МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАІНИ

СХІДНОУКРАЇНСКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

Факультет гуманітарних наук, психології та педагогіки

кафедра практичної психології та соціальної роботи

 **Мушина О.Ю.**

**Кваліфікаційна магістерська робота**

**Професійні кризи в діяльності соціальних працівників та умови їх подолання**

**Сєвєродонецьк**

 **2019**

**СХІДНОУКРАЇНСКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

**Факультет гуманітарних наук, психології та педагогіки**

 (повне найменування інституту, факультету)

**Кафедра практичної психології та соціальної роботи**

 (повна назва кафедри)

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

**до кваліфікаційної магістерської роботи**

 **освітньо-кваліфікаційного рівня** \_\_\_\_магістр\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (бакалавр, спеціаліст, магістр)

 спеціальності 231 - Соціальна робота

 (шифр і назва)

 галузі знань 23 - Соціальна робота

 (шифр і назва)

на тему:Професійні кризи в діяльності соціальних працівників та умови їх подолання

Виконала: студентка групи СР-17зм Мушина О.Ю.

Керівник: к.психол.н., доц. Завацький В.Ю.

Завідувач кафедри практичної психології

та соціальної роботи

д. психол. н., проф. Завацька Н.Є.

Рецензент

д. психол. н., проф. Пілецька Л.С.

Сєвєродонецьк - 2019

**СХІДНОУКРАЇНСКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ**

 **Факультет гуманітарних наук, психології та педагогіки**

 (повне найменування інституту, факультету)

 **Кафедра практичної психології та соціальної роботи**

 (повна назва кафедри)

Освітньо-кваліфікаційний рівень \_\_\_\_магістр\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (бакалавр, спеціаліст, магістр)

 спеціальності 231 - Соціальна робота

 (шифр і назва)

 галузі знань 23 - Соціальна робота

 (шифр і назва)

 **ЗАТВЕРДЖУЮ**

 **Завідувач кафедри**

 **практичної психології та**

 **соціальної роботи, проф.**

 **Завацька Н.Є.**

 «23» 10 2018 року

 **З А В Д А Н Н Я**

**НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ МАГІСТЕРСЬКУ РОБОТУ СТУДЕНТУ**

 **Мушиної Олесі Юріївни\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 (прізвище, ім’я, по батькові )

1. Тема роботи: Професійні кризи в діяльності соціальних працівників та умови їх подолання

Керівник роботи Завацький В.Ю., к. психол. н., доц.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (прізвище, ім’я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від «23» жовтня 2018 року № 224/42

2. Строк подання студентом роботи 20.12.2018 р.

3. Вихідні дані до роботи: *обсяг роботи - 110, табл. – 2, список використаної літератури – 150 джерел.*

4.Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): *дослідити особливості професійних криз в діяльності соціальних працівників та умови їх подолання.*

6. Консультанти розділів роботи

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Розділ | Прізвище, ініціали та посадаКонсультанта | Підпис, дата |
| завданнявидав | завданняприйняв |
| **1.** | Завацький В.Ю. – к.психол.н., доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи | 23.10.2018р. | 23.10.2018р. |
| **2.** | Завацький В.Ю. – к.психол.н., доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи | 23.10.2018р. | 23.10.2018р. |
| **3.** | Завацький В.Ю. – к.психол.н., доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи | 23.10.2018р. | 23.10.2018р. |

7. Дата видачі завдання 23.10.2018 р.

**КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****з/п** | **Назва етапів дипломного проектування** | **Строк виконання етапів**  | **Примітка** |
| 1 | Визначення проблеми дослідження та розроблення плану кваліфікаційної магістерської роботи | 10.2018 р.  | 10.2018 р.  |
| 2 | Аналіз літератури за проблемою. Робота над теоретичною частиною дослідження | 10-11. 2018 р. | 10-11. 2018 р. |
| 3 | Розробка діагностичного інструментарію та проведення констатувального експерименту | 10.2018 р. | 10.2018 р. |
| 4 | Узагальнення результатів констатувального експерименту | 10-11. 2018 р. | 10-11. 2018 р. |
| 5 | Розробка програми формувальних заходів | 11.2018 р. | 11.2018 р. |
| 6 | Проведення повторного тестування та оцінка ефективності формувальних заходів | 11-12. 2018 р. | 11-12. 2018 р. |
| 7 | Підготовка кваліфікаційної магістерської роботи до захисту та захист роботи | 01.2019 р. | 01.2019 р. |

Студент Мушина О.Ю.

Керівник роботи Завацький В.Ю.

РЕФЕРАТ

Текст - 110 с., табл. – 2, джерел – 150.

У роботі проведено аналіз теоретико-методологічних підходів до вивчення проблеми професійних криз в діяльності соціальних працівників та умов їх подолання.

Наведено результати емпіричного дослідження щодо специфіки професійних криз в діяльності соціальних працівників та умов їх подолання.

Визначено доцільність використання розвивальної програми щодо подолання професійних криз в діяльності соціальних працівників.

Ключові слова: СОЦІАЛЬНА РОБОТА, СОЦІАЛЬНИЙ ПРАЦІВНИК, професійна діяльність, професійнІ КРИЗИ, сУЧАСНИЙ СОЦІУМ, професійне спілкування.

**ЗМІСТ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ВСТУП  | 7 |
| РОЗДІЛ 1. | ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОЇ КРИЗИ  | 12 |
| 1.1. | Розвиток особистості і феномен кризових ситуацій  | 12 |
| 1.2. | Самообмеження в контексті процесу соціалізації особистості соціального працівника | 28 |
| РОЗДІЛ 2. | СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООБМЕЖЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКАУ КРИЗОВИХ ПРОФЕСІЙНИХ СИТУАЦІЯХ | 39 |
| 2.1. | Психологічна картина світу: час, простір і життєдіяльність особистості соціального працівника | 39 |
| 2.2. | Соціально-психологічні прояви діяльності й онтологічні форми психологічного часу особистості соціального працівника | 48 |
| РОЗДІЛ 3. | ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАКТИК САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА У КРИЗОВІЙ ПРОФЕСІЙНІЙ СИТУАЦІЇ | 57 |
| 3.1.3.2. | Способи обʼєктивації й опредметнення психологічного часуЕмпіричне дослідження термінальних й інструментальних ціннісних орієнтацій соціальних працівників |  57 72 |
| 3.2. | Взаємозв’язок тривожності, ціннісних орієнтацій і часових децентрацій соціальних працівників | 84 |
|  | ВИСНОВКИ | 93 |
|  | СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 96 |

**ВСТУП**

**Актуальність теми дослідження**. Сучасні реалії постіндустріального суспільства та культурні чинники, які мають глобальний характер, зумовлюють істотні соціально-психологічні трансформації. Спостерігається плинність соціальних ролей, статусів, належних і прийнятних форм соціальної поведінки. Дедалі більшого розмаїття набувають соціальні цінності та ціннісні орієнтації, які поділяються представниками тих чи тих соціальних груп. З усією очевидністю фіксується розмивання рис, які традиційно виокремлювалися як такі, що властиві певному психологічному віку. Закономірною є і зміна норм трудової етики – ставлення до професійної соціалізації, корпоративної солідарності, професійної самореалізації особистості тощо.

Самореалізація в професійній діяльності є одним із найважливіших факторів розвитку особистості (О. Є. Блинова [18], О. О. Бодальов [19], Л. С. Пілецька [103; 104; 105], Ю. П. Поваренков [106], М. С. Пряжніков [107] та ін.). Як і всякий процес діяльності, професійна самореалізація пов’язана з кризовими проявами. У науковій психологічній літературі докладно висвітлено різноманітні аспекти професійних криз. Зокрема, вказується на взаємозв’язок процесів професійної адаптації та соціалізації особистості (В. Й. Бочелюк [25], Л. В. Боярин [29], А. О. Кононенко [67] та ін.). Предметом дослідження й є фактор стресу, який пов’язний із професійною кризою і може виступати як чинником поглиблення кризи, так й стимулом для розв’язання кризових ситуацій (В. Л. Зливков [101], Л. О. Китаєв-Смик [63] та ін.). Дослідники акцентують увагу на тому, що професійна криза, в разі її подолання, є важливим фактором подальшого професійного й особистісного розвитку (А. С. Борисюк [101], Ю. О. Бохонкова [20; 21], Н. Є. Завацька [51; 52], З. Я. Ковальчук [64], О. М. Кокун [101] та ін.), який неможливий без самообмеження, процес якого передбачає спрямованість, цілезумовленість, соціальну самоактуалізацію, високий ступінь самоорганізації особистості.

Отже, феномен професійної кризи є вкрай складним, оскільки в ньому відображено базисні аспекти життєдіяльності особистості, а поглиблене дослідження професійних криз потребує уточнення впливу таких чинників як психологічний час особистості та практики самообмеження.

**Об’єкт дослідження –** кризи у сфері професійної діяльності соціальних працівників.

**Предмет дослідження –** соціально-психологічні прояви самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити соціально-психологічні особливості самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи.

Для досягнення мети були поставленні такі **завдання дослідження**:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення проблеми самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи.

2. Визначити провідні типи професійних криз соціального працівника та їх соціально-психологічну специфіку, пов’язану з самообмеженням особистості.

3. Дослідити соціально-психологічні особливості проявів самообмеження особистості соціального працівника та їх зв’язок із психологічним віком та часовими децентраціями в умовах професійної кризи.

4. Розробити та апробувати комплекс соціально-психологічних заходів, спрямованих на оптимізацію практик самообмеження і подолання професійних криз особистості соціального працівника.

