, безнадійність бачення майбутнього у тих, хто задоволений власним особистим та професійним життям. Криза середини життя супроводжується зниженням адаптивності, зменшенням активності, зростанням депресивності та невротичності, проявами інфантильності. Автор виокремлює наявність захисних реакцій та внутрішнього конфлікту, поганого самопочуття [3]. На думку психотерапевта Дж. Холліса, криза середини життя визначається як «перевал на середині шляху». Він зазначив, що у період середньої дорослості багатьох осіб із різною біографією, подіями життя і соціальними ролями об’єднує низка спільних моментів:

усвідомлення неефективності колишніх уявлень про життя і стратегій поведінки. Тому така криза є можливістю визначення нового життєвого курсу і переорієнтації особистості, ритуал переходу від тривалого підліткового віку до зустрічі зі старістю та смертю [1].

Автор уважає, що у період середньої дорослості людина переживає розчарування у близьких і довготермінових стосунках, що є симптомом утрати проєкцій, спрямованих на дружину (чоловіка), та є ознакою переживання кризи середини життя. Основною причиною розлучень автор уважає неадекватність дитячих бажань і надій, які накладаються на структуру міжособистісних взаємовідносин подружжя. Він пояснює, що інша людина не хоче і не буде задовольняти потреби «внутрішньої дитини» власного чоловіка (дружини), що призводить до зради і самотності. Характерною особливістю середнього віку є зміна ставлення до власних батьків через болісне звільнення від батьківських комплексів.

Дж. Холліс уважає, що депресія у період середньої дорослості, яку намагається подолати за допомогою надмірної пристрасті до алкоголю, зрад, частої зміни місця роботи, є тими зусиллями особистості, які вона спрямовує на опанування, ігнорування або уникнення переживання кризи середини життя.

Американська дослідниця вікових криз Гейл Шіхі зазначає, що людина 35-річного віку опиняється на роздоріжжі середини життєвого шляху і починає бачити, де він завершується. Скорочення часу, утрата молодості, зміна звичних ролей та згасання фізичних сил можуть стати для людини кризовим моментом. Віковий діапазон між 35 та 45 роками – час небезпек та можливостей. Людина може переосмислити орієнтири, за якими оцінювала власну особистість у першій половині життя, продовжуючи пошуки істини [5]. Український психолог П.П. Горностай тлумачить початок та перебіг кризи середини життя з трансформацією статусів особистості, що відбувається зі значними труднощами, які вона не може продуктивно вирішити [6].

У наукових дослідженнях Т. Титаренко зазначено, що досліджуваний феномен є тривалим внутрішнім конфліктом із приводу сенсу життя загалом, цілей та шляхів їх досягнення. Вона є закономірним явищем, яке символізує внутрішні зміни, реорганізацію внутрішніх якостей та консолідацію інтересів, цілей і обов'язків [53, 54].

Сучасні науковці С.Б.Кузікова та Т.І. Щербакова пов'язують кризу середнього віку з особистісною стагнацією, переоцінкою життєвих поглядів згідно з підсумками життя, мотивацією, професійною стагнацією, безперспективністю у роботі, емоційним вигоранням [24].

На думку О.П. Сергеєнкової, криза середнього віку чоловіків та жінок супроводжується деякими відмінностями. Психічне здоров'я чоловіків пов'язане здебільшого зі здобутками у професії та кар'єрі, а згодом із родинними відносинами, для жінок домінантною залишається сім'я [45]. Дослідниця зазначає, що чоловіки гостріше відчувають цей кризовий період, аніж особи протилежної статі.

Традиційно у сучасному світі до чоловіків висуваються більш серйозні вимоги щодо достатку, гармонії, соціальних статусів. Якщо є неузгодженість між бажаннями, планами та їх задоволенням у чоловіків, то це часто спричинює проблеми з алкоголем. Чоловіки також доволі сильно хвилюються через сексуальні проблеми, і це спричинює сімейні зради, розлучення.

Проте жінки у цьому періоді розуміють, що вже стають недостатньо привабливими для осіб протилежної статі. Жінок турбують питання щодо старіння, особистісного зростання, достатку і гармонії в родині. Неминучі вікові зміни жінки тлумачяться як згасання молодості, вроди та краси. Надзвичайно цінними та значущими є питання сім'ї, особливо родинного неблагополуччя дітей, хвилювання про старших батьків, зради, конфлікти з чоловіком.

Жінки дуже часто переживають через рольове перевантаження та рольову неузгодженість. Наприклад, піклування та опіка за двома чи трьома дітьми викликають величезну кількість стресів, а бажання об'єднати та конструктивно розв'язувати сімейні й кар'єрні питання провокує чимало непорозумінь [10].

С. Розенберг та М. Фаррел у дослідженнях щодо ставлення чоловіків до особливостей кризи середини життя виділяють чотири варіанти розвитку у цьому віці: 1) трансцендентно-генеративний чоловік проходить кризу непомітно, оскільки більшість його бажань і потреб реалізувалися у житті; 2) псевдорозвинутий чоловік, ніби справляється зі своїми проблемами і зовні робить вигляд, що усе його влаштовує. Але насправді він утратив правильний варіант реалізації, утомився і зневірився; 3) розгублений чоловік уважає, що весь світ зруйнований: його потреби незадоволені та він не здатний відповідати вимогам суспільства; 4) знедолений чоловік – це властиво особам, які були нещасливі більшу частину життя. Такі чоловіки не можуть упоратися зі своїми проблемами самостійно [6].

Згідно з дослідженням Г. Шіхі, чоловіки докладають максимум зусиль для вдосконалення кар'єри, створення власного бізнесу. Відчуття «останнього шансу» створює додаткову мотивацію для нових досягнень. Інтенсивна зосередженість чоловіків на зовнішніх успіхах та ігнорування внутрішніх змін призводять до того, що, досягнувши професійних цілей, вони відчувають розчарування, пригніченість, незадоволення сімейним життям.

Т. Аптер виокремила чотири типи жінок у періоді середини життя: 1) жінки-інноватори, які раніше вибрали кар'єру, починають замислюватися і порівнювати витрачені зусилля з результатом; 2) традиційні жінки, яких раніше задовольняла лише сімейна роль, тепер починають шкодувати про нереалізований потенціал; 3) експансивні жінки, які внесли суттєві зміни у своє життя (зміна професії, нові захоплення тощо); 4) протестуючі жінки, які

вибрали доросле життя ще підлітками і тепер хочуть продовжити якомога довше середній вік [2].

Переживання кризи середини життя призводить до змін в особистісній, емоційно-вольовій, міжособистісній сферах. Спрямованість особистості визначається почуттям сумніву з приводу того, чи реалізувала людина своє призначення, переглядом життєвої біографії та переоцінки життєвих орієнтирів, появою нових потреб та інтересів, корекцією діяльності щодо втрачених можливостей, почуттям необхідності передати досвід майбутнім поколінням.

Зміни у самосвідомості особистості та образі Я особи, яка переживає кризу середини життя, характеризуються зміною часової перспективи, орієнтацією на минуле, зниженням самооцінки, самоповаги. Зміни в емоційній сфері визначаються відчуттям психологічного дискомфорту, домінуванням негативного настрою, зниженням саморегуляції емоційних станів та вольових дій.

Зміни у сфері професійної діяльності виражаються у розвитку хронічного дистресу, психосоматичних розладів, зниженні загального рівня працездатності, стереотипізації професійної поведінки, незадоволеності винагородою (заробітною платою, посадою, званням) за власні здібності та виконані обов’язки, відсутності перспектив щодо подальшого професійного зростання, трудоголізму.

Зміни у стосунках із членами сім’ї визначаються підвищенням конфліктності, відчуттям самотності, непотрібності близьким людям, труднощами в адаптації до розширення соціально-психологічного простору родини. Динаміка загального стану самопочуття характеризується негативними тенденціями: зниженням загального рівня фізичної активності, зменшенням зовнішньої привабливості, віковими змінами психофізичних функцій.

Безперечно, криза середнього віку є перехідним періодом, коли відбуваються зовнішні та внутрішні зміни, які спричиняють певні реакції

особистості. Переоцінка власного життя та життєвих орієнтирів впливає на розуміння власного буття, усвідомлення істинних цінностей та формулювання індивідуального сенсу власного життя відповідно до актуальних кризових переживань. Період середини життя володіє надзвичайно високою ймовірністю стресів, конфліктів, що супроводжується станом дезорганізації, невизначеності, суперечливості, нестабільності.

