

**VI РОЗДІЛ
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ
В СОЦІАЛЬНИХ УМОВАХ**

УДК 159

*Беляєва Л.В., Дубяга А.А.,
м. Харків, Україна***ФАКТОРИ ТА ДИНАМІКА ФОРМУВАННЯ «КРИЗИ РОЗЧАРУ-
ВАННЯ» У СТУДЕНТІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ**

Постановка проблеми. На даний момент, у зв'язку з глибокими і швидкоплинними соціально-економічними змінами, що відбуваються в суспільстві, різко зросла значущість допомагаючих професій соціономічного типу (представниками якої є лікарі, психологи, соціальні працівники, педагоги) і, відповідно, збільшилася необхідність у великій кількості професіоналів цих сфер діяльності. Успішна підготовка майбутніх фахівців таких спеціальностей до професійної діяльності пред'являє підвищені вимоги до їх психофізіологічних можливостей, особових якостей, рівня знань та набутих навиків та вмій.

У концепції професійного становлення особистості, що розвивається, виділяються наступні стадії цього процесу: оптації, професійної освіти і підготовки, професійної адаптації, первинної і вторинної професіоналізації і майстерності. Перехід від однієї стадії до іншої породжує нормативні кризисні явища, і, для того, щоб стати успішним фахівцем в умовах розвитку нашого суспільства, необхідно успішно подолати всі кризи становлення.

Тому, робимо припущення, що дослідження проблеми «кризи розчарування» є досить актуальною в наш час.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останнє десятиліття було проведено безліч досліджень щодо нашого питання в найрізноманітніших сферах. І зараз питання розчарування в обраній професії у студентів, вивчення проблеми їх емоційного вигорання розглядаються в педагогіці, медицині, психології, а саме психології праці та інженерній психології, психології особистості, медичній та педагогічній психології та в інших напрямках.

Проблема, що нами вивчається, розглядається багатьма зарубіжними та вітчизняними авторами, але так як у своїй роботі ми не зможемо всіх згадати, то спробуємо представити найбільш розповсюджені погляди на цю проблему. Безліч вітчизняних науковців вивчали вищезгадане питання, і вданій роботі ми будемо спиратись на таких психологів як Белокрилова Г.М., Березін А.Ф., Буякас Т.М., Донцов А.И., Дубровіна І.В., які в різних аспектах досліджуючи особистість, діяльність і професійну підготовку психологів, акцентують увагу на специфічних особливостях, в тій чи іншій мірі характерних для осіб, що виб-

рали цю професію. Пряжникова О.Ю. та Пряжников М.С. в рамках психології праці та інженерної психології розглядали «кризу розчарування» психологів як студентів так і професіоналів. Гринберг Дж., Перлман Б.и Хартман Е. А., Буриша М. вивчали фази та стадії розвитку емоційного вигоряння. Звернемося також до таких вчених як: Зеер Э.Ф., В. П. Зінченко, Сидоров П., Макарова Г. А., Водоп'янова Н. Е., Маслач К.М., Бойко В.В. та інші.

Постановка проблеми.

- Зробити висновки щодо актуальності розгляду проблеми;
- Визначити основні поняття які необхідні для вивчення проблеми «кризи розчарування» та емоційного вигоряння у студентів допомагаючи професій;
- З'ясувати фактори та динаміку формування вище зазначеної проблеми;
- Вказати на погляди дослідників щодо цього питання, проаналізувати дослідження.

Мета дослідження. Метою нашого дослідження буде виявлення основних факторів та стадій динаміки формування «кризи розчарування» у студентів допомагаючи професій, визначення впливу ступеня емоційного вигоряння на становлення студента як успішного фахівця в обраній професії.

Виклад основного матеріалу. Вагоме значення для дослідження проблеми «кризи розчарування» у студентів допомагаючих професій мають дослідження вчених, які можуть підтвердити чи скасувати важливість розгляду вищезгаданого питання на світовому рівні. В даному випадку, на сьогоднішній день, можемо стверджувати, що так чи інакше проблема в процесі професійного становлення студента як фахівця обраної професії існує і є досить актуальною. Більшість авторів зазначають, що допомагаючі професії, а саме це все ті професії, теорії, дослідження і практика яких зосереджуються на допомозі іншим, виявленні і вирішенні їх проблем і розширенні знання відносно подальших людських можливостей в цьому відношенні [1] зараз є дуже вагомими в розвитку демократизованого та гуманізованого суспільства.