**Методологічну та теоретичну основу** дослідження становили: загально-психологічні положення щодо детермінації поведінки особистості та її соціалізації (К. О. Абульханова-Славська, А. Б. Коваленко, С. Д. Максименко, В. В. Москаленко, Л. Е. Орбан-Лембрик, В. А. Роменець, Н. Смелзер, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелєва, Ю. М. Швалб та ін.); принципи діяльнісного, особистісного та вікового підходів до вивчення процесу становлення особистості (О. Г. Асмолов, Г. О. Балл, М. Й. Боришевський, Л. С. Виготський, І. С. Кон, Г. С. Костюк, С. Д. Максименко, А. В. Петровський та ін.); теоретичні підходи до аналізу відповідальності (К. О. Абульханова-Славська, С. О. Гаркавець, В. К. Калін, В. А. Крутецький, Г. В. Ложкін, А. Маслоу, К. К. Муздибаєв, М. В. Савчин, В. Франкл, Е. Фромм); концепції цінностей і ціннісних орієнтацій (О. Є. Блінова, В. Й. Бочелюк, О. Г. Здравомислов, І. С. Кон, В. О. Ядов, К. Роджерс, М. Рокіч, Ю. Ж. Шайгородський); концепт екзистенціальної тривоги (Р. Мей, І. Ялом); теорія психологічного часу особистості (Є. І. Головаха, О. О. Кронік); теорія та методи дослідження наративних уявлень особистості (М. Л. Смульсон, Н. В. Чепелєва та ін.); психологічні теорії становлення та корекції рис особистості в процесі активного соціально-психологічного навчання (Ю. О. Бохонкова, Н. Є. Завацька, З. Я. Ковальчук, Л. С. Пілецька, О. В. Шевяков, Т. Д. Щербан, Т. С. Яценко та ін.).

Для розв’язання поставлених завдань використано комплекс **методів дослідження:**

– *теоретичні методи*: аналіз, синтез, порівняння сучасних наукових й емпіричних досліджень з проблеми вивчення соціально-психологічних особливостей самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи, а також їх узагальнення, класифікація й систематизація;

– *емпіричні методи*: спостереження, бесіда, нестандартизоване інтерв’ю; анкетування, тестування;

– *методи математичної обробки даних* із їх подальшою якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням.

**Наукова новизна дослідження:** розкрито соціально-психологічну специфіку самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійних криз відповідно до їх типології та дихотомічності проявів самообмеження (негативних, позитивних) у професійній діяльності; встановлено способи реалізації та регулювання механізму самообмеження в умовах професійної кризи; розкрито взаємозв’язок проявів самообмеження особистості соціального працівника з психологічним віком та часовими децентраціями в умовах професійної кризи; розроблено та апробовано комплекс соціально-психологічних заходів, спрямованих на оптимізацію практик самообмеження і подолання професійних криз особистості соціального працівника, які включають методи корекції сприйняття психологічного часу та часових децентрацій, розвиток навичок управління часом, як необхідної умови самоорганізації особистості соціального працівника.

**Теоретичне значення дослідження** полягає в уточненні психологічної сутності та змісту самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи; його функцій, ролі та значення для професійного становлення та розвитку особистості та подолання нею професійних криз; у визначенні провідних типів професійних криз особистості соціального працівника та їх соціально-психологічної специфіки; в обґрунтуванні концепції рівнів (фізіологічного, побутового, індивідуальної діяльності, соціально-політичного, метафізичного та ін.) психологічного часу, як соціально-психологічних чинників його сприйняття й організації життєдіяльності особистості; розробці теоретико-методологічних основ комплексу соціально-психологічних заходів, спрямованих на оптимізацію практик самообмеження і подолання професійних криз.

**Практичне значення дослідження** полягає у тому, що отримані результати можуть бути застосовані у соціально-психологічних дослідженнях кризових ситуацій, зокрема у сфері професійної діяльності особистості соціального працівника, а також у процесі соціально-психологічного консультування, психокорекційної і психотерапевтичної роботи. Матеріали дослідження можуть використовуватися під час викладання курсів соціальної психології, конфліктології, кризової психології, психології соціальної роботи, психологічного консультування, психологічної корекції та ін.

**Структура та обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел.

**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОЇ КРИЗИ**

**1.1. Розвиток особистості і феномен кризових ситуацій**

Психологія діяльності приділяє особливу увагу питанню професійної соціалізації та розвиткові особистості у сфері трудової діяльності. Беручи до уваги концептуальну суть психології діяльності, яка, звісно, за певного спрощення, полягає в тому, що становлення особистості нерозривно пов’язане з соціальною активністю, трудова діяльність постає одним із найважливіших складників життєдіяльності (В. Й. Бочелюк [23], П. А. М’ясоїд [92]). Тож, самореалізація в професійній сфері є одним із факторів розвитку особистості. Як наголошував О. О. Бодальов, професійне становлення є не лише необхідною умовою життєдіяльності, а й являє умовну «вершину» становлення особистості [19]. У свою чергу, Ю. П. Поваренков доводить, що трудова діяльність має «системогенетичний» вплив на всі сфери життєдіяльності особистості [106].

Трудовій діяльності, як і всякому процесу, властива стадіальність. Відповідно до соціальних умов, трудова діяльність бере початок у певному віці людини; з віком змінюється й відношення людини до трудової діяльності. Якщо, скажімо, у підлітковому віці ми можемо говорити, радше, про інтерес до турової діяльність, а не усвідомлення її як необхідності, то у зрілому віці трудова діяльність набуває статусу необхідності, котра уможливлює життєдіяльність як таку (Г. С. Костюк [70; 71]). Відтак, зважаючи на включеність трудової діяльності до життєдіяльності загалом, її взаємозв’язок зі стадіями вікового розвитку та розвитку особистості, ми можемо говорити про притаманність їй низки необхідних складників: звернення до діяльності (вільний чи вимушений вибір сфери активності), сприйняття діяльності (її оцінювання в контексті загальної життєдіяльності, трактування з погляду психологічного часу), професійна соціалізація (цей складник актуалізується у разі, якщо діяльність набуває особистісного сенсу), професійна криза (переживання суперечності між набутими навиками та досвідом, з одного боку, та загальними експектаціями життєдіяльності) тощо [53, с. 17]. Привернімо увагу й до висновку О. Л. Солдатової: кризи в професійній сфері – це закономірний феномен; професійні кризи – їхнє виникнення, перебіг і форми подолання – сув’язні з віковими етапами розвитку особистості [120].

У психології діяльності мають місце різні підходи до трактування ролі трудової діяльності в розвиткові особистості (В. Й. Бочелюк [22]). Зокрема, виокремлюються актуальні умови та визначальні чинники професійної соціалізації, а також фактори, котрі спричиняють професійну кризу [24]. На взаємозв’язкові процесів адаптації та соціалізації наголошує Л. В. Боярин: соціальна адаптація є неодмінною умовою і результатом успішної соціалізації. «Соціальна адаптація, – пише дослідниця, – служить логічним підсумком глобального процесу соціалізації, тоді як соціалізація є етапом становлення індивіда і залучення його до основних норм, цінностей і соціокультурних інституцій для виконання в подальшому тієї або іншої соціальної ролі» [29, с. 56]. Трактування професійної діяльності як певної абстракції є хибним, наголошують Л. В. Боярин та А. М. Журба, адже кожен вид діяльності зумовлює особливі вимоги до особистості працівника [26]. У свою чергу, Н. О. Антонова, відзначає, що перебіг професійної соціалізації, як правило, перебуває під значним впливом зв’язків особистості з первинною сім’єю. Сама спрямованість соціалізації, особливості мотивації та комунікативні навики визначаються саме зв’язками з сім’єю. Надзвичайно важливим є й те, що професійна соціалізація потребує акту самообмеження – витіснення зі сфери життєдіяльності тих напрямків активності, котрі не відповідають інтересам професійного становлення та соціалізації загалом; і цілком очевидно, що особливості самообмеження також зумовлюються фактором сім’ї [6]. У своєму дослідженні А. С. Борисюк, розкриваючи проблему професійної соціалізації, привертає увагу до феномена «професійної ідентичності», яка полягає у формуванні «ми-відчуття», тобто самоідентифікації з професійною групою. «Приналежність до певної групи, – пише А. С. Борисюк, – як відомо, дає особистості відчуття впевненості, безпеки, захищеності, підвищує її цінність у власних очах, самоповагу» [101, с. 371]. Досліджуючи становлення професійної ідентичності, Г. К. Радчук акцентує увагу на взаємопов’язаності процесів «персоналізації та персоніфікації». Дослідниця наголошує на тому, що становлення професійної ідентичності є більш успішним, коли процес персоніфікації превалює над персоналізацією: «професійна роль» має бути більш значущою, аніж статусні атрибути персоналізації [101, с. 355]. Ці результати дослідження, які були отримані Г. К. Радчук, украй важливі, оскільки статусний вимір персоналізації (володіння певними атрибутами, зазвичай, пов’язаними зі споживанням) виключають необхідність самообмеження, яке, у свою чергу, є необхідним за умови персоніфікації з професійною групою. У процесі професійної соціалізації та долання неминучих професійних криз особистість, як зазначає Е. Е. Симанюк, стикається з низкою «бар’єрів», котрі, у свою чергу, також можуть детермінуватися і соціалізацією у первинній сім’ї, і характером відношення між персоналізацією та персоніфікацією, перебігом становлення професійної ідентичності, віковими й екзистенціальними кризами тощо [135]. Суто соціально-психологічний аспект кризи життєдіяльності аналізує В. Б. Шапар. Зокрема предметом дослідження є життєдіяльність в екстремальних обставинах: вимушена еміграція, переселення, безробіття, втрата постійного місця проживання. Соціальні умови, які досліджуються В. Б. Шапарем, спричиняють кризу екзистенціального порядку, оскільки змушують людей стикатися з «останніми питаннями» – сенс буття, сенс смерті, сенс свободи тощо. Екстремальні соціальні умови зумовлюють травматичні наслідки для людської психіки. І, як наголошує дослідник, не можуть бути подолані без соціальної підтримки збоку найближчого оточення й цілевизначеного соціально-психологічного супроводу. Суголосну точку зору висловлює й Т. М. Титаренко: психологічна підтримка, яку людина отримує в умовах кризи, «дає поштовх до активності, на яку людина раніше не наважувалася», допомагає «вибрати оптимальну стратегію опору складним обставинам» [101, с. 60].

