

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ОСОБИСТОСТІ У СТАНІ ПРОФЕСІЙНОЇ КРИЗИ

Проблема психологічної кризи, яка переживається у професії, тобто професійної кризи, набуває особливої актуальності в сучасних умовах розвитку суспільства.

Глибокі перетворення, які здійснюються в усіх сферах життя суспільства, у першу чергу, позначається на зміні його професійної структури: змінюються традиційні професії, виникають нові. Останнє змушує багатьох, у тому числі й успішних фахівців, за короткий термін змінювати свою професію або спеціалізацію, здобувати додаткову професію (про що свідчить поява в широкому масштабі інститутів та факультетів перепідготовки спеціалістів), постійно адаптуватися в нових умовах праці і т. ін. У результаті все це призводить до зростання невизначеності вимог, пред'явлених до фахівця з боку професії, до збільшення психологічних навантажень, до виникнення кризових психічних станів, що позначається на фізичному і психічному здоров'ї та на успішності його діяльності.

Наш інтерес до вивчення проблеми професійної кризи зумовлений пошуком широкого спектру рис особистості, зокрема невротичних, які дозволяють уточнити і доповнити інформацію про портрети людей, що переживають професійну кризу, а також виявити особистісні й індивідуальні особливості, пов'язані з професійною діяльністю.

Під професійною кризою ми розуміємо психічний стан особистості, який супроводжується суб'єктивними переживаннями неможливості реалізації професійних планів, що виникають при блокуванні цілеспрямованої професійної діяльності зовнішніми (об'єктивними по відношенню до особистості) і внутрішніми (суб'єктивними відношеннями до світу, особливостями особистості, особливостями її розвитку) причинами [1].

У дослідженні використовувався питальник Міні-Мульт, що є адаптованим варіантом відомого Міннесотського багатопрофільного переліку ММРІ. Поштовхом для використання питальника Міні-Мульт у нашому дослідженні, послужили психологічні дослідження емоційних, когнітивних і поведінкових проявів кризових станів у широкому контексті (вікових, особистісних, професійних і т.п.), викладені у вітчизняній і закордонній літературі, які дають нам підставу припускати, що більшість базових шкал питальника Міні-Мульт містять інформацію про клініку кризових переживань.

У даному варіанті питальника до базових шкал відносяться: шкала іпохондрії (Hs), депресії (D), істерії (Hu), психопатії (Pd), паранойяльності (Pa), психастенії (Pt), шизоїдності (Se), гіпоманії (Ma). Значення кожної базової шкали скориговані відповідно до величин шкали ДО (шкала корекції). Високими оцінками по всіх шкалах, є оцінки, що перевищують 70 балів, низькими оцінками вважаються оцінки 40 балів і нижче.

Для виявлення осіб, що переживають професійну кризу або знаходяться в рівноважному стані, ми використовували тест-питальник стану професійної кризи (СПК), розроблений О.П. Санніковою, І.В.Бринзою (2000 р.). Тест-питальник (СПК) містить 160 тверджень, що згруповані у 16 шкал (параметрів). Кожен параметр (шкала) являє собою біполярний континуум, позитивний полюс якого насиче-

ний рисами, що несуть інформацію про переживання психологічної кризи, негативний – навпаки, інформацію про його відсутність.

У цілому, тест-питальник (СПК) вимірює в обстежуваних особливості емоційних переживань, непевності в собі, стурбованості, дратівливості, самобичування, високої тривожності, незадоволеності досягнутим, заглибленості в похмурі роздуми, ранливості тощо. Крім того, питальник діагностує симптоми професійної дезадаптивності, що характеризується агресивністю, конфліктністю, злопам'ятністю, невтриманістю, постійними сумнівами, поганою пристосованістю до нових вимог професії, розпачем при невдачах, соматичними порушеннями тощо.

Однією з методик, що дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, і як стан є методика, запропонована Ч.Д. Спілбергером. Російською мовою методика адаптована Ю.Л. Ханіним (1976). Дану методику ми використовували з метою з'ясування рівня особистісної тривожності. Високо тривожні особистості найчастіше схильні сприймати погрозу у великому діапазоні життєвих ситуацій і реагувати на них дуже напружено, вираженим станом тривожності [3].

У дослідженні взяло участь 400 осіб. Дослідження проводилося на базі Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського та Ізмаїльського гуманітарного університету. Вибірку склали групи, що відрізняються за принципом професійної належності (представники соціономічних професій). До першої групи ввійшли студенти денного відділення; до другої – студенти заочного відділення; до третьої – слухачі факультету післядипломної освіти «Психологія»; до четвертої – вчителі шкіл, викладачі вузів.

