

КОРЕКЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ : ІННОВАЦІЙНИЙ АСПЕКТ

Водолазська Ольга Олегівна,
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д.Ушинського

Вивчення психологічного благополуччя особистості стає все більш актуальним феноменом у сучасній психологічній науці й практиці. Психологічне благополуччя представлене у працях зарубіжних і вітчизняних учених (А. Аргайл, Р. Вінховен, А. Вотермен, Е. Дісі, Р. Раян, К. Ріфф, Н.К.Бахарєва, М.В.Бугацька, А.В.Вороніна, Т.О.Гордєєва, Д.О.Леонтєв, П.П.Фесенко, Т. Д. Шевелєнкова та ін.), де розглядається як багатокomпонентний феномен, що характеризує ступінь позитивного функціонування людини, реалізації її потенціалу і симптоматично визначається за допомогою переважання позитивних емоцій, суб'єктивного відчуття гармонії особистості, щастя, задоволеності життям і власними досягненнями [1].

У сучасній психологічній науці значна увага приділяється дослідженню джерел, механізмів та умов корекції психологічного благополуччя особистості за допомогою її самозмінювання (К. А. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Н. Р. Бітянова, Ф. Є. Василюк, І. С. Кон, Н. Ф. Каліна, О. М. Лактіонов, Д. О. Леонтєв, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, Г. А. Цукерман, І. І. Чеснокова та ін.). Вивченню схильності до самозмінювання, як складної властивості особистості зі специфічним психологічним змістом та складовими, присвячені роботи таких науковців, як П.П.Горностай, В.В.Завірюха, О.В.Киричук, П.В.Лушин, Д.В.Лущикова, О.П.Саннікова, Є.Л.Яковлєва, які надають інформацію про психологічну сутність зазначеного феномену, рівень енергії, форму, динаміку та якість прояву зазначеної властивості.

Самозмінювання є одним із проявів особистісної сутності людини, який спрямований на зміну самого суб'єкта, його внутрішнього світу, що в свою чергу висуває певні вимоги до особистості, її властивостей, що мають допомагати бути стійкою в умовах стрімких змін оточуючого середовища та сприяти формуванню умов психологічного благополуччя особистості [2].

Мета даного повідомлення полягає у викладенні результатів дослідження психологічного благополуччя осіб, схильних до самозмінювання. Психодіагностичне дослідження відбувалось за допомогою тесту-опитувальника «Схильність до самозмінювання» (О. П. Саннікової, Д. В. Лушикової) та методиками «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф, в адаптації Т. Д. Шевеленкової, Т. П. Фесенко). Кореляційний аналіз виконувався в програмі SPSS 13.0 для Windows.

Вибірку дослідження склали слухачі відділення перепідготовки кадрів зі спеціальності «Психологія» Інституту післядипломної освіти та сертифікації Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського. Всього у дослідженні приймали участь 80 слухачів.

Розглянемо значущі коефіцієнти кореляцій між показниками схильності до самозмінювання та психологічного благополуччя. Результати кореляційного аналізу між досліджуваними показниками викладено в табл. 1.

Таблиця 1.

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками схильності до самозмінювання та психологічного благополуччя

Показники психологічного благополуччя	Показники схильності до самозмінювання				
	ППС	САС	СДС	ЧСС	ЗПС
А			167*		
УС	192*		185*		
ОЗ		123*			
Спр			171*		
ЦЖ		-286*	217*		

БАф	-254**	182*	-300*		-182*
ЛВС				184*	
ЗПБ			199*		

Примітки. 1) Коми та нулі опущені. 2) ** значущий кореляційний зв'язок на рівні $p \leq 0,01$, *- значущий кореляційний зв'язок на рівні $p \leq 0,05$. 3) Умовні скорочення шкал психологічного благополуччя: А – автономія, УС – управління середовищем, ОЗ – особистісне зростання, Спр – самоприйняття, ЦЖ – цілі в житті, БАф – баланс афекту, ЛВС – людина як відкрита система, ЗПБ – загальний показник психологічного благополуччя; 4) умовні скорочення шкал схильності до самозмінювання: ППС – прийняття переживань самозмінювання, САС – схильність до аналізу самозмінювання, СДС – схильність до дій, спрямованих на самозмінювання, ЧСС – чутливість до стимуляторів самозмінювання, ЗПС – загальний показник самозмінювання.