РОЗДІЛ 2.
ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ АДАПТАЦІЇ ЖІНКИ-ВЧИТЕЛЯ

2.1. Процедурно-методичне забезпечення дослідження

Проведений теоретичний аналіз представленої проблеми потребує чіткої програми емпіричного вивчення ціннісних орієнтацій як мотиваційно-смислових регуляторів професійної адаптації жінок-вчителів. Виходячи з висунутої гіпотези, де ціннісні орієнтації особистості на термінальному та інструментальному рівні прояву виступають системоутворюючим показником професійної адаптації вчителя, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності, нами було розроблено план і програму дослідження зазначеного феномену.

Насамперед, зазначимо, що у зміст професійної адаптації нами вкладається не тільки особистісна готовність до реалізації у професійній діяльності (що середньому за класичною класифікацією професійного розвитку триває від одного до трьох-п’яти років), але й своєрідна перевірка можливості саморегулювання поведінки і способу життя у “технологічних” аспектах практичної діяльності. Цей відповідальний період в процесі професійного становлення людини в кожному конкретному випадку немає хронологічних меж.

Вибірку дослідження склали вчителі ЗОСШ №107 та №110 м. Запоріжжя. Стаж педагогічної діяльності випробуваних вчителів склав від 1-го до 20-ти років роботи у школі (n= 54). Усі випробувані відразу були поділені нами на 4 групи: група 1 - вчителі із стажем від 1-ого до 5-ти років роботи (n=10); група 2 - вчителі із стажем від 5-ти до 10-ти років роботи (n=16); група 3 - вчителі із стажем від 10-ти до 15-ти років роботи (n=12); група 4 - вчителі із стажем від 15-ти до 20-ти років роботи (n= 16). Віковий

діапазон випробуваних склав інтервал від 40 до 50 років.

Програма емпіричного вивчення включає комплекс діагностичних методик, які ретельно нами підбиралися й обгрунтовувалися. Дослідження включало один діагностичний зріз.

З метою діагностики усвідомлення особистістю професійного образу, нами було модифіковано тест колірних ставлень А.М.Еткінда [15].

Моделлю відношення людини до себе (як Я-реальне, Я-ідеальне та Я-професійне) ми обрали відношення до кольору в ситуації кольорового вибору. Значення багатьох кольорів зрозумілі людям відповідно їх загальному тлумаченню, і, навіть пов’язані із глибинним (архетипним) рівнем психіки. Цей факт підтверджується результатами культурологічних і психологічних досліджень (в тому числі й психосемантичних). В цьому смислі колір є символом. А в нашому випадку, колір - це область переживань і способів адаптації людини до професійної діяльності через адекватну ідентифікацію з її вимогами.

1. Тест колірних ставлень: вивчення професійної ідентифікації особистості Ж.П.Вірної [15]. Використовується як засіб вивчення емоційного прийняття реального Я, ідеального Я та професійного Я. Випробуваному пропонується за допомогою колірних стимулів М.Люшера оцінити своє реальне Я в послідовності: перша колірна позиція найбільш характеризує реальне Я особистості, друга колірна позиція – дещо менше, і остання (8-ма позиція) зовсім не відповідає характеристиці об’єкта. При оцінюванні ідеального Я та професійного Я дотримуютьсяі ідентичної процедури.

Колірна стимуляція досить тісно пов'язана з емоційним життям особистості. Вона дозволяє виявляти не тільки усвідомлене, суб’єктивне ставлення до кольорових еталонів, але також й неусвідомлювані реакції на них. В ситуації колірного вибору, основні кольори, яким надається перевага, виражають тип установки на свідомому рівні. Кольори, яким надається менша перевага виражають неусвідомлювану установку. При цьому, рівень неузгодженості між кольорами говорить про напруженість протистояння

свідомої та неусвідомлюваної сфер особистості.

Так, для червоного характерні значення активності, екстраверсії; синьому приписуються характеристики, пов'язані з високою моральною оцінкою; зелений сприймається як домінантний, інтровертований; жовтий - як дуже активний при низькій моральній оцінці, що відрізняє його від не менш активного червоного; фіолетовий – характеризується егоїзмом, нещирістю; коричневий символізує слабкість і відношення залежності; чорний – це колір, який відторгується і якому приписуються різноманітні негативні характеристики; сірий – слабкість і пасивність. До того ж надання переваги додатковим кольорам (чорний, сірий і коричневий) показує наявність внутрішнього конфлікту особистості.

В розробленій Люшером теорії особистості виділяються два основних психологічних виміри: пасивність – активність і гетерономність-автономність [15]. Суттєвим є те, що в просторі сили і активності кольори практично не перекривають один одного. Висока сила і активність властиві червоному; висока сила і низька активність – чорному; висока активність і низька сила – жовтому; низька активність і низька сила – фіолетовому. Таким чином, кожен з кольорів характеризуються власним емоційно-особистісним значенням.

За результатами методики легко підрахувати кількісний показник схожості представлених кольорових ієрархій по кожному з об'єктів оцінювання. Мірою схожості виступає коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Критичне значення коефіцієнту рангової кореляції Спірмена при n=8 становить - $\tau = 0,54$ ($\alpha= 0,05$) та $\tau= 0,62$ ($\alpha=0,01$).

Рангова послідовність індивідуальної ієрархії привабливості кольорів визначається за представленістю кольорів у графі привабливості кольору.

Коефіцієнт Спірмена дозволяє виміряти не тільки близкість результатів кожного серед досліджуваних з оцінювання ними запропонованих об'єктів (реальне Я, ідеальне Я та професійне Я), але й близкість результатів індивідуальної ієрархії розташування кольорів із узагальненою груповою

послідовністю розташування кольорів.

Насамперед, визначається групова ієрархія привабливості кольору засобом підрахунку найбільшої кількості набраних балів по кожній з позицій. Групове визначення колірної ієрархії при оцінюванні реального Я, ідеального Я та професійного Я проводиться в ідентичній процедурній формі підрахунку, що й визначення групової ієрархії привабливості кольору.

Для отримання групових результатів для кожного з оцінюваних об'єктів підраховується середнє арифметичне значення рангу за даними всієї групи, а потім отримані усереднені ранги всіх колірних позицій повторно рангуються - в порядку співставлення із груповим рангом привабливості кольору. Результатом цієї процедури є групова ієрархія колірної послідовності в оцінюванні запропонованих об’єктів, представлена у тій же формі, що й індивідуальні результати. Фіксація показників коефіцієнтів кореляції може здійснюватися як в індивідуальному, так й в груповому варіанті.

Фіксація показників коефіцієнту рангової кореляції (позитивна (+) і негативна (-)) в оцінюванні реального Я (Р), ідеального Я (І) та професійного Я (П) дозволяє виділити такі варіації їх прояву, які оформлені нами у форми професійної ідентифікації: *контрастна (позитивна і негативна), перспективна (позитивна і негативна) і проміжна.*

Виділені форми професійної ідентифікації характеризуються:

- *контрасно-позитивна форма (А)* – повне співпадання в оцінюванні реального Я, ідеального Я і професійного Я. Така збалансованість в усвідомленні самого себе та значення професійної діяльності пояснюється розвинутим соціалізованим смислом, коли людина проявляє вміння чіткого визначення та використання умов і засобів професійної діяльності;

- *контрасно-негативна форма (F)* – повне розходження в оцінюванні реального Я, ідеального Я і професійного Я. Така неузгодженість супроводжується неадекватним усвідомленням себе і значення професійної діяльності в силу відсутності (втрати) значення професійної діяльності, і,

можливо життєвого смислу;

- *перспективно-позитивна форма (B)* – характеризується повним співпаданням в оцінюванні реального Я та ідеального Я, і професійного Я та ідеального Я, що говорить про ідеалізоване бачення себе як професіонала. Факт неспівпадання в оцінюванні реального Я і професійного Я пояснюється інструментальними характеристиками самооцінки особистості, які позбавлені адекватного стимулювання;

- *перспективно-негативна форма (E)* – характеризується співпаданням в оцінюванні професійного Я та ідеального Я при неадекватному оцінюванні реального Я і професійного Я та ідеального Я і реального Я. І як результат відбувається деформація у адекватності оцінок і самоконтролю особистості в професійній діяльності та в життєвих ситуаціях;

- *проміжна форма (C,D)* – характеризуються порушенням ідеального усвідомлення себе і професійного образу, що є результатом, не тільки неадекватної самооцінки, але й розходження усвідомлення цілей і засобів професійної діяльності із власними можливостями людини.