Мусимо зазначити, що геть інший погляд на психологічну підтримку в екстремальних ситуаціях, аніж той, який висловлений В. Б. Шапарем і Т. М. Титаренко, поділяє Ю. М. Швалб. Дослідник виокремлює десть посутніх характеристик кризових ситуацій. Передусім, Ю. М. Швалб наголошує: зміна ситуації є об’єктивною характеристикою життя. Далі він зазначає, що будь-який суб’єкт прагне усталеності умов життя, що виражається «у феномені буденного життя і буденної свідомості». У такий спосіб науковець виокремлює два засновки, на яких і базуються його подальші умовиводи. Відтак, Ю. М. Швалб подає градацію зміни ситуації життя. Зокрема, він пише: «Ті зміни в умовах життєдіяльності, які компенсуються за рахунок поточної корекції у структурі засобів або в операційній схемі конкретних актів діяльності, ідентифікуються особистістю як *"нормальне" життя* (тут і далі в цитаті виділ. – *Ю. М. Швалба*) і взагалі не сприймаються як зміни. Ті зміни, які викликають необхідність вирішення додаткових завдань в організації та реалізації діяльностей, ідентифікуються як *життєві "труднощі".* Ті зміни, які вимагають від індивіда прийняття нових рішень, ідентифікуються як *життєва "ситуація".* Ті зміни, які стають перешкодою на шляху розгортання усталеного способу життя, ідентифікуються як *"складні життєві обставини"*» [101, с. 38]. Науковець відзначає, що ключовим поняттям для аналізу означеної проблеми є поняття «ситуація»; ситуація ж, у свою чергу, містить два складники: 1) уявлення суб’єкта про обставини життя і 2) «уявлення про способи дії та поведінки стосовно елементів ситуації». Складником, що об’єднує ці два уявлення є образ «мети-предмета», тобто суб’єкт має осягати ситуацію (розуміти і переживати її) як, власне, ситуацію його життя, а уявлення про способи дій – як «план дій», намір, образ діяльності. Дослідник відзначає: ця трискладова система, як правило, є неузгодженою: ситуація може заперечуватися, а усвідомлення актуальних дій – витіснятися, що, звісно, породжує низку психологічних дисфункцій [101, с. 38–39]. Розглядаючи суто складні життєві обставини, Ю. М. Швалб виокремлює два типи імовірних депривацій: а) самостійної реалізації життєвих потреб, б) самореалізації особистості. (Мусимо зазначити, що ці два типи депривації дуже часто сув’язні: важко говорити про необхідність «самореалізації особистості», коли всі зусилля людини спрямовуються на вирішення елементарних і нагальних побутових проблем.) Далі дослідник відзначає, що особистість *завжди* є неготовою до екстремальних життєвих обставин; також наголошує, що віднаходження актуальних способів дій в нових обставинах є неможливим у рамках попередньої Я-концепції, котра стає головним бар’єром на шляху вирішення нової ситуації. Відповідно, Ю. М. Швалб доходить вельми важливого висновку: допомога суб’єкту в складних життєвих обставинах є необхідною, але така допомога має бути тимчасовою, бо може призвести до «подальшого погіршення ситуації і до деградації самої особистості». Сенс допомоги, наголошує науковець, має полягати у фасилітації – «розвиткові особистісної спроможності до самозмінювання». І завершує свої міркування Ю. М. Швалб дуже точною тезою, яка сформульована в афористичній формі: «Складні життєві обставини починаються з події, а завершуються особистісним учинком» [101, с. 40].

Аналізуючи перебіг професійних криз, В. Л. Зливков проводить розмежування понять «професійне вигорання» та «професійний стрес». Як наголошує дослідник, розбіжність між феноменами полягає, насамперед, у когнітивній сфері. Стрес здатен спричинити дисфункції у життєдіяльності. Одначе, стрес викликає й мобілізацію психологічних функції – активність, спрямовану на подолання стресогенних факторів. Геть інша ситуація, відзначає В. Л. Зливком, спостерігається у випадку професійного вигорання. «При вигоранні людина почувається спустошеною, – пише дослідник, – у неї відсутня мотивація як до діяльності, так і до контролю чинників, які зумовлюють стрес, відсутність надії на покращення ситуації посилює її негативні переживання. Однак важлива відмінність між стресом і вигоранням полягає насамперед у когнітивній оцінці свого стану: людина розуміє, що знаходиться у стані стресу, проте не усвідомлює, що її стан зумовлений вигоранням» [101, с. 334]. Відзначимо також, що Л. О. Китаєв-Смик – дослідник діяльності в ситуації стресу – розглядає стрес як, насамперед, ситуацію діяльності: сукупність обставин і факторі, котрі вступають у суперечність із попереднім досвідом діяльності. За результатами досліджень, проведеними Л. О. Китаєвим-Смиком, перебування суб’єкта в умовах стресу має наслідком або погіршення результатів діяльності, або ж навпаки їхнє істотне зростання. Така розбіжність корелює зі ступенем компетентності суб’єкта: професіонали зі значним досвідом під впливом стесогенних факторів показують кращі результати діяльності, аніж зазвичай; брак професіоналізму в поєднанні зі стресогенними факторами призводить, у свою чергу, до погіршення результатів діяльності [63]. Фактор стресу, зокрема у сфері діяльності професійних спортсменів, досліджувався Т. І. Щербак. Дослідниця, як і В. Л. Зливком і Л. О. Китаєв-Смик, відзначає дуальність стресогенних факторів: стресор може спричиняти і негативні, і позитивні наслідки. Серед важливих факторів діяльності Т. І. Щербак відзначає й апперцепцію часу; здатність вибудувати діяльність у рамках заданих «лімітів часу» є, як показує дослідниця, одним із найважливіших чинників діяльності [101, с. 394]. Аналізуючи психологічні особливості діяльності спортсменів, В. Й. Бочелюк і Н. Є. Завацька так само привертають увагу до управління часом, а також вказують на важливість фактора самообмеження. Необхідність, перед якою стоїть будь-який спортсмен, – це демонстрація в певний час найкращого спортивного результату. Відповідно, самообмеження є необхідним засобом спортивної підготови [25]. Сутнісний характер фактора часу в організації трудової діяльності відзначає й О. М. Кокун. Дослідник розподілив форми трудової діяльності на два типи: «людина–людина» та «людина–знак», тобто діяльність «фахівців у сфері обслуговування». За результатами дослідника, найважливішим фактором у сфері діяльності «людина–людина» є «самоповага», у сфері ж «людина–знак» – «компетентність у часі» [101, с. 314]. Етичний аспект трудової діяльності, суголосно з О. М. Кокуном, відзначають і М. С. Пряжніков та О. Ю. Пряжнікова. Згідно з висновками науковців, перебіг трудової діяльності, зокрема і здатність долати професійні кризи, позначається на самоповазі особистості [107].

Як зазначають науковці (і ми це вже показали), трудова діяльність має фундаментальне значення для життєдіяльності особистості. Відповідно і кризи екзистенціального характеру, зокрема й у сфері трудової діяльності, мають посутній вплив на розвиток особистості. Травматичні ситуації, як показано В. Б. Шапарем, спричиняють не лише психологічні дисфорії, а й ціннісно-смислові кризи. Однак, Г. О. Балл відзначає, що ціннісно-смислові кризи мають витоками не лише суто психологічні процеси та соціально-психологічні ситуації, а вкорінені в культуру як таку. У своїй праці «Раціогуманістична орієнтація» Г. О. Балл звертається до питань ціннісно-смислових настановлень європейської культури. У книзі проводиться чітка лінія: етичні принципи, на яких базується соціальне життя і які є предметом особистісної рефлексії, мають значущість не лише в певних екстремальних ситуаціях, коли людина робить вибір між добром і злом, а володіють онтологічним статусом. Зокрема Г. О. Балл, відзначає визначальність тенденції до розширення людської свободи, що неминуче веде до перегляду статусу трудової діяльності. «Ми звикли наполягати, – пише дослідник, – на значущості формування в юного покоління готовності (зокрема, психологічної) до професійної праці. Ця проблема, безумовно, залишається актуальною. Але, з огляду на все істотніше зменшення (принаймні в економічно розвинених країнах) частки робочого часу (…), не менш актуальною постає проблема підготовки до плідного використання вільного часу» [13, с. 4]. Свобода, за міркуваннями Г. О. Балла, постає як один із психологічних викликів. Звісно, свобода не зводиться до дозвілля, і це очевидно. Однак дозвілля дуже чітко унаочнює виклик свободи. Свобода і необхідність постають двома діалектичними крайнощами, на яких повною мірою розгортаються максимуми відношення людини до життя. Необхідність є фактором детермінації – викликом, який здатен породжувати екзистенціальну кризу, масштаб якої з усією переконливістю передав В. Франкл у своїй праці «Людина в пошуках сенсу»; але неменшим екзистенціальним викликом може бути й свобода – відсутність будь-яких актуальних цілей, що також може мати наслідком екзистенціальну кризу. Відзначимо також тезу С. Д. Максименка, відповідно до якої, виникнення екзистенціальних криз не є напряму залежним від ситуації життєдіяльності: навіть ситуація соціально-політичної й економічної стабільності, життя в «благополучні роки» не є гарантією уникання особистісних криз [101, с. 9]. Виникнення криз екзистенціального штибу має власну логіку та закономірності, а соціально-психологічні фактори лише позначаються на їхньому перебігові. Зокрема С. Д. Максименко виокремлює наступні типи особистісних криз: «*кризи вікового психічного розвитку* (тут і далі в цитаті виділ. – *С. Д. Максименка*); *життєві кризи*, зумовлені травматичними подіями; *кризи стосунків або групові кризи* (…); *професійні кризи*, що характеризуються як нетривалий у часі період кардинальної перебудови професійної свідомості, який зумовлює зміну вектора професійного розвитку; *невротичні кризи*, які часто позначають через внутрішні захисні механізми, похідні від основного конфлікту, які утворюють суб’єктивне відчуття безвиході і тупика, призводять до дезадаптації особистості; *духовні кризи*, пов’язані з проявом у ході розвитку людини неусвідомлених проблем, які спрямовують її до трансцендентних переживань (…); *смисложиттєві (екзистенційні) кризи*, що переживаються людиною як втрата особистістю сенсу в житті, своєї ідентичності, автентичності. Слід додати, що криза духовна та криза смислу життя можуть ототожнюватись» [101, с. 13].