Отримані за допомогою тест-питальника (СПК) результати виявили дві групи випробовуваних з максимальним (Kmax), і мінімальним (Kmin) ступенем переживання професійної кризи група (Kmax), n = 29 чоловік; група (Kmin), n=25 чоловік.

Аналіз зведених профілів усіх досліджуваних груп випробовуваних з високими і низькими показниками СПК (стану професійної кризи), представлений на малюнку 1, виявляє розходження між цими профілями, що виражається як у рівневі досягнення кожного параметра, так і в комбінаціях базових шкал.

За всіма шкалами (крім шкали гіпоманії Ma), значення шкал групи випробовуваних, що переживають професійну кризу, знаходяться значно вище значень шкал групи випробовуваних, що знаходяться в урівноваженому стані. Візуально між однойменними показниками обох профілів спостерігаються істотні розходження (розмах більше 40 умовних Т-балів). Зокрема, цей факт спостерігається між такими однойменними шкалами аналізованих профілів: D, Pd, Pa, Pt, Se, Ma. Найбільш яскраво в усіх випробовуваних виявляється шкала D (депресія).

Аналіз даного профілю дозволив нам розробити узагальнений психологічний портрет особистості, що переживає стан професійної кризи в контексті концепції Міні-Мульт.

Найбільш загальними для всіх випробовуваних, що переживають професійну кризу, є депресивні риси особистості. У професіоналів, що переживають кризу,

значно підсилюються (якщо схильність до депресії спостерігалася раніше) депресивні риси особистості. Для них характерний не тільки високий рівень усвідомлення наявних професійних проблем, але й гостре їх переживання, що супроводжується незадоволеністю і надзвичайно песимістичною оцінкою своїх перспектив на майбутнє. Професіонали з депресивними рисами схильні до роздумів, негативних «думкаформ», що обмежує активність, вони інертні щодо прийняття рішень, скептичні стосовно своїх професійних здібностей, займає самокритичні, не впевнені в собі. Їхній внутрішній конфлікт збільшується невротичною потребою у спілкуванні, у підтримці з боку інших людей, на тлі

прагнення втечі від контактів, що травмують їхнє професійне самолюбство. Саме тому аффіліативна потреба є однією з провідних у осіб з депресивними рисами. Ця потреба стає, в першу чергу фрустрованою потребою у професійній діяльності, тому що майже ніколи не насичується, що значною мірою визначає зону психотравмуючого впливу кризи. У професійних справах у період кризи їхня звичайна старанність, сумлінність, високоморальність і обов'язковість тільки підсилює негативні переживання, що виникають у результаті деструктивного поведіння. Фізично подібні особистості відчують себе втомленими, хворими і розбитими, часто скаржаться на поганий сон і поганий настрій.

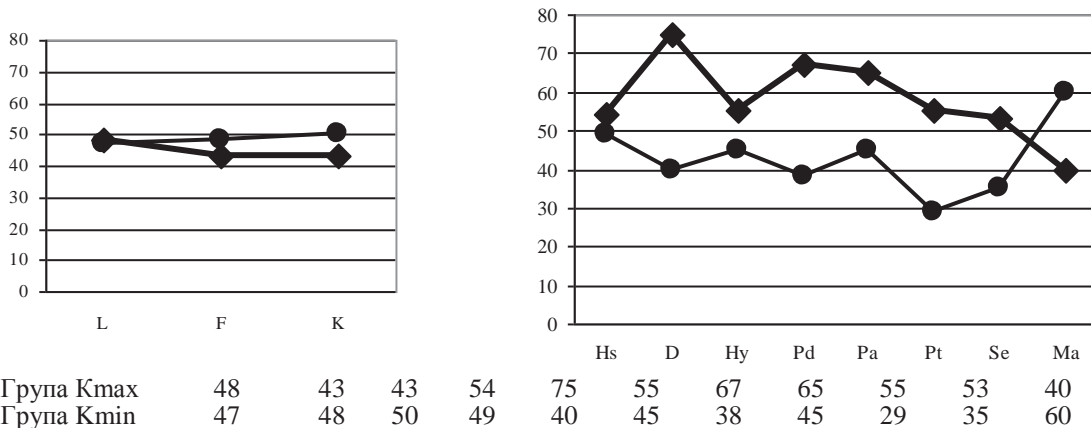


Рис. 1. Зведені профілі рис особистості (Міні-Мульт) груп випробуваних, що переживають стан гострої кризи (група Kmax.) і не переживають його (група Kmin).

Примітки: Група Kmax - n=29; група Kmin - n=25

Проведений аналіз дає нам інформацію про загальні, типові невротичні риси, які проявляються в усіх обстежених, що переживають кризу.