Контрасні форми характеризуються, з одного боку, як вищий рівень професійної ідентифікації (A) через співпадання реального Я і ідеального Я, реального Я і професійного Я та ідеального Я і професійного Я; та з другого, як нижчий рівень – повне розходження (F) в оцінюванні запропонованих об’єктів. Зрозуміло, що позитивна контрасна форма розглядається як ідеальний варіант розвитку професійної свідомості фахівця. При цьому, закономірним виступає тенденційний взаємозв’язок між перспективно-позитивною формою (B) та контрасно-позитивною (A) формою професійної ідентифікації, адже усвідомлення ідеального професійного образу веде за собою повноцінне усвідомлення реального професійного Я.

Найбільш інформативними за своїми характеристиками виступають перспективно-позитивна (B) та перспективно-негативна (E) форми, адже як видно, саме ці форми містять в собі елементи проміжних форм професійної ідентифікації, які за сприятливих умов (умов розвитку адекватних

самооціночних показників) можуть трансформуватися у бік перспективно-позитивної форми; і за несприятливих умов (як відсутність умов розвитку адекватної самооцінки, рефлексивних механізмів і т.ін.) в бік перспективно-негативної форми професійної ідентифікації.

2. Методика вивчення ціннісних орієнтацій [15]. Дана методика доповнює діагностичний інструментарій М.Рокіча в дослідженні ціннісних орієнтацій особистості. Перевагою методики є її компактність, швидкість у проведенні й обробці результатів.

Методика містить два переліки цінностей: 1) позитивні риси, які проявляються в поведінці людини (термінальні цінності); 2) цілі, до яких людина прагне (інструментальні цінності). Випробуваним пропонується перелік, який містить деякі позитивні риси, що проявляються в поведінці людей, та завдання вибору тієї з них, яка є найбільш цінною за будь-яких обставин, і так далі потрібно прорангувати усі якості. Наступне завдання потребує оцінювання реалізаціїї обраної якості в житті у відсотках (%).

За результатами методики легко вирахувати кількісний показник схожості ієрархій ціннісних орієнтацій. Мірою схожості виступає коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Критичні значення цього коефіцієнта при n=18 - 0,41 (для 5%-го) і 0,55 (для 1%-го рівня значущості).

Коефіцієнт Спірмена дає змогу виміряти не тільки близькість результатів двох індивідів, а й близькість індивідуальної ієрархії із узагальненою ієрархією групи. Для отримання групових результатів для кожної з цінностей підраховується середнє арифметичне значення рангу за даними всієї групи, а потім отримані усереднені ранги всіх цінностей повторно рангуються в порядку зростання: цінності з найменшим усередненим рангом приписується вторинний ранг 1, наступній - вторинний ранг 2 і т.д. Результатом цієї процедури є групова ієрархія ціннісних орієнтацій, представлена в тій же формі, що й індивідуальні результати.

3. Опитувальник для оцінки рівня соціально-психологічної адаптації вчителя середньої школи [47] містить 54 твердження, які потребують вибору відповіді, що оцінюються за відповідним дешифратором. Опитувальник дозволяє виділити такіоціночні шкали як: ставлення до навчального закладу, відносини між педагогами, задоволеність умовами праці, задоволеність своїм положенням в колективі, ставлення до роботи, ставлення до учнів, ставлення до керівника, ставлення до колективу. Максимальна сума балів - 108. Рівень адаптації оцінюється таким чином: від 83 до 108 балів - високий рівень адаптації; від 55 до 82 балів - виражений рівень адаптації; від 28 до 54 балів - низький рівень адаптації; від 0 до 27 балів - виражена дезадаптація. Кількість балів за окремими шкалами вказує на джерело дезадаптації.

Серед статистичних методів нами використовувався *однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA)*, за допомогою якого визначено специфіку у розкладанні загальної дисперсії показників діагностичних методик, виконуваних випробуваними, що належать до різних експериментальних груп.

Статистичним критерієм визначення відмінностей у розподілі середніх значень діагностичних показників випробуваних із різним стажем роботи, а також в процедурі обрахунків методики ціннісних орієнтацій та методики вивчення професійної ідентифікації особистості використовувався t-критерій Ст'юдента.

Стаистично-математичне обчислення здійснено за використання програмного забезпечення Microsoft Excel.

2.2. Аналіз отриманих результатів дослідження

Реалізація емпіричного дослідження здійснювалась відповідно меті та основним завданням дипломної роботи, виконання і доведення яких здійснювалось поетапно згідно процедурно-методичної структури програми фіксації, аналізу й оцінки досліджуваного феномену.

Базовою методикою дослідження виступив модифікований варіант тесту кольорових відношень, діагностичні можливості якого дозволили визначити чотири рівні професійної ідентифікації особистості. Методика проводилась у всіх експериментальних групах.

Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (r_s) кольору в кожній з оцінюваних позицій дозволив підрахувати кількісний показник схожості представлених кольорових ієрархій. Варіанти співвідношення показників позитивної (r_s+) та негативної кореляції (r_s-) в оцінюванні реального Я (Р), ідеального Я (І) та професійного Я (П), дали змогу зафіксувати чотири форми професійної ідентифікації: контрастно-позитивна (РП(r_s+), РІ(r_s+), ПІ(r_s+)), контрастно-негативна (РП(r_s-), РІ(r_s-), ПІ(r_s-)), перспективно-позитивна (РП(r_s-), РІ(r_s+), ПІ(r_s+)), перспективно-негативна (РП(r_s-), РІ(r_s-), ПІ(r_s+)).

Середньогруповий розподіл показників коефіцієнту рангової кореляції по кожній з оцінюваних позицій випробуваними представлений у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Середньогруповий розподіл показників рангової кореляції (r_s) за результатами методики вивчення професійної ідентифікації особистості Ж.Вірної

	група 1			група 2			група 3			група 4		
контрастно-позитивна форма												
	Р	І	П	Р	І	П	Р	І	П	Р	І	П
Р		0,72	0,84		0,88	0,92		0,84	0,76		0,84	0,74
І			0,84			0,84			0,82			0,72
перспективно-позитивна форма												
Р		0,74	0,71		0,82	-0,42		0.91	-0,24		0,69	-0,38
І			0,72			0,88			0,84			0,76
перспективно-негативна форма												
Р		-0,89	-0,84		-0,84	-0,88		-0,62	-0,74		-0,76	-0,56
І			0,64			0,72			0,74			0,44
контрастно-негативна форма												
Р		-0,56	-0,88		-0,82	-0,76		-0,44	-0,76		-0,72	-0,88
І			-0,77			-0,62			-0,64			-0,42

Такі результати показників рангової кореляції виступили підгрунттям диференціації груп випробуваних вчителів за рівнем професійної ідентифікації. Кількісний розподіл випробуваних за формами професійної ідентифікації в кожній з груп виявився досить неоднорідним, а саме, контрастні форми професійної ідентифікації виявилися діаметрально наповненими в групі 1 та групі 4. В групі 2 та групі 3 спостерігається їх рівномірне наповнювання (Табл.2.2.).

Таблиця 2.2

Відсотковий розподіл випробуваних вчителів за формами професійної ідентифікації

	групи випробуваних			
	група 1	група 2	група 3	група 4
КП	50	31,25	33,33	37,5
ПП	10	31,25	33,33	12,5
ПН	10	18,75	16,66	12,5
КН	30	18,75	16,66	37,5

Наближення за психологічним змістом контрастно-позитивної та перспективно-позитивної, а також контрастно-негативної та перспективно-негативної форм, дозволяє нам про дві полярні форми - *позитивна та негативна форми професійної ідентифікації.* Відсотковий розподіл випробуваних, які належать до вказаних форм професійної ідентифікації представлений у Рис.2.1.

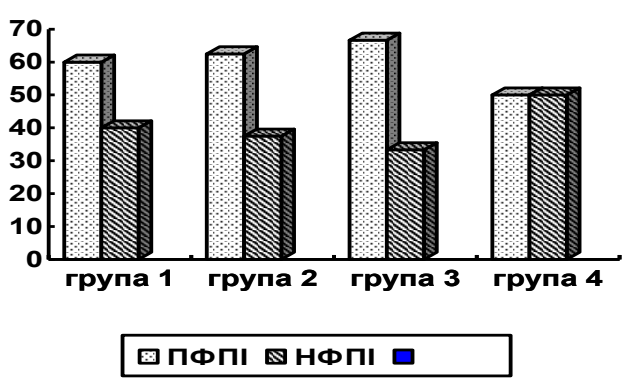


Рис.2.1. Відсотковий розподіл випробуваних за формами професійної ідентифікації

Проведення методики вивчення ціннісних орієнтацій дало змогу проаналізувати зміст термінальних (тих позитивних рис, які проявляються в поведінці) та інструментальних (цілі, до яких прагне людина) цінностей випробуваних у кожній експериментальній групі за формами професійної ідентифікації. Відсоткові показники отриманих даних представлені.