За даними, представленими у таблиці, показник прийняття переживань самозмінювання (ППС) виявив додатній зв'язок ($p \leq 0,05$) з показником управління середовищем (УС) та від'ємний зв'язок ($p \leq 0,01$) з показником баланс афекту (БАф). Показник схильності до аналізу самозмінювання (САС) має додатні зв'язки ($p \leq 0,05$) з показниками баланс афекту (БАф) і особистісне зростання (ОЗ), від'ємний зв'язок з показником цілі в житті (ЦЖ). Показник схильність до дій, спрямованих на самозмінювання (СДС), виявив додатні зв'язки ($p \leq 0,05$) з показниками автономія (А), управління середовищем (УС), самоприйняття (Спр), цілі в житті (ЦЖ), загальне психологічне благополуччя (ЗПБ) та від'ємний зв'язок ($p \leq 0,05$) з показником баланс афекту (БАф). Показник чутливості до стимуляторів самозмінювання (ЧСС) додатньо пов'язаний ($p \leq 0,05$) з показником ЛВС (людина як відкрита система). Загальний показник самозмінювання (ЗПС) виявив від'ємний зв'язок ($p \leq 0,05$) з показником баланс афекту (БАф).

Отримані результати кореляційного аналізу дозволили нам перейти до подальшого якісного аналізу дослідження. Виходячи з припущення про наявність особливостей психологічного благополуччя осіб з різним рівнем

схильності до самозмінювання, ми застосували метод «асів», за допомогою якого вибірка була поділена на дві групи: особи з високими значеннями загального показника схильності до самозмінювання (СЗ+, n=12) та особи з низькими значеннями загального показника схильності до самозмінювання (СЗ-, n=13). Застосування методу «профілів» дозволило нам вивчити особливості психологічного благополуччя осіб з різним рівнем схильності до самозмінювання (рисунок 1)

Візуальний аналіз профілів надав можливість описати специфіку психологічного благополуччя досліджуваних груп. Профіль осіб з низьким рівнем схильності до самозмінювання (СЗ-) характеризується низьким рівнем позитивних стосунків з оточенням (ПС⁻), що свідчить про низьку здатність встановлювати та підтримувати довірливі стосунки, небажання шукати їх і йти на компроміси. Таким особам притаманна замкненість, відчуженість. Відсутність достатньо розвинутого рівня автономії (Ав⁻) можна розглядати як схильність до конформізму, залежність від думки оточення.

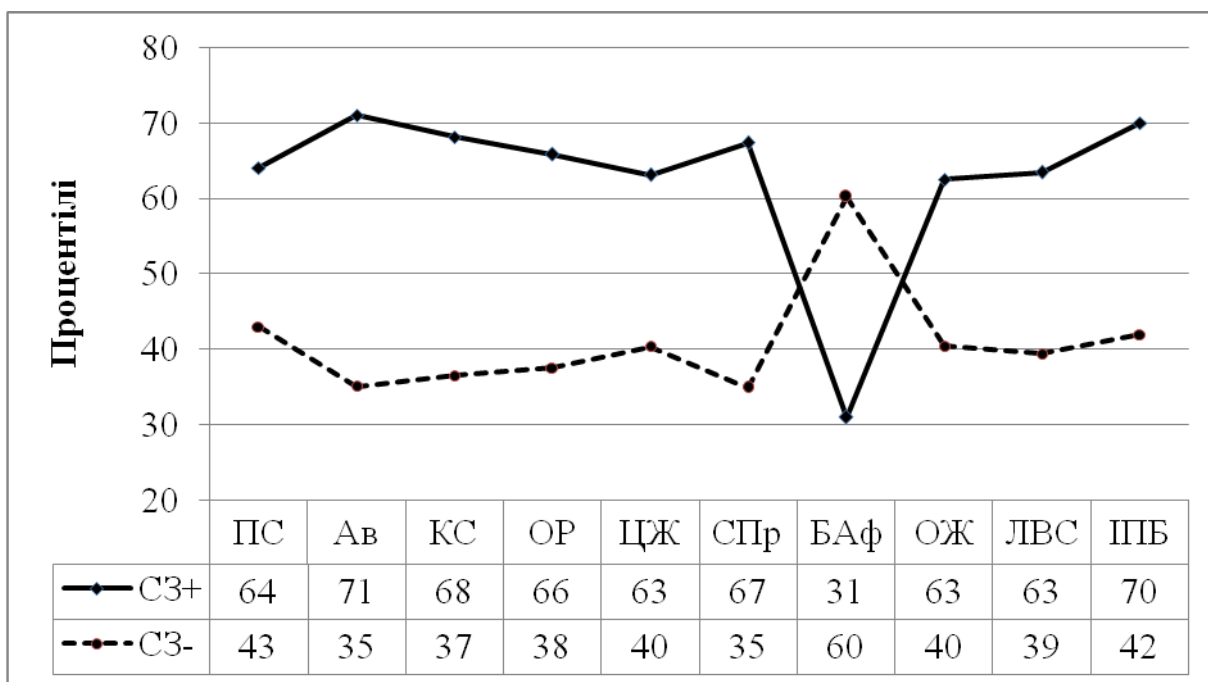


Рис. 1. Профілі психологічного благополуччя груп осіб з різним рівнем схильності до самозмінювання