Як ми вже зазначали, фахівець будь якої спеціалізації проходить ряд стадій становлення професіоналом. Так, Зеер Э.Ф. [2] виділяє: стадію оптації; професійної освіти і підготовки; професійної адаптації; первинної професіоналізації; вторинної професіоналізації; майстерності; предпенсійний період; соціально-психологічне старіння. Зміна стадій породжує виникнення кризисних явищ, які необхідно успішно подолати.

В нашому випадку ми будемо розглядати другу стадію, а саме професійної освіти і підготовки, так як віковий етап, який ми розглядаємо, стосується студентства.

На цій стадії, як зазначає Зеер Э.Ф. [2] студенти переживають розчарування в отримуваній професії. Виникає незадоволеність окремими навчальними предметами, з'являються сумніви в правильності професійного вибору, падає

інтерес до навчання. Спостерігається криза професійного вибору. Як правило, вона виразно виявляється в першій і останній роки професійного навчання.

За рідким виключенням ця криза долається зміною учбової мотивації на соціально-професійну. Професійна спрямованість учбових дисциплін, що посилюється з року в рік, знижує незадоволення. Таким чином, криза ревізії і корекції професійного вибору на даній стадії не доходить до критичної фази, коли неминучий конфлікт.

Можна відзначити уповільнений характер цієї кризи. Але зміна соціальної ситуації розвитку і перебудова провідної учбово-пізнавальної діяльності в професійно орієнтовану дозволяють виділити його в самостійну нормативну кризу професійного становлення особи.

Звернемося до Нестерової Н.Б.[3], яка, за даними свого дослідження, виділила три основні етапи розвитку мотиваційно-цільової системи учення студентів. При цьому, необхідно зазначити, що кожен етап, виділений даним вченим, характеризується також особливостями проходження певних кризисних моментів.

Так, перший етап охоплює період вчення на I курсі. Даний етап характеризується високими показниками професійних і учбових цінностей, мотивів, керуючих учбовою діяльністю студентів. В той же час ці цінності декілька ідеалізуються, оскільки обумовлені, швидше, розумінням їх суспільної значущості, чим особовим сенсом. При цьому вся система мотивації ще не утворює цілісної ієрархізованої структури. Ілюстрацією дезинтеграції структури мотивації служить той факт, що показники відношення студентів до учбових дисциплін не пов'язані з показниками відношення до професії і учення. Учбова діяльність більшості першокурсників безпосередньо управляється лише середньою ланкою мотиваційно-цільової системи – учбовими мотивами.

Для другого етапу (II і III курси) властиве падіння інтенсивності всіх мотиваційних компонентів, а також руйнування їх ієрархічної системи. Професійні і пізнавальні мотиви перестають управляти учбовою роботою студентів, унаслідок чого помітно знижуються учбова активність і успішність, утворюється так званий «синдром розчарування».

Третій етап (IV і V курси) виділяється тим, що на тлі понижених показників зростає міра усвідомлення і інтеграції різних форм мотивації вчення в єдину цілісну систему, структуровану по рівню їх узагальненості. Якщо на молодших курсах відношення до професії робило вплив на активність і результативність учбової роботи в основному опосередковано, тобто через професійну і пізнавальну мотивацію, то на V курсі воно прямо пов'язане з учбовою діяльністю студентів. Можна говорити, що лише на старших курсах кінцева мета вчення безпосередньо визначає засоби і способи її досягнення.

Тобто, ми бачимо, що по даним Нестерової Н.Б., на другому та третьому курсах більш всього проявляється кризисний етап щодо усвідомлення вибору своєї професії чи інших аспектів.

Так, для того, щоб визначитись з основними особливостями «криз розчарування» у студентів звернемося до таких дослідників як Вачков І.В., Гриншпун І.Б., Пряжников М.С. [4]. Вони, перш за все, роблять акцент на тому, що кризи професійного становлення особистості можуть мати два основних результати:

1) криза може сприяти особистісному розвитку;

2) криза може привести до особистісної деградації, коли людина не може впоратися зі своїми внутрішніми протиріччями і вони буквально «розідають» людину зсередини (а якщо до цього додаються і зовнішні несприятливі обставини, то криза взагалі може закінчитися сумно).

Тобто, дані дослідники не заперечують того, що проходження особою криз в професійній підготовці, має не лише негативний характер. Головне – навчитись вчасно виявити криз та управляти їм.