Міркування Г. О. Балла та С. Д. Максименка концептуально перегукуються з поглядами Р. Мейя й І. Ялома. Іноді людині властиво задумується про вельми невизначені та непевні речі – про сенс життя, сенс кожного прожитого дня і сенс неминучої смерті. Погодьмося, це є ті речі, про які не дуже хочеться міркувати. І тому людина приділяє час таким міркуванням лише вряди-годи, скажімо, коли годинник фіксує завершення іще одного астрономічного циклу, або ж, коли приходить чудове свято дня народження. Роздуми про старіння та смерть не дуже спонукають до оптимізму. І тому міркування такого штибу, зазвичай, витісняються найтривіальнішим чином. Та настають ситуації, коли думки на цю тему ігнорувати неможливо. Саме на цьому стикові – необхідності усвідомлювати сенс скінченного життя та схильності не задумуватися про неприємні речі – й зароджується екзистенціальне сприйняття часу.

Проблематика екзистенціального сприйняття часу найсистемніше, як на наш погляд, проаналізована в монографіях Р. Мейя «Сенс тривоги» й І. Ялома «Екзистенціальна психотерапія». Відтак ми простежимо екзистенціальне сприйняття часу та сув’язних феноменів, котрі І. Ялом іменує «екзистенціальними даностями». Згідно з концепцією І. Ялома, є чотири екзистенціальні даності, з якими завше стикається людина: смерть, свобода, безглуздя, ізоляція. Саме згадані даності породжують екзистенціальну тривогу, яка може проявлятися в найрізноманітніших фобіях. Наразі ми привернемо увагу лише до екзистенціальної тривоги смерті, оскільки ця тривога є базовою і найбезпосереднішим чином стосується проблеми часу.

У трактуванні тривоги І. Ялом слідує за концепцією Р. Мейя, що представлена в монографії «Сенс тривоги». Зокрема, Р. Мей, який, у свою чергу, звертається до творчості С. К’єркеґора [75; 134], докладно аналізує зв'язок між феноменами, відображеними в поняттях «тривога» та «страх» (фобія). «Страх, – зазначає Р. Мей, – це реакція на конкретну небезпеку, в той час як тривога неконкретна, "невизначена" й "позбавлена об’єкта". Характерні прояви тривоги – почуття невпевненості та безпорадності перед небезпекою» [91, с. 215]. Раціональний, вказує Р. Мей, страх відображає розуміння наявності конкретних небезпек – імовірності негативних для особистості наслідків, які можуть настати в наслідок реалізації певних об’єктивних факторів у певній конкретній ситуації. Страх такого штибу – це психологічне переживання, яке спричиняється раціональним оцінюванням ситуації. Цілком очевидно, що людина не може жити (і не може вижити), якщо вона позбавлена здатності усвідомлювати небезпеки й переживати страх – загрозу власному існуванню.

Але є істотна відмінність між раціональним страхом і страхом, що спричинений екзистенціальною тривогою – невротичним страхом. Останній є вторинним щодо тривоги. Він іде не за раціональним оцінюванням ситуації, а за перманентною тривогою. Оскільки тривога, як зазначав Р. Мей, є невизначеною, то невротичний страх набуває своєрідної довільності за своїм опредметненням. Страх, у тому числі й невротичний, має усвідомлюватись як переживання загрози збоку чогось конкретного, щось неодмінно повинне оцінюватись як джерело загрози. Відтак, опредметненням страху може стати будь-що. По суті, невротичний страх є лише своєрідним оформленням, маркуванням тривоги; невизначене переживання тривоги тільки матеріалізується в певному ставленні до тої чи тої речі, того чи того явища. За словами І. Ялома, «Тривога прагне перетворитися на страх. Страх – це боязнь чогось, якоїсь речі, що має координати в часі та просторі».

Для того, щоб виокремити ці відмінності, потрібно спершу відповісти на таке запитання: а чому людина здатна переживати ірраціональний страх смерті й загроженості інших життєво важливих цінностей? Життя людини, звісно, скінченне, але ми не живемо з гаслом «пам’ятай про смерть». Кожна особистість відстоює свій «життєвий простір» – своє право на вільний вибір, а іноді й право на власну відповідальність за власне-таки життя, що вельми важливо для реалізації свободи [87; 89; 90; 138]. Ми переживаємо любов інших людей, любимо інших людей, однак, попри все, завше залишаємося самотніми; і жодні соціальні зв’язки (напевно, й переживання містичного єднання з Богом) ніколи до кінця не витісняють іманентну самотність. Тож, питання: чому виникає ірраціональне переживання екзистенціальної тривоги?

Відповіді Р. Мейя й І. Ялома різні. Перший акцентує увагу на двох поняттях, які були введені З. Фройдом, це – комплекс кастрації та тривога сепарації. Що є комплекс кастрації за своєю суттю, якщо відкинути всі метафоричні конотації, закладені в цім понятті? Передусім, це – пригнічення творчого потенціалу особистості, нагнітання настановлення, що особистість є безпорадною, не здатною на вчинок, безвідповідальною, а отже й сама по собі не становить жодної цінності, ані для соціуму, ані для найближчого оточення, ані для самої себе. Цілком очевидно, що навіювання такого настановлення може відбуватися не тільки в ранньому дитинстві, а й у подальші вікові періоди. Інша річ, що дитинство – це той віковий період, коли найменший брак любові, турботи та поваги до дитини робить такі навіювання абсолютно неминучими, оскільки зникає перепона, котра заважає акцентувати увагу на об’єктивній безпорадності дитини. Раціональність метафоричних конотацій у фройдівському понятті пов’язана і з тим, що саме батько є тією соціально-рольовою фігурою, котра прищеплює звагу до творчої діяльності. Й у цім сенсі варто привернути увагу до праць Р. Мейя «Сила та невинність» [90] і «Мужність творити» [88], в яких по суті обґрунтовується концепція конструктивної агресії як передумови творчості.

Однак, більше уваги Р. Мей приділяє проявам тривоги, які спричиняються загрозою сепарації – відторгненням збоку матері. Емпіричні дослідження тривоги Р. Мей проводив у притулку для самотніх матерів. Дослідник відзначає, що в жінок, які перебували в притулку, було більше, аніж достатньо об’єктивних підстав для тривоги. Відповідно, особливість дослідження полягала й у тому, що всі жінки (12 осіб) перебували у «кризовій ситуації» [91, с. 275]. Проте, за результатами дослідження, тільки у двох жінок був виявлений «високий» рівень тривоги, в п’яти «помірно високий», двох «помірно низький» і трьох – «низький». При чому, ступінь відторгнення, якого зазнавали жінки з боку своїх матерів, не завжди корелював із рівнем їхньої тривожності. Скажімо, обидві жінки, які мали «високий» рівень тривожності, зазнали «високого ступеня відторгнення»; разом із тим, такого самого «високого ступеня відторгнення» зазнавали й інші дві жінки, одній із яких, проте, був властивий «помірно низький», а другій – «низький» рівень тривожності [91, с. 361]. Ця розбіжність руйнувала початкову робочу гіпотезу, згідно з якою рівень тривожності та ступінь відторгнення мусили б однозначно корелювати. Подальший аналіз змусив Р. Мейя переглянути гіпотезу й дійти висновку: «не відкрите відторгнення матір’ю є первинною травмою і джерелом страху, а, радше, *приховане відторгнення, замасковане брехнею та лицемірством*» [88, с. 62]: жінки, які зазнавали відторгнення, але не переживали тривожності, походили з робітничих родин, і не мали жодних ілюзій щодо того, як ставляться до них їхні батьки й матері насамперед. Відтак, можна бачити, що чинник відторгнення позначається на рівні тривожності, утім він проявляється під впливом соціокультурного чинника.

Особливістю концептуалізації екзистенціальної тривоги, яка запропонована І. Яломом, є відхід від традиційного трактування базальної тривоги як спричиненої комплексом кастрації та загрозою сепарації. І. Ялом акцентує увагу не на «археологічних» пошуках первинної травми, а на ситуації «тут і нині». Первинна травма в будь-якому випадкові (усвідомлюється вона суб’єктом, чи не усвідомлюється) залишається в минулому. До того ж і усвідомлення травми ще не є фактором, який автоматично веде до подолання тривожності. Разом із тим, по-перше, як переконливо довів Р. Мей, тотожна ситуація, котра мусила б спричиняти травму, може і не зумовлювати її; по-друге, подолання невротичних наслідків так чи так, а має відбуватися не в минулому (попри рефлексивний процес пригадування), а в теперішньому часі. Відповідно, робить висновок І. Ялом, терапія має зосереджуватися не на заглибленні в минуле, а на теперішній ситуації, в якій перебуває суб’єкт. Отже, безпосереднім предметом аналізу має бути екзистенціальна тривога смерті нині, екзистенціальна тривога перед свободою, безглуздям та ізоляцією нині, в цей конкретний момент життя.

Характеризуючи висвітлення в науковій літературі відношення людини до смерті, І. Ялом відзначає гідний подиву парадокс: попри те, що смерть є абсолютно очевидною реальністю – загрозою, яка чатує на кожну людину, попри те, що смерть узагалі не піддається бодай-якійсь переконливій раціоналізації, досліджень, котрі розкривали б відношення людини до смерті, – вкрай обмаль. Окремо І. Ялом розглядає теорію З. Фройда й показує, що З. Фройд банальним чином замінив тривогу, пов’язану з усвідомленням смертності, поняттям тривоги, що спричиняється комплексом кастрації. І в цьому є певна рація, каже І. Ялом, адже смерть і є абсолютна й остаточна кастрація – цілковите «закриття» проекту людина, хрест на всіх творчих зачинах, задумах, сподіваннях і будь-яких можливостях узагалі. Проте феномен тривоги смерті є ширшим, аніж феномен тривоги кастрації. Відповідно, теоретико-методологічне опредметнення тривоги смерті як комплексу кастрації неминуче призводить до викривлення пізнання. І тут, як вважає І. Ялом, у цьому зведенні екзистенціального феномена до одного з його проявів, дається взнаки відношення до смерті, властиве і самим психологам: смерть є, але це те, що наразі не стосується, ані мене, ані мого клієнта, й узагалі, уголос міркувати про смерть – моветон, поговорімо ліпше про комплекс кастрації. Відтак, витіснення тривоги смерті, до якого вдаються і самі психологи, не сприяє докладному вивченню проблеми.

У своєму дослідженні тривоги смерті І. Ялом обґрунтовує «дві основні тези, котрі мають фундаментальне значення для психотерапевтичної практики.

