

**ПОЧУТТЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК
ПЕРЕДУМОВА УСПІШНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ**

Лазаренко В.І.,
Дніпропетровський
національний
університет імені Олеся Гончара,
м. Дніпропетровськ

Актуальність дослідження та постановка проблеми. Одним із аспектів сучасного реформування вищої освіти є можливість одночасного подання документів для вступу абітурієнтів у різні вищі навчальні заклади на різні спеціальності. Така можливість має, на наш погляд, позитивні наслідки, які, напевно, виявляються в тому, що у абітурієнта збільшується вірогідність потрапити до вузу, стати студентом, навчатися та все ж таки отримати вищу освіту. Але очевидним є і негативні наслідки такої можливості, яка надається молодій людині, а саме постійно збільшується кількість молоді, яка потрапляє на спеціальності, до яких у неї немає ніякого інтересу і, відповідно, хисту, тобто психологічних передумов для оволодіння, а потім праці за даним фахом. Тим самим збільшуються як об'єктивні втрати (кошти на навчання як державні, так і власні), так і суб'єктивні (можливість і бажання реалізувати свій власний психологічний потенціал в отриманій професії). Наслідків цього може бути декілька, самим необтяжливим і небезпечним для всіх наслідком може бути те, що людина не буде працювати за спеціальністю, на отримання якої витратила час, кошти, зусилля. Більш неприємним та важким наслідком для всіх буде некваліфіковане виконання праці, і ще більш серйозним наслідком, який виникає із попереднього, може бути дискримінація даної професії та спеціальності в очах пересічних людей та суспільства в цілому, зниження довіри, а також розчарування в можливості отримати результативний ефект від праці фахівців в певній сфері.

Метою професійної діяльності практичних психологів є вирішення конкретних психологічних завдань та надання психологічної допомоги окремим людям або групам людей, а також є сферою очікувань пересічних людей і суспільства в цілому в отриманні такої допомоги від кваліфікованих фахівців. Крім того, психологічна допомога передбачає надання адресних послуг і безпосередню її оцінку через оцінку її виконання конкретними фахівцями.

Щорічно дипломи практичних психологів отримує значна кількість спеціалістів, провідні вузи України вже мають багаторічний досвід їх підготовки. Але не втрачають актуальності питання кваліфікованої професійної підготовки практичних психологів на сучасному етапі, визначення та дослідження психологічних передумов ефективного виконання ними своєї професійної роботи.

Ступінь розробленості проблеми. Психологічні аспекти професійної діяльності наразі достатньо досліджені К.М. Гуревичем, Є.А. Климовим, Ю.В. Котеловою, К.К. Платоновим, В.Д. Шадриковим і ін. Аспектами їх досліджень є прояв та розвиток психіки людини в професійній праці, відповідність процесу і результату праці, якостей окремої людини вимогам професії [1; 2; 3; 8].

Теоретичний огляд попередніх досліджень показав, що будь-яка професійна діяльність має дві сторони: об'єктивну і суб'єктивну. Об'єктивна сторона професійної діяльності – це склад трудової діяльності, який не залежить від конкретної людини, а передбачає саме предмет праці (з чим працює людина), професійні завдання, дії та операції, умови, результат. Разом з тим, всі ці складові в процесі професійної діяльності виконує конкретна людина. Тому кожна професійна діяльність має суб'єктивний компонент, а саме психологічні характеристики, які необхідні кожній конкретній людині для оволодіння та ефективного виконання професійної діяльності. Це ряд професійно важливих якостей, таких як спрямованість особистості, мотиви і цілі включення людини до певного виду діяльності,

потреба у творчості в процесі праці, професійні домагання, задоволеність працею, а також професійна свідомість, професійний тип мислення. Професійно важливими також є певні психічні процеси (мисленнєві, сенсорні, мовні, мнестичні), психічні стани, а також спрямованість особистості: мотиви, ставлення (до праці, до інших людей). Ці психологічні якості є як передумовою професійної праці, так і її продуктом (результатом), а також можуть шліфуватися в процесі виконання певної роботи [4; 5; 6].