Для фахівців допомагаючих професій проблема полягає в тому, щоб уміло використовувати енергію своєї кризи (кризи учбово–професійного розвитку) і направити її в конструктивне русло. Можливо, формування у себе такого уміння є для студента, наприклад студента-психолога, як зазначають вищезгадані дослідники, навіть важливішим результатом вчення на психологічному факультеті, чим всі знання і останні уміння, разом узяті.

Вачков І.В., Гриншпун І.Б., Пряжников М.С. зазначають, що кризи професійного становлення можна розглядати і як постійні «розчарування» («кризи розчарування») у різних аспектах свого вчення і майбутньої роботи.

Виділяють декілька видів «розчарувань», які вони називають «захист-розчарування» і пояснюють тим, що молоді фахівці відчайдушно чинять опір перспективі змінити вже сталий погляд на навколишній світ, на свою професію і, головне — на самого себе, на своє місце на цьому світі і в цій професії. І при цьому кращим засобом захисту від такої перспективи є розчарування не в самому собі, а на навколишньому світі, включаючи і розчарування в своїй професії, і в своєму учбовому закладі. Так, умовно виділяються приблизно наступні варіанти «захистів-розчарування» [4]:

- Розчарування в своїх колись улюблених викладачах. Характеризується тим, що студент раптом з'ясовує для себе, що викладач — це теж звичайна людина, із звичайним набором недоліків. Хоча на перших курсах навчання багато студентів бачать зразок досконалості і приклад для наслідування саме в викладачах.

- Розчарування в предметі, що вивчається – в окремих дисциплінах або у всій спеціальності відразу. Студент виділяє для себе, що його спеціальність, з якою він познайомився по популярних книгах або телепередачах, насправді

виявляється не такою привабливою по визначених ним раніше характеристиках і взагалі «нудною».

- Розчарування в своєму навчальному закладі, коли студент раптом дізнається, що в інших закладах і викладачі кращі («солідніше» і «цікавіше»), і бібліотеки кращі, і соціально–культурна програма для студентів організовані цікавіше, і спортивні змагання, і стажування за кордоном, тому подібне. По своєму студент може виявитися правий, але, як відомо, «добре там, де нас немає». А творча позиція студента могла б виявитися в тому, що деякі проблеми, наприклад, пов'язані з організацією дозвілля, можна вирішити і своїми, студентськими силами.

- Розчарування в перспективах своєї подальшої роботи. Студент раптом зрозумів, що, швидше за все, він не зможе «добре» і «вигідно» влаштуватися за фахом або що йому довго доведеться задовольнятися дуже маленьким заробітком, адже, як відомо, велика кількість спеціальностей домомагаючих професій (лікарі, психологи, педагоги) багато не заробляють, особливо в умовах ринкової економіки.

Але все таки серйозним «розчаруванням» виділяється саме розчарування в самому собі, невпевненість студента в тому, що він правильно вибрав професію, що з нього вийде справжній професіонал і тому подібне.

Таке «розчарування» пов'язане з поняттям «емоційного вигоряння», і його вивчення має вагомим значення для покращення системи освіти, на нашу думку, адже, виявлення і профілактика синдрому дозволить попереджати випадки «розчарувань» у студентів допомагаючи спеціальностей, тим самим і забезпечити правильний розподіл обраних абітурієнтами професій, та і в загалі, знизити рівень швидкорозростаючої тенденції працювати не по спеціальності із-за особистісних проблем.

Одні дослідники – медичні психологи – вважають [5], що головними в процесі емоційного вигорання є особистісні критерії, інші називають причини, пов'язані з дією професійного середовища, що відбивається і в специфіці загального методологічного підходу до взаємовідношення особистості і професії. Наголошуються недостатня вивчена проблеми профілактики профдеформацій і вигорання у процесі становлення професії, на етапі навчальної діяльності.

За доцільне буде дати визначення основному поняттю проблеми, що розглядається, а саме синдрому «емоційного вигоряння».

Головною причиною синдрому виділяються психологічну перевтому. Коли вимоги (внутрішні і зовнішні) тривалий час переважають над ресурсами, у людини порушується стан рівноваги, яка неминує приводить до «емоційного вигоряння»[6].

Тому, можна говорити про те, що під час однієї із криз професійного становлення студента, і може виникнути синдром «емоційного вигоряння».

Був встановлений зв'язок виявлених змін з характером професійної діяльності, а саме професій саме допомагаючого (соціономічного) типу.