1. Життя і смерть взаємозалежні; вони існують одночасно, а не почергово; смерть повсякчас проникаючи в межі життя, справляє величезний вплив на наш досвід і поведінку.

2. Смерть – первинне джерело тривоги і тому має фундаментальне значення як причина психопатології».

Поміркувавши над цими тезами, можна бачити, що вони розкривають два різних відношення до смерті. Друге відношення І. Ялом одразу позначає як психопатологічний, а не невротичний прояв. По суті йдеться про майже тваринний, паралізуючий страх перед смертю. Переживання такого страху радикальним чином виносить людину за межі психологічної норми, під якою наразі варто розуміти здатність до продуктивної життєдіяльності. Показово, що прояви такого страху І. Ялом фіксує в дітей. Зокрема, він висловлює такі «постулати»: «У ранньому віці дитину глибоко поглинає питання смерті; подолання дисфоричного страху знищення – фундаментальне завдання розвитку. Щоб справитися з цим страхом, ми зводимо захисти проти усвідомлення смерті, базуючи їх на запереченні, вони ж і формують наш характер; якщо ж ці захисти дезадаптивні, вони породжують клінічні синдроми. Іншими словами, психопатологія є результатом неефективних способів трансценденції смерті».

Поряд із згаданою формою захисту шляхом трансценденції І. Ялом описує й два інших способи захисту – це конструювання наративів про «персонального спасителя» та «персональну винятковість». Ці наративи мають універсальний характер, тобто вони в тій чи тій формі поділяються кожною людиною, а також у найрізноманітніших формах реалізуються в кожній культурі. Дослідник наголошує: ці наративи можуть набувати як конструктивних, так і деструктивних проявів. Також зазначає, що вони, як правило, комбінуються: я – унікальний, і якщо інший янгол-охоронець (Бог, доля, провидіння тощо) й омине своєю увагою, то мене, звісно, ні, я ж бо – унікальний.

Конструктивний потенціал цих наративів полягає в тім, що вони надають людині своєрідні додаткові виміри міцності. І традиційні риторичні форми – все минеться, все обернеться на краще – це типові прояви віри в персональну винятковість. Ця ж таки віра є й істотною опорою в діяльності, зокрема й у творчій. Бо створювати нове, долати стереотипи і скепсис – вочевидь неможливо, якщо бракує віри у власну спроможність діяти. Не менш очевидні й негативні прояви цих наративів, коли вони призводять до дезадаптації, – це нарцисизм (потреба в ненастанному оцінюванні іншими «винятковості» людини) й інфантильність – невтомне очікування, коли «персональний спаситель» залагодить усі труднощі.

А тепер звернімося до першої тези І. Ялома, про повсякчасне взаємопроникнення смертні та життя. Працюючи з хворими на рак, І. Ялом завважив, наскільки постановка смертельного діагнозу може радикально змінювати людину та спосіб її життя. Смертельний діагноз – це по суті дискурсивна форма, за посередництва якої смерть переноситься із площини «десь» і «колись у майбутньому» до площини «тут і нині». Винесена за допомогою захисту до трансцендентної площини, смерть повертається до площини реальності – в те місце, де перебуває людина, й у той час, у якому живе людина. Із «колись у старості» вона стає «через місяць-два, максимум – через півроку, якщо не буде ускладнень». І це вщент розбиває всі форми захисту. Бо нова дискурсивна структура – про неминучість смерті – руйнує звичний і комфортний дискурс про невразливість життя.

Психологи-практики дуже часто стикаються з таким явищем як «відкладання життя на потім». Людина живе з вірою в те, що в неї завжди є час, щоб «потім», «згодом», «коли буде нагода» реалізувати свої плани. Потім можна буде подорожувати, розірвати осоружні стосунки, сказати важливі речі… «Потім» – найбільш насичений проміжок часу. Але трапляється така мить, коли стає очевидним, що жодного «потім» уже немає. І таке усвідомлення – жодного «потім» не існує (і не обов’язково з причини смертельного діагнозу) – може радикально змінити життя людини. Бо ті форми захисту, за допомогою яких дитяча свідомість рятується від страху смерті, блокують і усвідомлення скінченності життя, а відтак і перешкоджають продуктивності життєдіяльності.

Яким чином присутність смерті в житті здатна позитивно впливати на життєдіяльність? Утім сформулюймо це питання по-іншому: завдяки чому входження дискурсу про смерть до дискурсу про життя здатне змінити когнітивні настановлення людини та практики її життєдіяльності? Смерть немає жодних позитивних конотацій. Позитивні сенси можна знайти лише в житті – це очевидно і майже банально, якщо не збагнути іншу «банальність»: життя скінченне і скінченність ця може настати будь-якої миті, над якою людина невладна. Тривога скінченності життя, неминучої скінченності життя, може бути потужним чинником самоактуалізації. Утім питання: завдяки чому? – завдяки усвідомленню свободи людини та її відповідальності за реалізацію власної свободи. І тут людина стикається з іншою екзистенціальною даністю – безглуздістю життя. Радикально критичний погляд на світ змушує усвідомити надзвичайно неприємну річ: наша раціоналістична культура нездатна запропонувати людині несумнівний сенс життєдіяльності. Цей сенс людина мусить знайти сама і для себе. І це – спосіб і передумова реалізації свободи.

Таким чином, до снаги бачити, що ті форми психологічного захисту, за посередництва яких долається тривога смерті, по суті набувається здатність особистості жити за очевидної неминучості смерті, мають своїм предметом «дискурсивну гру» з часом і простором. Має місце існування взаємопов’язаних дискурсів: 1) невразливого для смерті дитинства; 2) невразливої для смерті «персональної винятковості», що перебуває під захистом «персонального спасителя»; 3) старості – простору та часу, в якому й об’єктивується смерть. Психопатологічні наслідки таких дискурсивних форм витіснення тривоги смерті – нарцисизм та інфантильність. Водночас, чітке усвідомлення скінченності життя, тобто усвідомлення смерті не як віддаленої в інший простір і час, а як присутньої «тут і тепер», сприяє особистісній самоактуалізації.

Отже, проблемі діяльності людини в кризовій ситуації, зокрема в умовах професійних криз, присвячено чимало праць, докладно проаналізувати які не є можливим. Наразі ми звернулися лише до останніх досліджень, здійснених українськими й окремими зарубіжними науковцями. Проведений аналіз наукових праць свідчить про те, що феномен кризової ситуації трактується дослідниками як певна *сукупність подій, котрі виходять за меді буденного досвіду*. Однак важливим є й те, що для подолання кризової ситуації необхідно, аби ситуація сприймалася суб’єктом як, власне,кризова, бо тільки у цьому випадку можливою є адаптація до нових обставин діяльності. Перепоною для віднаходження нових форм діяльності можуть виступати певні блоки, пов’язані, насамперед, з Я-концепцією особистості, зокрема може мати місце превалювання персоналізації над персоніфікацією. Криза у професійній діяльності, зазвичай, опредметнюється науковцями як об’єктивний і закономірний феномен, зумовлений ситуацією трудової діяльності, загальним професійним становленням і віковими кризами. Важливим є й висновок науковців про те, що кризи, спричинені стиканням з екстремальними умовами, а також професійні кризи, завше сув’язні з так званими екзистенціальними кризами, котрі є наслідком «зустрічі» особистості з «екзистенціальними даностями» – смерть, свобода, нонсенс, ізоляція. Це підводить нас до висновку, що дослідження професійних криз має включати також аналіз відношення особистості до екзистенціальних даностей, зокрема особистісної рефлексії психологічного часу, в якій фокусується сприйняття людської екзистенції. Також, попри значну увагу науковців до найрізноманітніших аспектів криз у професійній сфері, детальнішого аналізу потребують соціально-психологічні чинники, зумовлені постіндустріальною культурою. Потребує подальших досліджень і феномен особистісного самообмеження в процесі подолання криз у професійній сфері, оскільки саме завдяки механізмам самообмеження реалізується вольовий і ціннісно-смисловий аспекти вчинку, спрямованого на подолання кризових ситуацій.

**1.2. Самообмеження в контексті процесу соціалізації особистості соціального працівника**

Поняття «самообмеження» розглядалося дослідниками як явище, що відображає контроль індивідом його відношення до зовнішнього світу [147]. Як правило, самообмеження проявляється у сфері споживання матеріальних благ і культури. Суспільство, особливо в добу загального споживання, спонукає до максимально можливих обсягів споживання. Як наслідок, споживання може набувати достоту невротичного характеру (К. Горні). Тож і невипадковим є іронічний вислів: гарний споживач – невротичний споживач. У випадку невротичного споживання акт купівлі речі чи послуги виступає формою заміщення певного емоційного дефіциту [146]. Таким чином, у самообмеженні можна бучити спробу контролю невротичного відношення щодо тих, умовно кажучи, пропозицій, із якими світ товарів і послу звертається до людини. Безперечним є й те, що самообмеження може мати як осмислений (раціональний) характер, так і характер невротичний за своєю суттю. Тобто, невротизм особистості може проявлятися у споживанні й у відмові від споживання. Інший аспект самообмеження – це відчуження [1; 5]. Відчуження проявляється не у формі цілковитого поглинання особистості суспільними нормами і стандартами (про що писали М. Горкгаймер [132], Г. Маркузе [31] й Е. Фромм), а у десоціативній формі. У цьому випадку відчуження особистості, фактично, тотожне її запереченню культури та соціальних зв’язків. Світ не відповідає ідеалістичним уявленням особистості, і тому особистість заперечує цінність цього світу. Фактично, ми маємо справу з кризою соціалізації особистості, яка проявляється у відчуженні від цінностей культури та соціальних благ, оскільки вони недоступні особистості в прийнятній для неї формі [136, с. 6]. У психологічних дослідженнях, значною мірою, без уваги залишається феномен самообмеження, який віддзеркалює порушення внутрішньоособистісних зв'язків, що нерідко призводить до серйозних деформацій особистості. І хоча в науковій психологічній літературі поняття «обмеження» і «самообмеження» зустрічаються досить часто, але, в основному, вони використовуються без конкретизації їх психологічного змісту і поза зв'язком з іншими феноменами самосвідомості особистості.