В розробку психологічних аспектів професіоналізму найбільш вагомий внесок здійснила А.К. Маркова, яка розглядає професіоналізм як складне явище, яке охоплює дві її складові: стан мотиваційної сфери професійної діяльності людини (що спонукає людину та який сенс має її професійне життя, які цілі намагається досягти, наскільки задоволена результатами власної праці) та стан операційної сфери професійної діяльності (засоби праці – знання, мисленнєві операції, здібності) [6].

Професіоналом ми схильні вважати людину як спеціаліста, яка оволоділа високим рівнем всіх складових професійної діяльності (знаннями, навичками, вміннями), постійно та свідомо працює над власними особистісними змінами для успішного оволодіння професією та вносить творчий внесок у виконання професії, а також популяризує результати своєї діяльності, працює над приверненням уваги та підняттям престижу своєї професії в суспільстві.

Нас цікавить саме така підготовка студентів – майбутніх фахівців, зокрема практичних психологів, яка б відповідала високому рівню професіоналізму у виконанні ними їх майбутніх професійних функцій. Для ефективного виконання професійної діяльності важливим показником є професійна придатність. Професійні знання та вміння є об'єктивними характеристиками, а особистісні якості – суб'єктивними характеристиками праці людини.

Основним фактором, який визначає професійну придатність практичного психолога є гуманістична спрямованість його особистості, яка

забезпечується такими особистісними характеристиками як особистісна та соціальна відповідальність, визнання цінності кожної людини, почуття соціальної справедливості, терпимість, ввічливість, порядність, готовність зрозуміти інших та прийти їм на допомогу. Для практичного психолога як професіонала важливого значення набуває його особистість, яка є в даному випадку головним інструментом професійної діяльності. Тому в структурі особистості найбільшого значення набувають певні якості. Умовно їх об'єднують в групи: перша група висуває вимоги професійної діяльності до психічних процесів особистості практичного психолога – пізнавальних (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, уваги та уяви), емоційних (психічна врівноваженість, стабільність і ін.) та вольових (саморегуляція, цілеспрямованість, наполегливість, активність, рішучість і ін.), психоемоційних станів (стресостійкість, життєрадісність і ін.). Друга група об'єднує такі якості як адекватна самооцінка та рівень домагань, самокритичність, здатність до самоаналізу, самоконтролю поведінки. І третя група передбачає достатній прояв міжособистісних якостей, таких як соціабельність, комунікабельність, емпатичність, красномовність та зовнішня привабливість, як передумови здійснення певного впливу на іншу особистість [7].

Отже, практичний психолог для успішного виконання професійної діяльності має бути *психологічно благополучним*, тобто здійснювати значну внутрішню роботу з аналізу власних ресурсів та їх відповідності до вимог професії, оскільки професія психолога висуває певні вимоги до індивідуальних характеристик особистості [7].

Феномен психологічного благополуччя почав досліджуватися закордонними психологами в рамках проблеми позитивного функціонування особистості ще в 20-х роках XX століття. На сьогодні всі підходи щодо розуміння психологічного благополуччя можна умовно об'єднати в декілька груп. До першої групи можна віднести погляди, які виокремлюють гедоністичні та евдемоністичні вчення (Н. Бредб'орн, Е. Дінер, А. Вотермен).

До другої групи відносяться погляди на психологічне благополуччя на основі дослідження проблеми позитивного функціонування особистості, в основу якої покладені погляди А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.-Г. Юнга, Е. Еріксона, Ш. Бюлер, М. Яходи, Д. Біррена. Засновником цього підходу є Керол Ріфф, яка узагальнила та виокремила шість складових феномену психологічного благополуччя: *самоприйняття (прийняття себе), готовність підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, автономність, екологічна майстерність (управління оточуючим середовищем), наявність мети в житті, особистісне зростання (індивідуальне самовдосконалення)*. До третьої групи відносяться погляди на феномен психологічного благополуччя на основі психофізіологічного збереження функцій та впливу генетичних факторів на індивідуальні відмінності у психологічному благополуччі. Це підхід Р.М. Райана, Е.Л. Дісі, К. Фредеріка. До четвертої групи відносяться підходи, які розглядають психологічне благополуччя як цілісне переживання, яке виявляється у суб'єктивному відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям, а також пов'язане із базовими людськими потребами та цінностями. Вітчизняним дослідникам П.П. Фесенко та Т.Д. Шевеленковій властивий підхід, близький до розуміння психологічного благополуччя як суб'єктивного переживання (суб'єктивного благополуччя в роботах Е. Дінера) і суб'єктивної оцінки себе і власного життя та позитивного функціонування особистості, що найбільш вдало узагальнено у шестикомпонентній теорії психологічного благополуччя К. Ріфф (що сформована в руслі гуманістичної психології). Отже, відповідно до теорії К. Ріфф, психологічне благополуччя розуміють як складне переживання людиною задоволеності власним життям, що відтворює як актуальні, так і потенціальні аспекти життя людини [10].