Процедура фіксації вміщує у собі не тільки визначення модальності цінностей, але й відсотковий рівень їх вираження в кожній з груп випробуваних.

В кожній експериментальній групі, де випробувані належать до позитивної форми професійної ідентифікації виділяються такі термінальні цінності як: у групі 1 - старанність (16,66% випробуваних), відповідальність і ефективність у справах (по 13,33%); у групі 2 - відповідальність (22,72%), непримиренність до недоліків у собі та інших (18,18%), чесність (13,63%); у групі 3 - старанність, чесність та ефективність у справах (по 16,66% випробуваних); у групі 4 - відповідальність (17,39% випробуваних), вихованість та терпимість (по 13,04%).

Серед інструментальних цінностей в кожній з експерментальних груп, де випробувані належать до позитивної форми професійної ідентифікації: у групі 1 - пізнання, продуктивне життя і свобода (по 13,33% випробуваних); у групі 2 - цікава робота (27,27%), продуктивне життя (22,72%) та суспільне визнання (18,18%); у групі 3 - цікава робота і пізнання (по 16,66% випробуваних) та здоров'я (13,33%); у групі 4 - сімейне життя (17,39% випробуваних), щастя інших (13,04%), цікава робота і творчість (по 10,86%).

Відсотковий рівень реалізації виділених термінальних та інструментальних цінностей випробуваних, які належать до позитивної форми професійної ідентифікації представлений у таблиці 2.3.

Зафіксовані результати дають можливість зробити висновки щодо закономірностей прояву термінальних цінностей в експериментальних групах: якщо в групі 1 і 3 - домінують цінності професійної реалізації, а в групі 2 - етичні цінності, то в групі 4 локалізуються цінності прийняття

інших людей.

Фіксація інструментальних цінностей випробуваних демонструє полярність у межах фіксації професійного стажу роботи: в групі 1 виділяється превалювання абстрактних цінностей; в групі 2 і 3 - цінності професійної реалізації; а в групі 4 - цінності міжособистісних відносин.

Таблиця 2.3

Відсотковий рівень реалізації термінальних та інструментальних цінностей в експериментальних групах

Експеримен-тальні групи	Термінальні цінності	%-вий рівень реалізації	Інструментальні цінності	%-вий рівень реалізації
група 1	старанність	72	пізнання	65
	відповідальність	86,25	продуктивне життя	35
	ефективність у справах	70	свобода	25
група 2	відповідальність	78,75	цікава робота	65
	непримиренність до недоліків у собі та інших	77,5	продуктивне життя	64
	чесність	68,33	суспільне визнання	63,75
група 3	старанність	73	цікава робота	60
	чесність	68	пізнання	45
	ефективність у справах	57	здоров’я	43,75
група 4	відповідальність	75,62	сімейне життя	73,75
	вихованість	65,83	щастя інших	74,16
	терпимість	64,16	цікава робота (творчість)	72 (75)

Слід зазначити, що відсотковий рівень реалізації термінальних та інструментальних цінностей в кожній з експериментальних груп склав показник понад 50%. Зафіксовані відмінності у змісті термінальних та інструментальних цінностей в експериментальних групах мають значуще кількісне підтвердження. Після визначення рангової позиції цінностей в кожній з експериментальних груп, було вирахувано середнє арифметичне

значення рангу за даними усіх груп. Коефіцієнт Спірмена (rs) дав змогу виміряти близькість міжгрупової ієрархії цінностей у кожній з експериментальних груп (табл.2.4.). Критичні значення коефіцієнта Спірмена при n=18 - rs =0,41 при α=0,05 та rs =0,55 при α=0,01.

Таблиця 2.4.

Розподіл показників рангової кореляції (rs) за результатами методики вивчення ціннісних орієнтацій

Експериментальні групи	група 1	група 2	група 3	група 4
термінальні цінності				
група 1		-0,47	-0,50	0,46
група 2			0,67	-0,33
група 3				0,52
інструментальні цінності				
група 1		-0,71	-0,54	0,59
група 2			-0,49	-0,44
група 3				-0,55

В кожній експериментальній групі, де випробувані належать до негативної форми професійної ідентифікації виділяються такі термінальні цінності як: в групі 1 - тверда воля і чесність (по 13,33%), високі запити і незалежність (по 11,11%); у групі 2 - життєрадісність, чесність та широта поглядів (по 20%); в групі 3 - незалежність (20%), акуратність й непримиренність до недоліків у собі та інших (по 16,66%); в групі 4 - високі запити і життєрадісність (по 27,77%) і широта поглядів (16,66%).

Серед інструментальних цінностей в кожній з експериментальних груп, де випробувані належать до негативної форми професійної ідентифікації виділяються: у групі 1 - активне діяльне життя (13,33 %), суспільне визнання і здоров'я (по 11,11 %); у групі 2 - свобода (26,66%), активне діяльне життя і здоров'я (по 20%); в групі 3 - свобода (20%), непримиренність до недоліків у собі та інших і впевненість (по 16,66%).; в групі 4 - непримиренність до недоліків у собі та інших (33,33%), впевненість та здоров'я (по 22,22%).

Відсотковий рівень реалізації виділених термінальних та інструментальних цінностей випробуваних, які належать до негативної форми професійної ідентифікації представлений у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Відсотковий рівень реалізації термінальних та інструментальних цінностей в експериментальних групах

Експеримен-тальні групи	**Термінальні цінності**	**%-вий рівень реалізації**	**Інструментальні цінності**	**%-вий рівень реалізації**
група 1	тверда воля (чесність)	62,5	активне діяльне життя	80,83
	високі запити	61	суспільне визнання	75
	незалежність	50	здоров’я	90
група 2	життєрадісність	46,66	свобода	95
	чесність	58,33	активне діяльне життя	88,33
	широта поглядів	66,66	здоров’я	75
група 3	незалежність	64,16	свобода	77,5
	акуратність	65	непримиренність до недоліків у собі та інших	86
	непримиренність до недоліків у собі та інших	73	впевненість	84
група 4	високі запити	82	непримиренність до недоліків у собі та інших	85
	життєрадісність	55	впевненість	87,5
	широта поглядів	61,66	здоров’я	76,25

Зафіксовані результати дають можливість зробити висновки щодо закономірностей прояву термінальних цінностей в експериментальних групах, де випробувані належать до негативних форм професійної ідентифікації: в групі 1 та групі 2 превалюють індивідуальні цінності та цінності безпосереднього емоційного світосприйняття; в групі 3 домінують індивідуальні цінності; а в групі 4 - цінності самоствердження. Рівень їх

життєвої реалізованості складає ≈57,52%.

Фіксація інструментальних цінностей випробуваних в групах 1, 2, 3 та 4 демонструє домінуючі позиції індивідуальних цінностей. Рівень реалізації названих цінностей у житті складає ≈84,02%.

Зафіксовані відмінності у змісті термінальних та інструментальних цінностей в експериментальних групах мають значуще кількісне підтвердження. Після визначення рангової позиції цінностей в кожній з експериментальних груп, було вирахувано середнє арифметичне значення рангу за даними усіх груп (процедура підрахунку коефіцієнта Спірмена (rs) ідентична попередньому варіантові) (табл.2.6.).

Таблиця 2.6.

Розподіл показників рангової кореляції (r_s) за результатами методики вивчення ціннісних орієнтацій

Експериментальні групи	група 1	група 2	група 3	група 4
термінальні цінності				
група 1		0,45	-0,52	0,60
група 2			-0,48	0,38
група 3				0,32
інструментальні цінності				
група 1		0,50	-0,41	-0,31
група 2			-0,42	-0,63
група 3				0,52

Якісний аналіз %-вого розподілу термінальних та інструментальних цінностей, оцінка їх життєвої реалізованості випробуваними експериментальних груп та коефіцієнт рангової кореляції як міра схожості ціннісних ієрархій в кожній з експериментальних груп, де випробувані належать до різних форм професійної ідентифікації продемонстрували відмінності їх прояву.