В умовах глибокої кризи людина нерідко зневірюється в собі й у надії на майбутнє. Саме індивідуальна самоорганізація кожної особистості на рівні самосвідомості може відкрити реальні можливості для виходу людини із кризи та подальшої самореалізації [7]. Це можливо лише шляхом усвідомлення й переживання своєї особистісної причетності до всього, що відбувається у світі й насамперед до того, що відбувається із самою людиною. Екзистенціальний конфлікт особистості з її одиничністю й неповторною долею завжди залишається для суспільства ірраціональним. Тому звернення до феномена самообмеження, до вивчення його взаємозв'язку з «образом Я» уможливлює глибше розуміння особливостей розвитку особистості в сучасному суспільстві.

Вагоме теоретико-методологічне значення мають суперечності, які спостерігаються в проявах самообмеження, та протиріччями в трактуванні цього феномена:

– протиріччям між важливістю вивчення феномена самообмеження особистості у світлі сучасних соціально-психологічних та індивідуально-психологічних тенденцій до ізоляції людини, «атономізації» індивіда в суспільстві й недостатньою науковою розробленістю проблем самообмеження;

– протиріччям між декларованими гуманістичними цінностями суспільства в цілому й окремих його інститутів, зокрема тенденцією обмеження особистості суспільством;

– широким застосуванням термінів «обмеження» і «самообмеження» без наповнення їх конкретним психологічним, феноменологічним змістом;

– фактичною відсутністю на практичному рівні праць з вивчення співвідношення феномена самообмеження з «образом Я» особистості, які стосуються центральних проблем самосвідомості, будучи роз'єднаними різними науковими традиціями [143].

Зазначені причини й протиріччя вказують на необхідність конкретизації змісту феномена самообмеження, його співвідношення з «образом Я» особистості й прояву цього співвідношення в уявленнях особистості про саму себе (Л. В. Боярин [27; 28]). Отже, проблема самообмеження особистості, не дивлячись на свою актуальність, не одержала достатнього висвітлення у науковій літературі, передусім у психологічних дослідженнях. У контексті нашого дослідження слід звернути увагу на такі поняття, як «самозаперечення» та «самозречення» й навіть «моральний мазохізм», які пов’язують й дозволяють розкрити психологічну природу поняття «самообмеження» [30].

Отже, самозречення – практика навмисного утримання від задоволень, найчастіше застосовується тими, хто пропагує аскетизм, хто вважає, що жертвує поверхневими й тривіальними задоволеннями заради певної мети або відповідної психологічної переваги. Психологічно самозаперечення є формою відмови від власної природи. У рамках нашого дослідження самозаперечення розглядається як прояв кризи людського існування [38].

Майже щодня ми зустрічаємося з феноменом під назвою «екзистенціальний вакуум». Користуючись потребою у пошукові екзистенціального сенсу, тоталітарні релігійні організації створюють прості «життєдайні істини» наголошуючи на тому, що вони доступні кожному. Такі «істини» не вимагають «логічних доказів», які підтверджують істинність тієї або іншої релігійної доктрини. І тому немає нічого дивного в тому, що духовність більшості сучасних людей правильніше було б назвати квазірелігійністю.

Згідно з гештальттерапією, невротиком є той, хто відмовляється від свого справжнього «Я» і намагається реалізувати «Я», яке прагнуть бачити в ньому інші. Відмовляючись від самої себе, особистість прагне бути кимось іншим, адже саме в цьому випадку вона позбувається почуття самотності й тривоги. Однак така людина стає надзалежною особистістю. Усі її фізичні й розумові дії детермінуються страхом бути відторгненим тією групою, яка дала їй щиру підтримку й рівновагу. Хоча вона відчуває певну симпатію групи, але це аж ніяк не любов, як вважає сам індивід, оскільки любов передбачає наявність незалежності й волі. Саме тут невроз виступає як особиста форма квазірелігії. Зрозуміло одне: у тоталітарних релігійних організаціях індивід живе у світі, з яким втратив усі справжні зв'язки, у якому все інструменталізоване. Він знає, яких думок, почуттів, бажань очікують від нього навколишні, і тому мислить, почуває й бажає відповідно до цих очікувань, втрачаючи при цьому своє «Я», на якому тільки й може бути побудована справжня впевненість вільної людини. Втрата свого «Я» викликає глибокі сумніви у власній особистості й тим самим підсилює потребу в пристосуванні. Якщо я являю собою лише те, чого, на мою думку, від мене очікують, то хто ж я? Чи є в мене докази існування власної ідентичності, крім мого фізичного тіла? Втрата власної сутності перетворює конформізацію в імператив: людина може бути впевнена у собі лише в тому випадку, якщо живе відповідно до очікувань інших. І в результаті такого неправильного відкидання себе втрачається й сама індивідуальність [56].

Коли сучасні автори говорять про мазохізм без посилання на сексуальний контекст, вони, зазвичай, мають на увазі моральний мазохізм. Як і інші феномени, морально-мазохістська поведінка необов'язково є патологічною, навіть якщо вона є самозреченням у широкому сенсі слова. Іноді мораль пропонує, щоб ми страждали заради чогось більш вартого, аніж наш короткочасний індивідуальний комфорт.

Поза понятійним колом морального мазохізму термін «мазохістський» використовується при посиланні на паттерни самодеструктивності, що не зводяться до моралі. Наприклад, у схильних до нещасних випадків людей або в тих, хто навмисне, але без суїцидальних намірів, калічить себе, завдає собі болю. Спосіб досягнення морального тріумфу через нав'язане собі страждання може стати таким звичним для людини, що його варто розглядати як особистість, яка має мазохістський характер.

Отже, самозаперечення й самозречення як суттєві чинники неприйняття особистістю свого реального «Я» виявляють позитивні й негативні наслідки. Позитивні наслідки полягають у спрямованості особистості щодо радикальних змін та самозмінювань, внаслідок чого відбувається її розвиток. Негативні – пов’язані із становленням та закріпленням негативної «Я-концепції» й оформленням деструктивних аспектів, а саме: морального мазохізму, невротичного характеру, психопатологій тощо. Мабуть, найабсолютнішою, граничною мірою самообмеження є самозаперечення. Тобто людина за своєю волею відмовляється від свободи або максимально сама собі її обмежує.

Варто відокремити поняття «обмеження» та «самообмеження». У своєму класичному дослідженні «Уведення в кібернетику» Р. Ешбі дає формальне визначення обмеження: це відношенняміж двома множинами, яке виникає, коли різноманітність, що існує при одній умові, менша, ніж різноманітність, що існує при іншій умові. Для того, щоб зрозуміти ступінь обмеження, необхідно знати максимальний ступінь різноманітності. «Інтенсивність обмеження [різноманітності] проявляється у тому, наскільки вона зменшує кількість можливих розташувань (варіантів, arrangements)». Й далі Р. Ешбі додає: вочевидь, неможливо розкласифікувати обмеження [різноманітності] будь-яким простим способом, тому що вони включають усі випадки, у яких деяка множина, з якоїсь причини, виявляється меншою, ніж вона могла б бути. Фізичний і соціальний світ сповнений ситуацій обмеження. Ми настільки звикли до існування обмежень, що, як зазначає науковець, приймаємо їх як щось само собою зрозуміле й навіть не завжди усвідомлюємо їх існування. Якщо наукову діяльність розглядати не тільки як пошук вирішення проблем, але і як діяльність щодо постановки проблем, котрі стосуються того, що вважається очевидним або сприймається як «природнє», то знову поняття «обмеження» є дійсно необхідним. Щоб уявити собі світ, позбавлений своїх звичайних обмежень (різноманітності), нам довелося б звернутися до чарівних казок або до «божевільного» фільму, але ж навіть у них відсутня лише деяка частина всіх обмежень. Світ без обмежень був би повністю хаотичним.

Оскільки суспільство можна розглядати як ієрархічну багаторівневу систему, то обмеження можна аналізувати на будь-якому рівні, окрім того один рівень можна розглядати в якості обмеження стосовно іншого. Зважаючи на вищевикладене можна зробити висновок про те, як суспільна діяльність, практика створює власні обмеження у вигляді об’єктивованих результатів попередньої практики. Тобто аналіз суспільної практики має діалектичний характер, оскільки є як аналізом процесів, стримуваних подібними обмеженнями, так і процесів заперечення та зняття обмежень.

Перший рівень, на якому ми виявляємо обмеження, – це рівень нашої біологічної організації й фізичної структури оточуючого світу. Історію розвитку техніки можна представити як історію спроб подолати біологічні й фізичні обмеження: літак і підводний човен, мікроскоп і телескоп дозволили нам подолати обмеження, що накладаються будовою нашого біологічного тіла й фізичного світу. На цьому рівні теорія повинна взяти до уваги розвиток науки, що призводить до формулювання природніх законів і їх застосування для того, щоб подолати обмеження біологічних й фізичних властивостей. З погляду соціальної науки, теорія на цьому рівні повинна враховувати історію науки й техніки та співвідносити її з економічним і соціальним розвитком, вказуючи на їхній взаємозв'язок. Теорія також повинна досліджувати, як успішне подолання обмежень породжує нові обмеження.

На противагу повсякденним уявленням про те, що «закони природи» примушуютьнас поводитися так, а не інакше, варто відзначити, що закони статі не роблять нічого подібного. Ми самі сформулювали закони природи в процесі власних спостережень, на основі постійних явищ та тих, що повторюються. Закони природи не змушують нас здійснювати певні дії, але, скоріше, чинять перепони в процесі, коли нам необхідно виконати їх, що не виключає волі людського вибору. Оскільки на всіх рівнях обмежень, які ми аналізуємо, існує певна свобода вибору за умови, що ми готові прийняти його наслідки. Положення про «свободу вибору» відіграє важливу роль і має серйозні наслідки як теоретичного, так і морального плану.