Метою нашої роботи є теоретично з'ясувати та емпірично дослідити рівень прояву почуття психологічного благополуччя як психологічної

передумови успішної професійної діяльності майбутніх практичних психологів.

В нашому дослідження взяли участь студенти ДНУ ім. О. Гончара (студенти - психологи – 30, історики – 36, географи – 16, соціальні працівники – 22, соціологи 30 – всього 134 студентів 3 курсу віком 19-20 років). Нас цікавить рівень прояву психологічного благополуччя студентів-практичних психологів як майбутніх фахівців, а студенти інших спеціальностей нами були залучені в якості контрольних груп для порівняння показників прояву психологічного благополуччя майбутніх фахівців різних спеціальностей та визначення особливостей прояву даного явища саме у практичних психологів. Крім того, в дослідженні взяли участь слухачі, які навчаються на факультеті безперервної освіти за спеціальністю «практична психологія». В цю групу увійшла молодь віком від 25 до 40 років – всього 20 осіб. Отже, всього в дослідженні взяли участь 154 особи.

Для проведення дослідження була використана адаптована версія «Шкали психологічного благополуччя» К.Д. Ріфф [10].

Результати емпіричного дослідження представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Усереднені показники прояву почуття психологічного благополуччя студентської молоді ДНУ ім. О. Гончара

Складові психологічного благополуччя Досліджувані за спеціальностями	Самоприйняття	Позитивні стосунки з оточуючими	Автономність	Екологічна майстерність	Наявність мети в житті	Особистісне зростання	Інтегральний показник
Практична психологія (ДНУ ім. О.Гончара)	60,4	61,6	57,5	60,4	57,5	61,6	59,6
Історія (ДНУ ім. О.Гончара)	57,7	59,2	60,0	59,0	63,1	61,3	60,3
Географія (ДНУ ім. О. Гончара)	55,6	59,0	59,6	60,0	61,5	61,4	59,5
Соціальна робота (ДНУ ім. О.Гончара)	60,0	61,7	59,1	55,1	62,8	61,5	60,0
Соціологія	62,8	65,4	55,0	59,1	63,5	62,4	61,4

(ДНУ ім. О.Гончара)							
Х ср.	58,4	60,7	58,0	58,2	61,4	61,6	59,7
Практична психологія (післядипломна освіта)	63,8	62,3	61,3	64,8	66,8	62,1	63,9

Аналізуючи результати дослідження бачимо, що усереднений бал прояву інтегрального показника почуття психологічного благополуччя студентської молоді в цілому знаходиться в межах середнього рівня (59,7 балів) на межі з високим рівнем (середній показник рівня прояву почуття психологічного благополуччя складає 38-60 балів). У студентів різних спеціальностей інтегральний показник почуття психологічного благополуччя дещо відрізняється, але знаходиться в межах 59-62 балів, найвищим є показник у студентів-соціологів (61,4 балів). Дещо нижчим є показник психологічного благополуччя у студентів-істориків (60,3 бали), потім у студентів соціальної роботи (60,0 балів), у студентів-психологів (59,6 балів) і найнижчим є показник у студентів-географів (59,5 балів). У слухачів, які отримують спеціальність в мовах післядипломної освіти бал інтегрального показника психологічного благополуччя складає 63, 9 балів, що є найвищим серед показників студентів всіх спеціальностей, які навчаються на стаціонарі за різними спеціальностями.

За окремими складовими почуття психологічного благополуччя найвищими є показники у всіх студентів за шкалами особистісного зростання (61,5 балів), наявність мети в житті (61,4 бали), прагнення до підтримки позитивних стосунків з оточуючими (60,8 балів) та виходять за межі середнього в бік високого рівня. Дещо нижчими, але практично однаковими є показники за шкалами самоприйняття (58,4 балів), екологічна майстерність (58,2 балів), автономність (58,0 бали) та відповідають середньому рівню, але наближаються до високого. Також виявлені певні відмінності між показниками за окремими складовими конструкту психологічного благополуччя у студентів різних спеціальностей.