Термін «емоційне згорання» (burnout) введений [7] американським психіатром Фрейнденбергом в 1974 р. для характеристики психологічного стану здорових людей, що знаходяться в інтенсивному і тісному спілкуванні з клієнтами, пацієнтами, в емоційно навантаженій атмосфері при наданні ним професійній допомозі.

Виявляється синдром «емоційного вигорання» у відчутті емоційного виснаження, і може проявлятися в тому, що студент не може віддаватися навчанню, як це було раніше; дегуманізації і деперсоналізації як розвитку негативних стосунків до оточуючих; негативному сприйнятті себе в професійному плані.

Багатьма дослідниками виділяються фази розвитку синдрому «емоційного вигорання». Так, стадії формування синдрому розглядали вчені як Берк Р., Водоп'янова Н.Е., Лужицька А.М., Маслач К., Орел В.Е., Форманюк Т.В. та інші.

Можна виділити [7] наступні чотири фази синдрому, кожна з яких характеризується комплексом симптомів:

1. Зміна динаміки стомлюваності: поява відчуття втоми до закінчення робочого дня, порушується динаміка сну, відсутність апетиту або, навпаки, переїдання. Зловживання хімічними агентами: тютюном, кавою, алкоголем, наркотиками.

2. Зниження опірності до хвороб: виникнення відчуття психосоматичного нездужання, відчуття провини, занепокоєння, схвильованості, роздратування з фізичними проявами.

3. Погіршення емоційних контактів: агресивні відчуття, поява негативного відношення до навчання.

4. Притуплювання відчуттів: відчуження і апатія.

Виділяють [7] наступні три групи чинників, сприяючих розвитку синдрому «емоційного згорання»:

- Особові чинники, що збільшують ризик «вигорання»: низька оцінка фахівцем значущості своєї роботи; незадоволення людини своїм професійним зростанням; недолік автономності у суб'єкта, орієнтація на підтримку; агресивність, нестриманість, орієнтація на досягнення своїх цілей за будь-яку ціну.

- Ролеві (соціальні) чинники синдрому: відсутність узгодженості спільних дій фахівців; внутрішня конкуренція фахівців, відсутність інтеграції їх зусиль при необхідності роботи на загальний результат.

- Організаційні чинники (характер роботи): багатогодинна, не оцінювана належним чином робота, що не приносить студенту відчуття задоволення від неї.

На останок необхідно зазначити, так як було виявлено позитивний вплив криз професійного становлення (та навпаки, їх необхідність), то треба

бути усвідомленим і відносно синдрому «емоційного вигорання», розвиток якого допускати не можна, що і підтверджується безліч дослідженнями.

Висновки та перспективи. Отже, підбиваючи підсумки, хотілось би зазначити, що дана тема досить актуальна в наш час в умовах поширення актуальності вибору допомагаючих професій серед студентів. Ми визначились з основними поняттями, які необхідні для вивчення проблеми «кризи розчарування» та «емоційного вигорання» у студентів таких професій. З'ясувати, що кожен з основних нормативних криз професійного становлення особистості відрізняється своєрідністю професійної ситуації розвитку і індивідуально забарвленими способами виконання провідної діяльності. Визначили, що вирішальне значення у виникненні криз на перших стадіях професійного становлення мають об'єктивні чинники, а саме зміна провідної діяльності, кардинальна зміна соціальної ситуації. На подальших стадіях все велику роль грають суб'єктивні чинники: перебудова професійної свідомості, зростання рівня домагань і самооцінки, прояв потреби в самоствердженні, тобто особистість сама стає ініціатором криз професійного розвитку.

Продуктивне виконання діяльності приводить до того, що професіоналізм особистості переростає саму діяльність. В інакшому випадку, криза професійного становлення може привести до виникнення синдрому «емоційного вигорання», вивчення якого є досить актуальним в наш час.