Переходячи від світу фізичного до світу соціального, ми виявляємо все більше складнощів і усе менше законів. Другийрівень обмежень – рівень соціальної системи. Існуючі економічні, соціальні, політичні й культурні процеси та їх внутрішня динаміка встановлюють межі наших можливостей діяти. І знову дане твердження має силу за умови, що ми готові відповідати «правилам гри» і вважати санкції проти певних типів дій заборонними. Наявні відносини власності, владні відносини й суспільний поділ праці, правові норми, традиційний порядок дій, звичаї й успадковані думки, також як і приналежність до статі, класу, етнічної групи, – усі вони разом складають заборонні й обмежувальні умови. Їх можна підсумувати, сказавши, що ми з'являємося на світ – у соціальну систему, котра вже склалася й характеризується згаданими суспільними відносинами й процесами, котрі обмежують нашу волю. Вочевидь, непотрібно говорити, що як індивіди ми маємо певну свободу вибору, на яку вказують такі феномени, як злочинність, військові перевороти, контркультура тощо.

У зв'язку із цим викликає сумнів концепція Е. Дюркгейма, згідно з якою «способи мислення, діяльності й відчуття мають ту характерну властивість, що існують поза індивідуальною свідомістю» і «не тільки перебуває поза індивідом, але й наділена примусом, внаслідок чого вони нав'язуються йому незалежно від його бажання» [49, с. 412]. Якщо фраза «існують поза свідомістю» означає, що ми найчастіше діємо, не відаючи, що творимо, або не аналізуємо свої вчинки й норми, які, можливо, впливають на них, то у нас немає заперечень. Але ми не погоджуємось з нею, якщо вона означає, що існує щось «поза нашою свідомістю», «незалежне від наших бажань», щось, про що ми не можемо навіть розмірковувати, або те, що ми не можемо критично оцінити, і, отже, що змушує нас діяти певним встановленим чином. Якщо Е. Дюркгейм вважає, що «соціальні факти» мають силу примусу й змушують суб'єкта діяти незалежно від власного вибору, то й у цьому випадку викликає сумнів така концепція: ніякі «соціальні факти» нікого примусити не можуть, якщо сам індивід того не бажає й готовий до наслідків своєї відмови.

Теорії, що аналізують проблеми обмежень на цьому рівні, – це теорії соціологічного й економічного плану. На третьомурівні ми маємо справу з обмеженнями з боку організацій, у яких живемо й працюємо: родини, підприємства, добровільні громадські об'єднання. Тут має прояв обмеження двох типів: по-перше, існуючий поділ праці перешкоджає змінам. Більше того, розподіл влади й авторитету, завдяки процесам другого рівня, має прояв у повсякденному функціонуванні даних організацій. Будучи включеними в ієрархічну організаційну структуру, її члени обмежені у своїх діях і найчастіше змушені діяти всупереч своїй меті або цілям, яким суспільство загалом надає більшу цінність.

У всіх цих організаціях існують правила й норми, які зумовлені із цілями й діяльністю подібних організацій, так і пов'язані з використанням ресурсів, що перебувають у розпорядженні організацій. Особливий інтерес у даному контексті викликають робочі місця. У суспільстві, мабуть, не існує іншої сфери, де теорії мотивації використовувалися би настільки широко, як при поясненні того, чому люди працюють або не працюють і як стимулювати їх до праці. «Мотивація стала проблемою як для соціальних наук, так і для самої організації праці тільки тоді, коли зник або був загублений зміст праці... Внаслідок цього теорії мотивації перетворилися у сурогат пошуку змісту праці.

Складність аналізу трудових відносин визначається самою організаційною структурою багатьох робочих місць: вона більш-менш авторитарна, за структурою команд і односпрямованими каналами комунікації схожа на військову. У демократичному суспільстві, де люди привчені ухвалювати демократичні засоби й цілі як свої власні й прагнути до них, реальний досвід, що оформлюється на робочому місці, суперечить офіційно прийнятим цілям суспільства, і тому слугує обмеженням його автономії.

Не звертаючи уваги на законні прагнення й очікування працівників, ними намагаються «управляти» за допомогою «сил мотивації». Усе це робиться на основі припущення про те, що працівники не здатні, не бажають або не в змозі зрозуміти технічні, організаційні й соціальні аспекти трудового виробничого процесу (як і суспільних інститутів у цілому).

Слід зазначити, що поняття «природа людини» в цілому становить основу теорій мотивації, що намагається описати «потреби», які необхідно «активізувати» або породити, щоб добитися від працівників «задоволення» працею. Звідси виникли всі ці теорії (починаючи з «наукової організації праці» до «людських відносин» на виробництві й «квазіучасті» в управлінні), що пропонують «стимулювання мотивації до праці», заснованої на «потребах». Теорії мотивації поєднує переконання в необхідності підштовхнути людину, щоб вона стала активною. Теорія організацій рідше оперує термінами перешкод і обмежень, які потрібно усунути, щоб полегшати здійснення дій.

Звернемося до четвертогорівня обмежень – рівня міжіндивідуальних дій і взаємодій. На цьому рівні зустрічаються обмеження двох типів: по-перше, обмеження, зумовлені взаємодією при врахуванні формальних правил і запропонованих ролей (наприклад, взаємодія між військовослужбовцями різних звань) або викликаних взаємодією, на яку впливають положення й престиж взаємодіючих індивідів (наприклад, взаємодія парафіянина й священика, лікаря й пацієнта). По-друге, у самому процесі комунікації зустрічаються обмеження всіх рівнів, оскільки всі види вербальної комунікації й усі тексти варто сприймати та розуміти у конкретному контексті.

На п'ятомуй останньому рівні індивід сам встановлює для себе обмеження, хвилюється, не вірить у свої сили або не знає, як подолати ці перепони. Коли обмеження різко звужують вибір імовірних альтернатив, суб'єкту, котрий діє, не залишається нічого іншого, крім як поступитися. А до фактичних обмежень, що виходять із критичного аналізу ситуації діючим суб'єктом, можуть додаватися обмеження, існуючі завжди у вигляді думки діючого суб'єкта про себе й свої здібності. Доки діючий суб'єкт не зважується зробити всупереч накладеним на себе обмеженням, останні будуть перешкоджати надбанню ним досвіду, який змінив би його самооцінку. На цьому рівні психологічна теорія цілком адекватна.

Отже, самообмеження – це здатність узгоджувати прагнення своєї волі з обставинами, які викликані такими ж прагненнями інших воль або закономірностями природи. Така здатність часто сприяє гартуванню високих духовних і фізичних властивостей. Однак, ознаками феномена самообмеження може бути також часткова втрата змісту, суб'єктності й особистісної ідентичності; взаємозв'язок феномена самообмеження з «образом Я» особистості носить взаємодоповнюючий характер. Змістовні характеристики явища самообмеження співвідносяться з когнітивною й афективно-емоційною складовими «образу Я»; специфіка співвідношення феномена самообмеження з «образом Я» особистості проявляється в наявності різних типів «образу Я».

**РОЗДІЛ 2**

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ**

**САМООБМЕЖЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ПРОЯВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЧАСУ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ**

**2.1. Психологічна картина світу: час, простір і життєдіяльність особистості соціального працівника**

Час є тим атрибутом, який людська свідомість включає до власного уявлення про існування будь-якої речі. Тобто, спершу людина фіксує наявність речі, кажучи собі, «це є»; потім уточнює судження, фіксуючи для себе розташування речі у просторі: «це є поряд із», або ж «це є за чимось (перед чимось)», чи «це є в чомусь» тощо; а вже далі конституює існування речі та простору в часі. Таким чином, онтологічна характеристика «це є» неодмінно передбачає також і характеристики «це є десь» і «це є в певний час». І поготів, ці характеристики необхідні: коли ми кажемо «є», то завше кажемо «де саме», а також «коли саме». Відтак, просторова та часова характеристики не являють собою характеристики додаткові. Вони безпосередньо включені в онтологічне мислення про річ (О. Я. Грановська [43], Т. В. Журавльова [50]).

Чи можемо ми відмовитись од просторового та часового мислення про річ? Ні, не можемо. Бо мислити – це й означає встановлювати місце у просторі та локалізацію в часі. Якщо ми хочемо уникнути цих параметрів, то повинні відмовитися од мислення. А як це зробити? – цікаве питання. Але відповісти на нього за допомогою мислення – неможливо.

Звідси ми можемо дійти своєрідної максими: мислення речі – це завжди мислення простору та часу; по суті, річ лише додається до повсякчасного мислення простору й часу. Відповідно, аби змінити уявлення про річ достатньо й необхідно змінити просторові та часові атрибути цієї речі. Про що йдеться? Ідеться про те, що будь-яка річ одночасно існує в декількох просторах. Скажімо, людина: вона існує в фізичному просторі (як тіло), соціальному просторі (як особистість), історичному просторі (як представник певного етносу) тощо. Водночас кожен із цих просторів має власний час – темп змін. Авґустин, погляди якого на час ми розглядали, заперечував би проти такого трактування часу, тобто проти його ототожнення із темпом змін. Аргументуючи свою позицію, зазначимо, що час дійсно конституюється уявою, увагою та пам’яттю. Але час не є тільки уявленим, тим, що перебуває у фокусі уваги, і тим, що є змістом пам’яті. Бо якщо радикально продовжувати міркування Авґустина, ми дійдемо до цілковитого соліпсизму. Цілком очевидно, що про ті зміни, яких зазнає фізичне тіло, ми цілком можемо сказати: вони відбуваються в часі. Так само і зміни соціальні мають часовий вимір. Очевидним також є й те, що ці зміни, скажімо, зміни фізичні мають сенс тільки для спостерігача, бо тільки людина здатна конструювати сенс як такий. Відповідно, ми цілком правомірно можемо казати про час фізичний, час соціальний, час історичної (тощо), маючи на увазі, що є певний сторонній спостерігач, котрий, як бачить собі цей процес Авґустин, розподіляє ці зміни як зміст пам’яті (минуле), зміст уваги (теперішнє) та зміст уяви (майбутнє) [3, с. 124].

Людина існує «тут і нині», але водночас вона несе на собі й історії власного роду, етносу та нації. І ці соціальні відбитки – це відбитки часу, які можуть визначати уявлення про людину й уявлення людини про саму себе (її ідентичність). Цілком очевидно, що змінюючи просторовий і часовий контекст мислення про людину (чи про будь-що інше) ми змінюємо і сам зміст мисленого. Бо одна справа, людина як «образ і подоба Божа», за християнським світоуявленням; але геть інша, «homo ludens» (лат. – людина-гравець), за постмодерною метафорою Й. Гейзінґи [40]. Опредметнювати річ – це й означає давати їй просторове та часове визначення.