Із задоволенням можна відзначити, що в цілому у студентів почуття психологічного благополуччя має середній рівень на межі з високим, що

дозволяє говорити про позитивне психологічне функціонування студентської молоді в цілому та за окремими складовими конструкту психологічного благополуччя особистості. Разом з тим, у студентській молоді ще є резерви у досягненні високих показників почуття психологічного благополуччя (високий рівень прояву знаходиться в межах 61-84 балів).

Крім того, у слухачів післядипломної освіти показники психологічного благополуччя знаходяться в межах високого рівня, є значно вищими за всіма складовими порівняно із студентами стаціонару і суттєво їх перевищують. А саме, інтегральний показник психологічного благополуччя слухачів післядипломної освіти складає 63,9 проти 59,7 балів студентів-психологів стаціонару. Найвищим у слухачів післядипломної освіти є показник за шкалою наявності мети в житті – 66,8 проти 61,4 балів у студентів стаціонару. Потім за ступенем зниження дещо нижчими є показники за шкалою екологічної майстерності – 64, 8 проти 58, 2 балів, за шкалою самоприйняття – 63,8 проти 58,4 балів, позитивних стосунків з оточуючими – 62,3 проти 60,7 балів, особистісне зростання – 62,1 проти 61,6 балів, автономність – 61,3 проти 58,0 у студентів стаціонару.

Напевно, показовим є те, що у слухачів післядипломної освіти найнижчим виявився показник автономності, поряд з цим переважними виявилися показники наявності мети в житті, спрямованості на позитивні стосунки з оточуючими, спрямованості на створення сприятливого середовища, яке відповідає їх психологічним та емоційним станам. Але показник автономії є більш високим порівняно із студентами стаціонару, тобто самодетермінації, регуляції власної поведінки, незалежності, самодостатності. Напевно, це можна пояснити тим, що в системі післядипломної освіти спеціальність практичного психолога набувають люди більш старшого віку, які більш усвідомлено здійснили вибір професії практичного психолога, спираючись на розуміння власних особистісних характеристик, що дозволяє їм більш ефективно регулювати власні психічні

явища, досягати позитивного психологічного функціонування та є більш сприятливим для професійного виконання функцій практичного психолога.

Висновки. Отже, професійно важливі якості є важливою передумовою професійної діяльності, але, з іншого боку, вони самі удосконалюються, шліфуються в процесі життєдіяльності та в ході виконання людиною певної діяльності, оскільки людина в ході праці змінює і саму себе. Тому як під час навчання майбутніх практичних психологів у вузі, так і під час набуття професії в умовах післядипломної освіти важливим є така організація навчального процесу та навчальних програм, в яких суттєве місце займали б заняття, спрямовані на формування почуття психологічного благополуччя, що є важливою стороною професіоналізації практичних психологів і умовою їх подальшої успішної професійної діяльності.

Література

1. Вопросы психологии труда и эргономики. Под ред. В.Д. Шадрикова и др. – Ярославль: Изд-во ЯГУ, 1976. – 265 с.
2. Дмитриева М. А., Крылов А.А., Нафтульев А.И. Психология труда и инженерная психология. – М.: Просвещение, 1974. – 324 с.
3. Климов Е.А. Пути в профессионализм (психологический взгляд). – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 232 с.
4. Клищевская М.В., Солнцева Г.Н. Профессионально важные качества как необходимые и достаточные условия прогнозирования успешности деятельности // Вестник МГУ. Сер.14.- 1999.- № 4. – С. 56-69.
5. Копылова Н.В. К вопросу о становлении личностно-профессиональных качеств будущего специалиста // Мир психологии. – 2005.- № 1. – С. 74-95.
6. Маркова А.К. Психология профессионализма. – М.: Профиздат, 1996. – 253 с.
7. Овчарова Р.В. Практическая психология образования: Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 448 с.

8. Психология труда / Под ред. К.К. Платонова. Пер. со словацкого. – М.: Профиздат, 1979. – 216 с.
9. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 464 с.
10. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С. 34-56.