Проаналізувавши рівень життєвої реалізованості домінуючих термінальних та інструментальних цінностей в експериментальних групах за формами професійної ідентифікації, нами виділено певні закономірності їх

вираження (Рис. 2.2. - 2.3.).

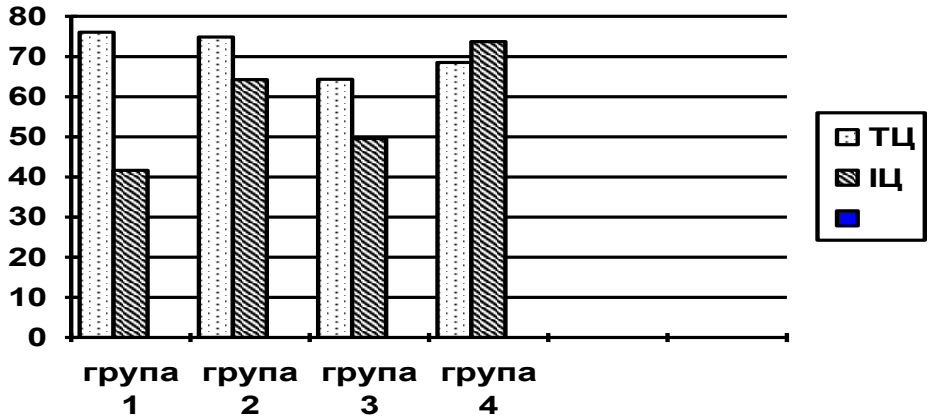


Рис.2.2. Відсотковий розподіл життєвої реалізації домінуючих термінальних та інструментальних цінностей у групах випробуваних, які належать до позитивних форм професійної ідентифікації

Отже, можна зробити висновок, що випробувані усіх експериментальних груп, що належать до позитивних форм професійної ідентифікації дисципліновані й старанні, вони вміють тримати слово і не відступати перед труднощами, їх почуття обов'язку реалізується у вираженій працелюбності та показниках продуктивності у роботі. Інтелектуальні цінності як вміння логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення і, в той же час розуміти чужу точку зору, поважати смаки, звичаї та звички інших у випробуваних негативної форми професійної ідентифікації реалізуються значно менше.

Що стосується закономірностей прояву інструментальних цінностей, то позитивні форми професійної ідентифікації характеризується домінуванням абстрактних цінностей (група 1 та група 2), цінностей професійної реалізації (група 3) і цінностей міжособистісних стосунків (група 4), а негативні форми професійної ідентифікації демонструють домінуючі позиції індивідуальних цінностей.

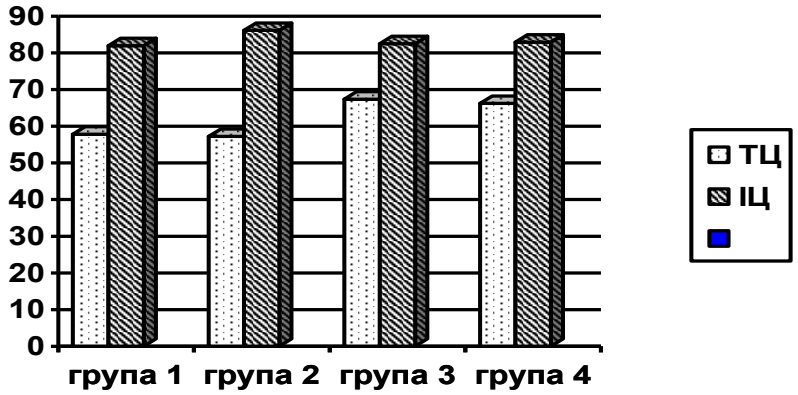


Рис.2.3. Відсотковий розподіл життєвої реалізації домінуючих термінальних та інструментальних цінностей у групах випробуваних, які належать до негативних форм професійної ідентифікації

Проведений аналіз дає змогу зробити такі висновки: якщо у випробуваних групи 1, які належать до позитивних форм професійної ідентифікації ще можна помітити прагнення до професійного удосконалення як використання можливості розширення своєї освіти, світогляду, і загальної культури через переживання емоційної наповненості життям, що властиве даному віковому періодові, то у експериментальних групах, до яких належать вчителі із більшим стажем роботи, можна помітити більш комфортне відчуття вчителів, що належать до негативних форм професійної ідентифікації. Висока реалізованість індивідуальних цінностей дозволяє переживати внутрішню гармонію, свободу від внутрішніх протиріч, сумнівів через максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей.

Проведений аналіз ціннісних орієнтацій в професійному досвіді вчителів розкриває проблемність функціональної специфіки їх професійної ідентифікації, а відповідно потребує більш глибшого дослідження, де б вивчалася структуризація професійного досвіду особистості. Структурним компонентом, який функціонально визначає психологічний зміст професійного досвіду особистості виступає соціально-психологічна адаптація вчителя до роботи у школі. Тому нами було проведено методику

оцінки рівня соціально-психологічної адаптації вчителя середньої школи.

Опитувальник проводився у кожній експериментальній групі. Середньогруповий розподіл показників у кожній експериментальній групі, де випробувані диференційовані за рівнем професійної ідентифікації представлені у рис. 2.4.

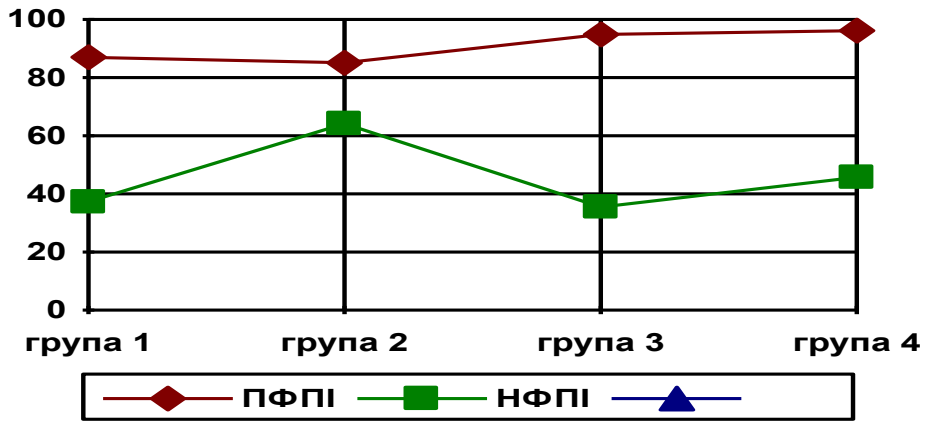


Рис.2.4. Середньогруповий розподіл показників оцінки соціально-психологічної адаптації за формами професійної ідентифікації

Аналіз результатів засвідчує, що показники соціально-психологічної адаптації вчителів із різним стажем роботи, демонструють яскраву тенденцію домінування професійного адаптації у випробуваних, що належать до позитивних форм професійної ідентифікації, та показники низького рівня та вираженої дезадаптації у випробуваних, які належать до негативних форм професійної ідентифікації. Зокрема, випробувані, які належать до позивної форми професійної ідентифікації групи 1 (60%) продемонстрували виражений рівень адаптації у показниках ставлення до роботи та ставлення до колективу; вчителі групи 2 (62,5%) - виражений рівень адаптації у показниках відносин між педагогами і ставлення до учнів; вчителі групи 3 (66,7%) - високий рівень адаптації у показниках ставлення до навчального закладу, задоволеністю своїм статусом у колективі, ставлення до колективу; вчителі групи 4 (50%) - високий рівень адаптації у показниках ставлення до навчального закладу, задоволеністю своїм статусом у колективі.

Відповідно, випробувані, які належать до негативної форми професійної ідентифікації групи 1 (40%) продемонстрували низький рівень адаптації у показниках ставлення до навчального закладу та вираженої дезадаптації у показниках ставлення до учнів та задоволеності умовами праці; вчителі групи 2 (37,5%) - низький рівень адаптації у показниках ставлення до роботи та учнів, а також виражену дезадаптацію у задоволеності умовами праці; вчителі групи 3 (33,3%) - низький рівень адаптації у показниках ставлення до керівника та колективу; вчителі групи 4 (50%) - низький рівень адаптації у показниках ставлення до колективу та учнів, а також виражений рівень адаптації у показниках задоволеностю умовами праці.

Статистично значущі відмінності у розподілі показників визначалися за допомогою F-критерія Фішера. Зведені результати представлені у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7.