Особам з низьким рівнем схильності до самозмінювання дуже важко самостійно приймати відповідальні рішення, особливо, стосовно подій і

вчинків власного життя, вони схильні до самозвинувачення, їх мислення і поведінка залежні від тиску соціуму. Ці особи мають відчуття власного безсилля, некомпетентності, не проявляють бажання щось змінити у своєму житті для покращення свого становища (КС⁻), що відповідно впливає на самозмінювання особистості і, як наслідок, викликає почуття нудьги, стагнацію, нездатність або неготовність ставити нові життєві цілі, долати труднощі, змінювати своє ставлення до тих чи інших аспектів життєдіяльності. Їм властива безпорадність, знижена зацікавленість до життя (ОР⁻). Через болісні спогади негативного досвіду минулого, постійне звернення до нього, виникає страх знову опинитися в подібних ситуаціях, що викликає почуття незадоволеності собою (Спр⁻). У представників даної групи спостерігається негативна самооцінка, невдоволення обставинами власного життя, негативне ставлення до себе і власного життя, що породжує відчуття власного безсилля, невіру у власні сили долати життєві перешкоди, засвоювати нові вміння та навички (БАф⁺). Минуле і сьогодення сприймаються як безглузді, у них відсутня оформлена життєва перспектива (ОЖ⁻). Для даних осіб характерне фрагментарне сприйняття різних аспектів життя, нездатність досить ефективно інтегрувати окремі здобутки власного життєвого досвіду (ЛВС⁻).

Представників групи з високим рівнем схильності до самозмінювання (СЗ⁺) можна характеризувати як емпатичних осіб, відкритих для спілкування, здатних до встановлення і підтримки дружніх стосунків, гнучких у взаємовідносинах з оточенням, поважаючих точку зору інших, що проявляється у вмінні йти на компроміси (ПС⁺). Даним особам властиві незалежність, здатність відстоювати власну думку, неприязливість думок більшості, креативність мислення, не стандартна поведінка, оцінювання себе, виходячи з власних уподобань, відповідальність за прийняті рішення (Ав⁺). Наявність якостей, що зумовлюють оволодіння різними видами діяльності, здатність досягнення бажаного, подолання труднощів, що виникають на шляху реалізації цілей свідчать про високу керованість середовищем (КС⁺).

Спостерігається прагнення до саморозвитку, оволодіння новими знаннями, використання їх для подальшого вдосконалення особистісних якостей, що характеризують прагнення до подальшої самоактуалізації (ОЗ⁺). Особи даної групи виявляють почуття свідомості існування, цінують досвід минулого, вважають, що події минулого та сьогодення матимуть вплив на майбутнє (ЦЖ⁺). В цілому, мають позитивну самооцінку та особистісного життя взагалі, демонструють усвідомлене прийняття не тільки своїх позитивних якостей, але і своїх недоліків (Спр⁺). Взагалі, спостерігається переважання позитивної самооцінки, задоволеність власним життям, впевненість у собі і власних силах, почуття компетентності в управлінні повсякденними справами (БАф⁻). Для представників даної групи характерна цілеспрямованість через наявність життєвих цілей, почуття усвідомленості життя, сприйняття свого сьогодення, минулого як таке, що має сенс та впевненість в тому, що майбутнє має перспективи (ОЖ⁺). Цілком виявляється реалістичний погляд на життя, який гармонійно поєднується з відкритістю новому досвіду (ЛВС⁺).

Отже, за результатами проведеного дослідження нами зроблено висновок, що схильність особистості до самозмінювання є однією з інновацій, яка допомагає вивчати та корегувати психологічне благополуччя особистості майбутнього фахівця - психолога.

Література

1. Духневич В.М. Психологічне благополуччя професіонала: модель досягнення/дотримання/ В.М. Духневич // Проблеми загальної та педагогічної психології: збірн. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – 2002. – Т. 4, ч. 3. – С. 57-63
2. Лущикова Д.В. Психологічні складові схильності особистості до самозмінювання: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / Лущикова Діана Вікторівна. – Одеса, 2009. – 240 с.