Перейдемо до аналізу особливостей показників тривожності по Спілбергеру-Ханіну. Розглянемо специфіку показників тривожності в групах випробуваних з максимальними значеннями (Kmax) і мінімальними значеннями (Kmin) сумарного показника СПК.

На мал. 2 представлені діаграми показників тривожності зведених груп випробуваних, представників досліджуваних нами соціономічних професій.

Нагадаємо, що шкала самооцінки тривожності складається з двох частин, що роздільно оцінюють реактивну (РТ) і особистісну (ОТ) тривожність. На осі абсцис розташовані досліджувані показники, на осі

ординат бали. При інтерпретації результатів ми використовували наступні норми оцінки: до 30 балів – низький рівень тривожності (Н); 31 – 45 – помірний рівень тривожності (П); 46 і вище – високий рівень тривожності (В).

Як бачимо з мал. 2, у всіх випробуваних з гострим переживанням кризи (Kmax) за всіма показниками виявлено високий рівень і реактивної, й особистісної тривожності. Випробувані всіх професійних груп, які не переживають кризи (Kmin) за цими ж показниками демонструють низьку і помірну тривожність. Це означає те, що для осіб, що переживають стан гострої кризи, високий рівень тривожності є закономірним, типовим, що підтверджується також даними, отриманими за допомогою особистісного опитувальника Міні-Мульт.

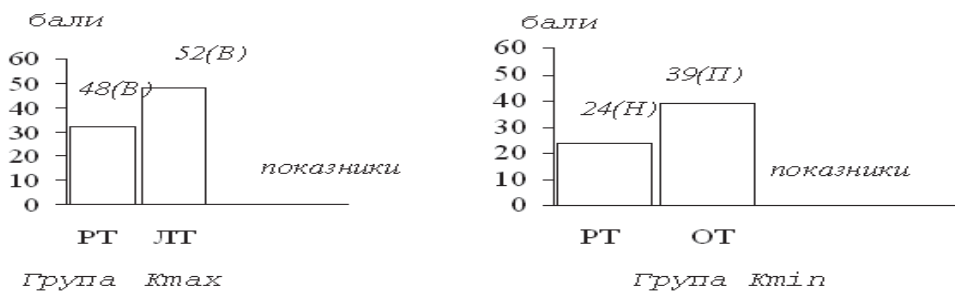


Рис. 2. Зведені діаграми тривожності представників досліджуваних професійних груп

Примітка: група Kmax- n=29; група Kmin – n=25

У цілому, потрібно відзначити, що виявлений високий рівень особистісної тривожності характеризує стійку схильність випробуваних сприймати будь-яку ситуацію як загрозову. Створюється враження, що в даних випробуваних є постійна підвищена готовність до відповідної реакції тривоги на кожну, для них завжди суб'єктивно емоційну, ситуацію. Дані результати можна трактувати подвійно: або в осіб, що переживають гостру кризу, завжди підвищуються показники тривожності, або, - що нам більш імпонує в контексті нашої гіпотези, люди, що володіють стійкою тривожністю як властивістю особистості, схильні частіше інших до переживання психічної кризи в будь-якій сфері життєдіяльності, у тому числі і професійної. Потрібно відмітити, що в багатьох роботах ми знаходимо підтвердження цьому факту [2, 4 та і ін.].

Цілком імовірно, у гострій кризі тривожність можна розглядати і як емоційну реакцію на суб'єктивно емо-

ціогену ситуацію і як особистісну рису що забезпечує, певною мірою схильність до переживання кризи.

Таким чином, можна вважати, що найбільш загальними в портреті особистості, яка переживає професійну кризу, є тривожність та депресивні риси особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Брынза И.В. Переживание профессионального кризиса у лиц с различным типом эмоциональности // Дис. канд. психол. наук. - К., 2000. – 214 с.
2. Психологія життєвої кризи /Відп. Ред. Т.М. Титаренко. – К.: Агропромвидав України, 1998. –348с.

3. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. – М.: ВЛАДОС, 1996.- 529 с.
4. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. – Одесса: Хорс, 1995. - 334 с.

Подано до редакції 16.11.05

#### РЕЗЮМЕ

Приводятся результаты эмпирического исследования, направленного на поиск различий между некоторыми характеристиками профессионального кризиса с широким спектром невротических черт личности. Доказано, что наиболее общими для всех

испытуемых, переживающих профессиональный кризис являются депрессивные черты личности. Показано, что люди, обладающие устойчивой тревожностью как свойством личности, склонны чаще других к переживанию профессионального кризиса.

#### SUMMARY

The author presents the results of empirical research directed at determining the differences between some characteristics of professional crisis with a wide spectrum of individual neurotic features. It was proved that what is common

for all examinees experiencing professional crisis is individual depressive features. The article emphasises that people having steady uneasiness as an individual property are inclined to experience professional crisis more than others.