Зведені результати показників соціально-психологічної адаптації

показники соціально-психологічної адаптації	група 1				група 2				група 3				група 4			
	ПФ	**НФ**	**F**	**α**	**ПФ**	**НФ**	**F**	**α**	**ПФ**	**НФ**	**F**	**α**	**ПФ**	**НФ**	**F**	**α**
ставлення до навчального закладу	84.2	29.4	72.5	0.00	85.2	36.9	125	0.00	77.7	52.7	68.4	0.00	77.7	52.7	68.4	0.00
відносини між педагогами	86.8	47.6	24.9	0.00	80.2	46.2	53.5	0.00	87.8	48.3	48.2	0.00	87.8	48.3	48.2	0.00
задоволеність умовами праці	90.8	44.8	22.9	0.00	90.4	44.5	38.3	0.00	92.3	47.3	114	0.00	92.3	47.3	114	0.00
задоволеність своїм статусом у колективі	63.1	49.6	0.71	0.41	80.7	55.9	24.6	0.00	92.2	24.6	274	0.00	92.2	24.6	274	0.00
ставлення до роботи	77.8	54.6	41.4	0.00	78.2	50.4	96.1	0.00	87.5	31.6	121	0.00	77.7	52.7	68.4	0.00
ставлення до учнів	85.4	53.2	35.6	0.00	90.6	46.1	83.5	0.00	86.5	49.2	44.1	0.00	87.8	48.3	48.2	0.00
ставлення до керівника	90.8	50	56.9	0.00	91.1	43.9	145	0.00	91.2	44	44.7	0.00	92.3	47.3	114	0.00
ставлення до колективу	91.4	24.6	155	0.00	78.5	58.8	11.8	0.01	78.5	58.8	11.8	0.01	90.6	46.1	83.5	0.00

Такі результати дали змогу зробити висновки щодо проведеного дослідження. Насамперед, гіпотеза дипломного дослідження знайшла своє підтвердження: ціннісні орієнтації особистості на термінальному та інструментальному рівні прояву є системоутворюючим показником професійної адаптації вчителя, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності.

Отримані результати, підтверджують полярність ціннісного опосередкування професійної адаптації вчителів в залежності від їх належності до форм професійної ідентифікації. В процесі дослідження також відмчено цікавий факт щодо стагнації особистості в професійній діяльності, яка приблизно через десять років безпосередньої діяльності, виражається переважно в адаптивній поведінці, і спрямована на вирішення протиріччя між вимогами професійної діяльності, професійної спільноти та можливостями і здібностями особистості.

2.3. Засоби контролю особистісно-нормативних змін ціннісних орієнтацій жінок-вчителів середнього віку в процесі професійної адаптації

Проведене дослідження дає усі підстави стверджувати, що для представників широкого кола соціономічних професій та зокрема, вчителів, ефективним показником їх професійної підготовленості і компетентності можна вважати їх ціннісні орієнтації, які людина засобом мотиваційно-смислових координаційних вимірів перетворює у стійкий простір життєздійснення.

З метою вивчення ціннісних орієнтацій в процесі професійного становлення особистості необхідний, згідно позиції життєво-смислового концепту мотиваційно-смислової регуляції, розробленого Вірною Ж.П., постійний контроль функціонування актуальності та її потенційної оперативності у стратегіях професійної реалізації з метою оптимізації цих

стратегій у практичній діяльності.

Поглиблене вивчення ціннісних орієнтацій особистості вчителя дозволить не тільки зафіксувати рівень адаптації суб'єкта до професійної діяльності, але й окреслить своєрідність підготовки суб'єкта до неї складеними життєвими перспективами і планами, що визначає його життєву активність і демонструє тенденційну стабільність (нестабільність). Таким чином, ціннісні орієнтації виступають невід'ємною внутрішньою складовою життєвого процесу особистості.

Більшість науковців, які працюють в галузі професійної психології, переконані, що повноцінне засвоєння професії досягається лише тоді, коли людина відходить від нормативних параметрів виконуваної діяльності і вносить свої, нові, творчі корективи через вироблення індивідуального стилю діяльності та об'єднання особистісних і професійних якостей спеціаліста, які конкретизують регулятивну функцію усвідомлення життєвих та професійних перспектив.

Виходячи з проведеного дослідження ми можемо переконливо стверджувати, що ціннісні орієнтації як проекція актуально-потенційних властивостей особистості характеризується не тільки включеністю, але й показниками результативності професійної діяльності. Результативність професійної діяльності залежить від суб'єктивного фактору її протікання, і, в першу чергу, від розвинутості професійних якостей, що виступають складовою особистісних. Зрозуміло, що йдеться про професійно-важливі якості особистості, формування яких виходить з умов перебудови певних особистісних якостей у відповідності із особливостями професійної діяльності, а також загальної логіки перебудови діяльності – перебудови якостей у відповідності з професійною діяльністю, появи й розвитку нових якостей та здібностей і формування індивідуального стилю діяльності.

Момент співпадання вказаних орієнтирів символізує найвищій рівень професійного самовизначення, коли людина знаходить особистісний смисл у професійній діяльності, а також смисл у самому самовизначенні. Таким

чином, стає зрозумілим, що смисл конкретної професійної діяльності визначається в контексті всього життя.

Професійна психологія особистості тісно пов'язана з проблемами психології особистості, а точніше, слід говорити про їх взаємозв'язок: з одного боку, особливості особистості професіонала надають впливу на процес і результати професійної діяльності, а з другого боку – формування особистості відбувається в ході професійної діяльності і під її впливом. Саме професійна діяльність дає максимальні потенціальні можливості одночасного та найбільш повного задоволення всіх базових потреб особистості (потреби у безпеці, самоповазі, соціальному визнанні тощо). В цілому, можна сказати, що самореалізація особистості здійснюється саме в професійній діяльності.

Мотиваційно-смислова характеристика набуття професійного досвіду обумовлена динамікою життєвого шляху і розширенням з віком діапазону ціннісних орієнтирів, що можуть конкурувати із професійною діяльністю. Але за будь-яких умов, професійні перспективи, що зумовлені ціннісними орієнтаціями особистості, повинні відповідати не тільки актуальним здібностям, але й не суперечити її віддаленим життєвим цілям та орієнтаціям.

Вищевикладені аргументи дозволяють зробити висновки щодо актуальної значущості ціннісних орієнтацій у професійній адаптації вчителя. По-перше, ціннісні орієнтації особистості залежать від змісту і динаміки задоволення потреб на фоні "минуле–теперішнє–майбутнє". В цьому смислі прогнозування особистістю своєї активності, і професійної зокрема, є предметним втіленням її потреб, з одного боку, і умовою їх реалізації, з другого. По-друге, точність формування ціннісних орієнтаціх блокується ситуативністю й імпульсивністю поведінки людини у теперішньому часі та її емоційним досвідом, який набутий в минулому, і може навіть носити вроджений характер.

У завершенні можна сказати, що ціннісні орієнтації складають семантичний інтеграл, який представляє собою реальне особистісне утворення, в структурі якого виражені позитивні і негативні результати способу життя людини у минулих подіях. Життєві події людини пов'язані, значною мірою, не хронологічними, а, причинно-наслідковими, в тому числі й смисловими зв'язками. Такі смислові зв'язки утворюються в ході діяльності людини, складаючи її смисловий досвід. На основі смислового досвіду особистість будує свою діяльність, вимальовує перспективи у формі суб'єктивного образу, який функціонує як внутрішній регуляторний механізм, впливаючи на процеси діяльності і психічного відображення.

Говорячи про професійну адаптацію у її мотиваційно-смислових характеристиках, можна сказати, що вона здійснюється засобами мотиваційно-смислової регуляції життєдіяльності, яка реалізується через смислові структури і процеси та логіку життєвої необхідності людини. Якщо особистість позбавлена смислового усвідомлення професійної діяльності та її основних компонентів як значимих елементів перспективних образів особистісної активності та професійної результативності, то можна говорити про стихійність професійного самовизначення особистості.

У завершенні слід сказати, що результати проведеного дослідження слід використовувати не тільки як діагностичні показники, але й як параметри можливої психокорекційної роботи на кожному з етапів професійної реалізації особистості педагога. Адже, позитивні форми професійної ідентифікації особистості за будь-яких об'єктивних вимог професійної діяльності, пов'язані із мотиваційно-смисловою регуляцією поведінки з орієнтацією на професійну реалізацію, а негативні форми професійної ідентифікації - із орієнтацією на індивідуальні цінності.