Список літератури: 1. Мир словарей. Ел.ресурс: http://mirslovarei.com/content_psy/pomog_ajushhie-professii-27798.html 2. Психологічні особливості кризи професійного становлення. Ел. Ресурс: <http://psychological.ucoz.ua/publ/56-1-0-124>. 3. Учбова активність студентів та її визначальні чинники. Ел. Ресурс: <http://website-seo.ru/06820203161.html>. 4. Вачков І.В., Гриншпун І.Б., Пряжников М.С. Учебный посібник під редакцією І. Б. Гриншпуна, 2-е видання. Ел. Ресурс: http://bookap.info/genpsy/bachkov_vvedenie_v_professiyu_psiholog/#o. 5. Таткина О.Г. Синдром эмоционального эмоционального вигорання у медичних робітників як об'єкт психологічного дослідження // Вестник Том. держ. пед. ун-та. Сер. 11, Психологія. – 2009. – Вип. 11. 6. Медицинская газета №43 – 8 июня 2005 г. Синдром эмоционального выгорания. http://medgazeta.rusmedserv.com/2005/43/article_1322.html. 7. Профессиональная деформация личности. Учебное пособие. (Составители А.В. Коваленко, Л.А. Шиканов). – Томск: Изд-во ТПУ, - 2009. - С.54-57. 8. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика – СПб.: Питер, 2005.. 9. Лужецкая А.М. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у представителей различных профессий системы «человек-человек» // Сибирский психологический журнал. – 2005. – № 21. – С. 150-153. 10. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» учителя // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 54-67.

Bibliography (transliterated): 1. Mir slovarej. El.resurs: http://mirslovarei.com/content_psy/pomog_ajushhie-professii-27798.html 2. Psihologichni osoblivosti krizi profesijnogo stanovlennja. El. Resurs: <http://psychological.ucoz.ua/publ/56-1-0-124>. 3. Uchbova aktivnist' studentiv ta її

viznachal'ni chinniki. El. Resurs: <http://website-seo.ru/06820203161.html>. 4. Vachkov I.V., Grinshpun I.B., Prjazhnikov M.S. Uchbovij posibnik pid redakcieju I. B. Grinshpuna, 2-e vidannja. El. Resurs: http://bookap.info/genpsy/bachkov_vvedenie_v_professiyu_psiholog/#o. 5. Tatkina O.G. Sindrom jemocional'nogo emocijnogo vigorjannja u medicnih robitnikiv jak ob'ekt psihologichnogo doslidzhennja// Vestnik Tom. derzh. ped. un-ta. Ser. 11, Psihologija.– 2009. – Vip. 11. 6. Medicinskaja gazeta №43 – 8 ijunja 2005 g. Sindrom jemocional'nogo vygoranija. http://medgazeta.rusmedserv.com/2005/43/article_1322.html. 7. Professional'naja deformacija lichnosti. Uchebnoe posobie. (Sostaviteli A.V. Kovalenko, L.A. Shikanov). – Tomsk: Izd-vo TPU, - 2009. - С.54-57. 8. Vodop'janova N.E. Sindrom vygoranija: diagnostika i profilaktika – SPb.: Piter, 2005.. 9. Luzheckaja A.M. Osobennosti projavlenija sindroma jemocional'nogo vygoranija u predstavitelej razlichnyh professij sistemy «chelovek-chelovek» // Sibirskij psihologicheskij zhurnal. – 2005. – № 21. – S. 150-153. 10. Formanjuk T.V. Sindrom «jemocional'nogo sgoranija» uchitelja // Voprosy psihologii. – 1994.– № 6. – S. 54-67.

Беляєва Л.В., Дубяга А.

ФАКТОРИ ТА ДИНАМІКА ФОРМУВАННЯ «КРИЗИ РОЗЧАРУВАННЯ» У СТУДЕНТІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ

Авторами досліджено питання факторів виникнення та динаміки формування «кризи розчарування» у студентів допомагаючи професій, тобто тих, які мають на увазі діяльність в сфері «людина-людина». Розглянуто питання впливу кризисних моментів на професійне становлення студентів, проаналізовано стадій розвитку «кризи розчарування».

Беляєва Л.В., Дубяга А.

ФАКТОРЫ И ДИНАМИКА ФОРМИРОВАНИЯ «КРИЗИСА РАЗОЧАРОВАНИЯ» У СТУДЕНТОВ ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ

Авторами исследован вопрос факторов возникновения и динамики формирования «кризиса разочарования» у студентов, помогающих профессий, то есть тех, которые имеют в виду деятельность в сфере «человек-человек». Рассмотрен вопрос влияния кризисных моментов на профессиональное становление студентов, проанализировано стадий развития «кризиса разочарования».

Belyaeva L.V.,Dubyaga A.

FACTORS AND DYNAMICS OF FORMING OF «CRISIS OF DISAPPOINTMENT» FOR THE STUDENTS OF HELPING PROFESSIONS

By an author the question of factors of occurrence and dynamics of formation of "disappointment crisis" at the students, helping trades, that is what mean activity in sphere "person-person". The question of influence of the crisis moments on professional formation of students is considered, is analysed development stages of "disappointment crisis».

Стаття надійшла до редакції 28.09.2012