Що стосується перспектив складання корекційних програм щодо професійної адаптації особистості, то з можливих альтернативних варіантів активізації засобів регуляційних механізмів є механізм *безпосередньої координації* набуття професійного досвіду за рахунок адекватного

співвідношення позитивних форм професійної ідентифікації та ціннісних орієнтацій професійної реалізації у супроводі відповідними індивідуальними психологічними особливостями [14].

При функціональній невідповідності особистості та професійних вимог, процеси корекційної регуляції спрямовані переважно на організацію психічної активності з переосмислення й оцінки етапних професійних подій та логіки розвитку. Зміст цих процесів полягає у формуванні орієнтації в професійній обстановці і логічній координації своєї активності на основі концептуальних моделей, які забезпечують аналіз і оцінку окремих етапів діяльності, та в пошуці і формуванні цілей і програм діяльності, аналізі і оцінці її загальних особливостей, організації і планування. Таким чином, як альтернативний варіант формування професійного досвіду особистості може розглядатися регуляційний механізм його ***опосередкованої координації***.

При перспективній невідповідності особистості та професійних вимог (негативні форми професійної ідентифікації) процеси корекційної регуляції спрямовані на організацію такої професійної активності, яка забезпечила б особистісну стратегію поведінки, перегляд життєво-важливих орієнтирів та пошук принципово нового знання. До того ж, така активність повинна бути пов’язана не тільки із зміною конкретно професійних, але й соціальних, морально-етичних норм поведінки і діяльності, вироблених і принятих особистістю. Отже, альтернативний варіант формування професійного досвіду особистості через доповнення і зміну її системи знань, переконань та ідеалів про професію, суспільство і саму себе, може розглядатися як регуляційний механізм ***особистісно-нормативних змін.***

При перспективній відповідності особистості та професійних вимог, коли рівні професійної ідентифікації демонструють тенденцію активної адаптації та стабільності, потрібна така корекційна робота, яка б утримала рівень професійного світогляду у заданому режимі професійної самореалізації. Така альтернатива формування професійного досвіду особистості може розглядатися як регуляційний механізм ***контролю***

особистісно-нормативних змін.

Кожен з виділених альтернативних варіантів містить експериментальні доробки у підтвердження його дійовості. Якщо провести їх оглядовий екскурс, то виділяється момент високого рівня концентрації експериментальних досліджень, які проводилися в межах вивчення актуально-функціонального професійного досвіду, а відповідно й альтернативи його формування засобами тренінгових вправ, спрямованих на розвиток професійного цілепокладання, комунікативності, рефлексії тощо. Дослідження, спрямовані на вивчення потенційно-перспективної межі професійного досвіду є малочисельнішими, однак у своїх результатах альтернативного впроважнення корекційних заходів є більш продуктивними.

Проведений аналіз ціннісних орієнтацій як мотиваційно-смислового чинника професійної адаптації особистості, зокрема домагань її кар’єрного росту, демонструє наукову значущість у виділенні загальних тенденційних особливостей розвитку професійної самосвідомості фахівця.

ВИСНОВКИ

Теоретико-методологічний аналіз проблеми ціннісних орієнтацій у життєвому та професійному просторі реалізації особистості включає розгляд ціннісних регуляторів особистісної реалізації; розгляд мотиваційно-смислової регуляції особистісної реалізації; та аспекти психічної напруженості та працездатності у професійній діяльності вчителя.

Ретельний аналіз проблеми в психологічній літературі дозволив скласти програму емпіричного вивчення ціннісних орієнтацій у професійній адаптації жінки-вчителя середнього віку. Програма емпіричного вивчення включала комплекс діагностичних методик, які ретельно нами підбиралися й обґрунтовувалися. Дослідження включало один діагностичний зріз. Отримані результати дали змогу зробити висновки, що гіпотеза дипломного дослідження знайшла своє підтвердження: ціннісні орієнтації особистості на термінальному та інструментальному рівні прояву є системоутворюючим показником професійної адаптації вчителя, що виражається у соціально-психологічних параметрах успішної професійної діяльності та домагань кар’єрного росту.

Таким чином підтверджується полярність ціннісного опосередкування професійної адаптації жінок-вчителів в залежності від їх належності до форм професійної ідентифікації. В процесі дослідження також відмічено цікавий факт щодо стагнації особистості в професійній діяльності, яка приблизно через десять років безпосередньої діяльності, виражається переважно в адаптивній поведінці, і спрямована на вирішення протиріччя між вимогами професійної діяльності, професійної спільноти та можливостями і здібностями особистості.

У завершенні дослідження нами представлено засоби контролю особистісно-нормативних змін ціннісних орієнтацій вчителів в процесі професійної адаптації. Слід зазначити, що результати проведеного

дослідження слід використовувати не тільки як діагностичні показники, але й як параметри можливої психокорекційної роботи на кожному з етапів професійної реалізації особистості педагога. Адже, позитивні форми професійної ідентифікації особистості за будь-яких об'єктивних вимог професійної діяльності, пов'язані із мотиваційно-смисловою регуляцією поведінки з орієнтацією на професійну реалізацію, а негативні форми професійної ідентифікації - із орієнтацією на індивідуальні цінності.

При перспективній невідповідності особистості та професійних вимог (негативні форми професійної ідентифікації) процеси корекційної регуляції спрямовані на організацію такої професійної активності, яка забезпечила б особистісну стратегію поведінки, перегляд життєво-важливих орієнтирів та пошук принципово нового знання. До того ж, така активність повинна бути пов'язана не тільки із зміною конкретно професійних, але й соціальних, морально-етичних норм поведінки і діяльності, вироблених і прийнятих особистістю.

Проведений аналіз ціннісних орієнтацій як мотиваційно-смислового чинника професійної адаптації особистості демонструє наукову значущість у виділенні загальних тенденційних особливостей розвитку професійної самосвідомості фахівця. А також розкриває перспективи подальших наукових досліджень мотиваційно-смислової сфери особистості педагога, де домінуючу позицію будуть займати мотиваційні чинники професійної реалізації фахівця, а саме, - його потреби, мотиви, цілі, прагнення, - які й визначають життєві програми та позиції справжніх професіоналів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алікіна Н.В. Помилкова психологічна ідентифікація і руйнація життєвих домагань особистості. *Психол. перспективи*. Вип. 7. Київ, 2005. С. 29–37.

2. Байер О.О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник. Дніпро : ДНУ. 2010. 244 с.

3. Білоус Л.І., Денисенко С.В. Мотивація та успіх у навчанні: психологічний аналіз. *Психологічний вісник*. Вип. № 4. 2018. С. 21–34.

4. Венедиктова Н.В. Психологічні механізми суб'єктної взаємодії в системі "Я-Інший". Вісн. Київського нац. ун-ту ім. Т. Шевченка: Соціологія. *Психологія. Педагогіка*. Вип. №20–21. 2004. С. 34–36.

5. Вірна Ж.П. Мотиваційно-смислова регуляція у професіоналізації психолога. Луцьк: Вежа. 2003. 320с.

6. Вірна Ж.П. Основи професійної орієнтації: навч. посібник. Луцьк.: Вежа. 2003. 156с.

7. Говорун Т.В., Кікінежді О.М. Гендерна психологія: навч. посіб. Київ: Вида. Центр "Академія". 2004. 308 с.

8. Горбунов І.М. Цінності в сучасному українському суспільстві. Одеса: Видавництво «Право». 2019. 176 с.

9. Грищенко В.О., Панасенко О.П. Мотивація та успіх у навчанні: гендерний вимір. *Психологія виховання*. Вип. № 1. 2018. С. 45–58.

10. Даниленко О.І., Безугла В.М. Ціннісні зміщення української молоді: гендерний аспект. Актуальні проблеми психології. Том 7. 2019. С. 88–101.

11. Демків О. Соціальний капітал: теоретичні засади дослідження та операціональні параметри. Соціологія: теорія, методи, маркетинг. Вип. №4. 2004. С. 99–111.

12. Дем'яненко О.П. "Внутрішнє керівництво: психологія особистісного росту". Київ: Видавництво "Академія". 2020. 300 с.

13. Дмитрієва С.М., Косарєва З.П. Долання кризи середнього віку за допомогою арттерапії як чинник особистісного зростання. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи* : матеріали XX міжнародної науково-практичної конференції. Житомир : ЖФ КІБІТ. 2016. С. 64–69.

14. Запорожець М.І. "Ціннісна орієнтація особистості". Київ: Видавництво "Університетська книга". 2018. С. 75

15. Іванцев Л.І. Співвідношення усвідомлюваного/неусвідомлюваного у ціннісних орієнтаціях особистості. *Пробл. заг. та пед. психол*. Київ. 2005. Т. VI. Вип. 2. С. 120–126.

16. Іщенко А.П. Психологія особистісного розвитку: ціннісний підхід. Київ: Видавництво "Альтерпрес". 2014. 264 с.

17. Карпенко І.М. Ціннісне самовизначення особистості. Одеса: Видавництво "Герда". 2015. 144 с.

18. Карпиловська С.Я. До питання смислової саморегуляції особистості. *Пробл. заг. та пед. психол*. Т. VI. Вип. 2. 2005. С. 130–135.

19. Карпіловська С.Я. Смислова саморегуляція в ансамблі життєвих домагань. *Наук. студ. із соц. та політ. психол*.: Зб. статей / АПН України, Інт соціальної та політичної психології; Редкол.: С. Д. Масименко, М. М. Слюсаревський та ін. К.: ТОВ “Міленіум”. Вип. 10(13). 2005. С. 117–129.

20. Коваль В.М. Психологія творчості та творчої мотивації. Київ: Видавництво "Світ". 2018. 220 с.

21. Ковальчук І.С. Цінності українського національного характеру. Харків: Видавництво "Основа". 2016. 184 с.

22. Кравченко А.В., Мельничук І.О. Ціннісні орієнтації як фактор самопрофілювання особистості. *Вісник психології і педагогіки*. Вип. № 2. 2017. С. 45–58.

23. Кривокульська Л.Д., Шамне А.В. Проблема вікової кризи у психології та педагогіці. *Актуальні проблеми психології у закладах освіти*. Вип. 5. 2015. 69 с.

24. Кузікова С.Б., Щербакова Т.І. Психологічні особливості перебігу кризи середнього віку. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». Вип. № 2. 2020. С. 132–148.

25. Кулік О.М. Психологія ціннісно-смислової сфери особистості. Київ: Видавництво "Освіта". 2018. 256 с.

26. Лисенко О.С. "Мотиваційно-ціннісний аспект професійного самовизначення". Харків: Видавництво "ХНУ". 2015. 168 с.

27. Литвиненко С.В. Мотивація в організаційному управлінні. Львів: Видавництво Львівської політехніки. 2018. 192 с.

28. Литвиненко С.В., Зінченко А.А. "Ціннісні орієнтації як психологічний фактор самореалізації особистості". *Психологія виховання*. Том 8. 2019. С. 45–57.

29. Ліфарева Н.В. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Центр навчальної літератури. 2003. 240 с.

30. Лясковська І. Психологічні особливості типів переживання кризи середнього віку. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Серія «Психологічні науки». Вип. 41(65). 2013. С. 120–129.

31. Максимова Н.Ю. Психологія адиктивної поведінки: Навч. посібн. Київ : Вид.-поліграф. центр “Київський ун-т”. 2002. 308 с.

32. Малишева К.О. Синдром емоційного вигоряння психологаконсультанта: психологічні чинники, профілактика та корекція: Автореф. на здоб. наук. ст. канд. психол. наук., 19.00.04. Київ: Київський національний унт імені Тараса Шевченка. 2003. 16 с.

33. Мартинюк І.А. "Ціннісна орієнтація особистості в сучасному суспільстві". Львів: Видавництво "Спадщина". 2016. 176 с.

34. Матковська К.А. Гендерні особливості перебігу кризи середини життя. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. Вип. 13. 2023. С. 69–76.

35. Мельничук І.О. "Мотивація та успіх: психологія досягнень". Київ: Видавництво "КМ-Букс". 2017. 220 с.

36. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Київ : Вища школа. 2003. 126 с.

37. Павленко Ю.В. Соціальна мотивація: теорія і практика. Харків: Видавництво "Консум". 2016. 240 с.

38. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр. 2006. 280 с.

39. Партико Т.Б. Вікові зміни психологічного благополуччя у середній та пізній дорослості. *Психологія і особистість*. Вип. № 2(10). Ч. 1.2016. С. 83–96.

40. Пилипенко О.І. Метод арт-терапії в соціально-педагогічній роботі. Проблеми педагогічних технологій. Вип. 1. Луцьк.: Планета. 2003. С. 78–92.

41. Приймак О.Г. "Ціннісні орієнтації особистості: теорія та практика". Київ: Видавництво "Сфера". 2016. 208 с.

42. Руденко О., Ніколаєв Л., Мігальчан І. Феномен кризи середнього віку та її подолання засобами психологічного консультування. *Наукові перспективи.* Вип. № 11(41). 2023. С. 1345–1359.

43. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія : навчальний посібник. 3-є вид., перероб., доп. Київ : Академія. 2017. 366 с.

44. Савчук О. Феномен співзалежності: характеристики та прояви. Соціально-психологічна реабілітація людей із залежністю від наркотичних речовин: наук.-метод. збірка / Наук. конс.: І.М. Грига, Т.В. Семигіна, Н.В. Кабаченко. Київ: ШСР НаУ КМА, 2003. 122 с.

45. Сергеєнкова О.П. Вікова психологія : навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури. 2012. 376 с.

46. Сергієнко В.П. Психологія. мотивації: внутрішні та зовнішні чинники. Дніпро: Видавництво "Баланс". 2019. 208 с.

47. Симоненко І.І., Стельмах І.А. "Ціннісні особливості професійного самовираження педагогічних працівників". *Психологічний вісник.* Вип. № 3. 2017. С. 34–47.

48. Синдром “професійного вигорання” та професійна кар’єра працівників освітніх організацій: ґендерні аспекти: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. Київ: Міленіум. 2004. 264 с.

49. Субашкевич І. Модифікація методики О. Фанталової Рівень співвідношення цінності і доступності в різних життєвих сферах. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. Вип. (4-5). 2015. С. 77-86.

50. Тимчук О.М. Ціннісний світ українців: психологічний аспект. Київ: Видавництво "Магістр". 2017. 176 с.

51. Титаренко Т.М. Особливості функціонування життєвих домагань як способу самоздійснення особистості. *Наук. студ. із соц. та політ. психол.*: Зб. Статей АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Вип. 10 (13). Київ, 2005. С. 3–14.

52. Титаренко Т. М. Способи впливу життєвих домагань на самоздійснення особистості. Методологічні засади соціальнопсихологічного дослідження самоздійснення проблемної молоді. *Теоретико-методологічні проблеми розвитку особистості в системі неперервної освіти*: Матер. методол. семінару АПН України 16 грудня 2004 р. / За ред. акад. С.Д. Максименка. Київ. 2005. С. 256–261.

53. Титаренко Т.М. Життєві домагання особистості у ґендерному контексті. *Пробл. заг. та пед. психол.* Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка. Т. V. Ч. 6. 2003. С. 55-61.

54. Титаренко Т.М. Життєві домагання особистості: феноменологічний та структурно-функціональний підходи. *Психологія і суспільство.* Тернопіль. 2004. Вип. №4. С. 128–145.

55. Трофімов В.І., Тимошенко Л.П. Творчість та її вплив на особистісний розвиток. *Психологічний вісник*. Вип. № 3. 2019. С. 45–58.

56. Троценко А.В., Тихонова Л.М. Тенденції розвитку мотиваційних чинників у виборі професії. *Психологічний часопис*. Том 9. 2018. С. 21–34.

57. Чуйко Г.В., Кривко Т.А. Загальнолюдські цінності на рубежі століть: конфлікт чи трансформація. *Теор. і прикл. проблеми психол*. Вип. №2(10). 2005. С. 176–186.

58. Шевченко В.В. Психологія внутрішньої мотивації. Дніпро: Видавництво "Експрес-об'ява". 2019. 192 с.

59. McNay L. Having it Both Ways: The Incompatibility of Narrative Identity and Communicative Ethics in Feminist Thought. *Theory, Culture & Society*. . Vol. 20(6). 2003PP. 44-59.

60. Persons and Their Growth. *The Anthropological and Psychological Foundations of PRH Education*. Canada. 2007. PP. 121-130.

61. When life breaks through. The dynamics of PRH helping relations. 2004. PP.142-149.

62. Wodak, Ruth, Rudolf de Cilia, Martin Reisigl, and Karin Liebhart. *The Discursive Construction of National Identity*. Edinburgh: Edinburgh University Press. 2009. PP. 133-140

63. Young K.S. Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium, 2009.PP. 155-162.

64. Young K.S. What makes the Internet Addictive: potential explanation for pathologikal Internet use. *Paper presented at the 105 th annual conference of the American Psychological Association. August*. Chicago. IL. 2005. P. 144-147.