Як ми пам’ятаємо, згідно з І. Кантом, річ – це завжди «річ у собі» [61, с. 30]. Явлення ж речі не залежить од самої речі. Воно залежить од суб’єкта. Зокрема і насамперед від того, в який простір і в який час буде «кинута» річ. Це і є опредметнення речі. Адже етимологія слова «предмет» – це словосполучення «перед» і «метати», тобто те, що ми «метнули перед собою». Але «метнути» ми можемо тільки «кудись» (просторова характеристика) і на певну віддаль, у певні межі суб’єктивної досяжності, котра, згідно з Авґустином, конкретизується тільки завдяки уяві (характеристика часова).

До теми онтологічних рівнів часу ми звернемося в іншому підрозділі (наразі наше завдання лише намітити цю проблему, аби надалі, в процесі викладу матеріалу, вона була присутня ніби додатковим тлом). А наразі ми сконцентруємо увагу на темі конструювання картини світу. Бо що є картина світу? – це є визначений простір і визначений час. Це є певна визначеність, котра приймається на віру і вважається чимось очевидним. Відповідно, річ у картині світу завше є предметом, тобто річчю в певному просторовому контексті та часовому вимірі. Таким чином, ми можемо бачити, що коли йдеться про картину світу, то йдеться про очевидність – дещо безсумнівне, дещо прийнятне для нашого досвіду, таке, що не суперечить досвіду, таке, що цілком узгоджується із нашим «здоровим глуздом». Картина світу завжди комфортна для людини, зрозуміла і прийнятна. Однак, коли ми лишень ставимо питання про картину світу, то ми вже тим самим створюємо «фігуру недомовлення»: якщо є картина світу, то ця картина належить певному «пензлеві», а отже, можливою є й інша картина світу, можливі безліч картин світу. Відповідно, вже саме мовлення про картину світу є спробою деконструкції, а це означає: конституювання певної картини світу, зокрема артикуляція її як очевидної – це завше лише половина дискурсу, це – пролог, епілогом якого є остаточна та безповоротна деконструкція картини світу.

Отже, фіксація предметів уможливлюється завдяки сенсорним і когнітивним здатностям людини. Конституювання ж простору та часу – це є апріорна здатність людського мислення [61, с. 58–75]. Тобто будь-який предмет не може мислитися ніяк інакше, як тільки в просторі й у часі. І причина такого мислення предмета – саме мислення: оскільки предмет мислиться, то він завжди мислиться в просторі й у часі, він є немислимим без параметрів простору та часу. Відповідно, річ, яка конституюється свідомістю як предмет, сама свідомість і її апріорне уявлення простору та часу – це необхідні складники картини світу.

Цілком логічно припустити, що людина конституює певну картину світу не як сторонні спостерігач, а як зацікавлений суб’єкт. Людина конституює ту картину світу, яка є адекватною інтересам її діяльності. Це твердження є очевидним, але й небезпечним, оскільки таїть у собі загрозу сповзання до марксистського поняття «класова свідомість» (аналог цьому поняттю ми, напевно, зможемо відшукати й у сучасній культурі, артикульованій дискурс-теоріями). З точки зору герменевтики, відмінності «класових свідомостей» вписуються до загальнішого феномена – «класових антагонізмів». Тобто домінантна для ХІХ ст. картина світу передбачала відмінні класові свідомості, але загальна картина світу, котра містила ці відмінності, залишалася цілісною. Відтак, зробивши таке теоретичне уточнення, ми можемо констатувати: картина світу – це є і засіб, який уможливлює ту чи ту діяльність, і сам результат діяльності; водночас, діючи, будучи включеною до предметної діяльності, людина тим самим і підтверджує істинність картини світу, й істинність уявлень про власну особистість, по суті, реалізуючись як особистість. Відповідно, фактор картини світу як символічний і смисловий простір соціалізації є одним із визначальних у процесі становлення особистості.

Характеризуючи роль картини світу в життєдіяльності людини, Р. М. Свинаренко відзначає, що «нагальність впровадження» цієї «категорії» до шерегу психологічних понять зумовлюється «інтересом психологів до діяльності людини, її життєвого шляху. Ці проблеми пов'язані з особливостями темпорального структурування й систематизації життєдіяльності людини, оскільки, з одного боку, високий темп життєдіяльності в світі, що швидко змінюється, висуває вимоги до організації суб'єктом індивідуального часу, а з другого – процес самореалізації тісно пов'язаний з унікальністю людини» [118, с. 3].

Оцінюючи стан розробки проблематики картини світу та її часового складника Р. М. Свинаренко зазначає: «Незважаючи на різноманіття теоретичних підходів до проблеми часу, все ще залишається нерозглянутою ціла низка проблем: по-перше, співвідношення природничо-наукових, психологічних та філософських підходів до проблеми часу; по-друге, залишається не визначеним місце часової складової в картині світу суб'єкта, її структура й особливості формування; по-третє, виявлення й упорядкування відображення часу в картині світу суб'єкта; по-четверте, система характеристик часу для виявлення типологічних особливостей уявлень про час і переживань часу в картині світу суб'єкта» [118, с. 4].

Концептуалізуючи проблему часу в картині світу суб’єкта, варто брати до уваги той факт, що час, який ми на суто розсудковому рівні трактуємо як дещо абсолютно об’єктивне, разом із тим сприймається і цілком суб’єктивно. Час переживається. Утім, як він переживається? Що є змістом переживань часу?

Відповідаючи на це запитання, можна бачити щонайменше два чинники, які й зумовлюють якість, а також, значною мірою, і зміст переживань часу: 1) соціально-психологічний і 2) діяльнісний. Перший чинник – визначений соціальною стратифікацією і культурою загалом, зокрема, субкультурними нормами. Людина переживає час так, як їй диктує культура. І цей культурний «диктат», у свою чергу, визначається: а) віком людини та б) її соціальним статусом.

Другий чинник – проявляється в процесі діяльності. Стадіальність діяльності, необхідність виконання певних послідовних операцій, які мають часову визначеність, зумовлює і сприйняття часу. І наразі йдеться як про виробничу діяльність, наприклад, працю робітника, лікаря чи вчителя, так і про суто побутовий бік життєдіяльності людини, і навіть вульгарно-фізіологічний бік життя.

Цілком зрозуміло, що своєрідним синтезом соціально-психологічного та діяльнісного чинників буде людська особистість, у цілісності якої вкрай важко роз’єднати складники, визначені соціалізацією та певними винятково індивідуалістичними відношення до життєдіяльності. Саме тому картина світу є водночас: і об’єктивною, оскільки людина інтеріоризує соціальні норми, зокрема норми відношення до фізичного (природного) та соціального часу, і результатом суб'єктивного конструювання, зумовленим індивідуальними особливостями рефлексії, що робить її картину світу дещо відмінною од картини світу інших суб'єктів.

Наразі мусимо також відзначити, що в психології немає єдиного трактування поняття «картина світу». Більше того, саме це поняття вважається більше філософським, аніж психологічним. Загалом, суть справи зводиться до того, що сама психологія, маючи певну картину світу, сприймає її як абсолютно реальну, відповідно, не піддаючи її сумніву. По суті, те що ми називаємо картиною світу є для психології своєрідним «нулем», котрий приймається як точка відліку. Звернімо в цім контексті увагу на те, як Р. М. Свинаренко розмежовує два поняття – «картина світу» й «образ світу». Зокрема, «картина світу» визначається «як сукупність уявлень і переживань суб'єкта про навколишній світ»; «під поняттям "образ світу" розуміється цілісний суб'єктивний образ зовнішньої реальності, побудований на основі індивідуальних відчуттів» [118, с. 9].

Цілком очевидно, якщо формулювання, які запропоновані Р. М. Свинаренком, приймати лише як поняття феноменів, то вони цілком задовільні. Але ці поняття не сформульовані з певної теоретичної позиції. За ними немає теоретико-методологічного інструментарію, котрий уможливлював би подальший аналіз і картини світу, і образу світу. Й у цім контексті можна бачити значущість таких онтологічних параметрів як час і простір. Адже, що є картина світу? – фактично, це онтологічна реальність, до якої входить людина із народженням, яку освоює в рамках соціалізації, і яку або утверджує, або змінює в процесі діяльності.

Звернімо увагу і на те, як час і простір трактуються в психології. У дискурсі психології діяльності час, звісно, трактується як продукт діяльності (К. О. Абульхонова-Славська): час, який є об’єктивним параметром, упорядковує і зумовлює діяльність. Бо ж очевидно, якщо ми візьмемо за протилежність часу – вічність, то жодна діяльність у вічності немає сенсу. Отже, час – це визначальний чинник. (Відзначимо, що саме такий напрямок опредметнення часу й актуалізується в наших дослідженнях).

Другий напрямок дослідження – це опредметнення часу як «часу біографічного», тобто наповненого подіями. Коротко характеризуючи цей напрямок, зазначимо, що його раціональне підґрунтя полягає в простому та зрозумілому судженні: що більше подій відбувається в певний проміжок часу, то більше цей проміжок здається наповненим. Хибою цього підходу є той очевидний факт, що «проміжок часу» може бути наповненим абсолютно безглуздими подіями, або ж подіями, які мають сенс не для самої людини, а для суб’єкта стороннього, який і організовує її життєдіяльність. Згадаймо достеменно класичну критику буржуазних відносин: робітник присвячує весь свій час трудовій діяльності, як наслідок, у нього взагалі не залишається часу для дозвілля і власного особистісного розвитку, а в пíдсумкові – зникає й потреба у власному розвиткові.

Але цю ж таки критику ми можемо екстраполювати й на сучасне суспільство масового споживання: безліч людей подорожують світом, відвідують музеї, споглядають краєвиди, які трактуються в буклетах як «прекрасні», віддають усе своє дозвілля спорту та спілкуванню з друзями. Однак, у цих ненастанних подорожах і незупинних спілкуваннях людина може виконувати лише роль своєрідного «дзеркала», повсякчас тільки відображаючи найновіші віяння та всілякі «тренди». Річ лише в тім, що дзеркало завше лише пласка поверхня, в якій і за якою нічого немає. Найщасливіша людина суспільства масового споживання – це та людина, яка не усвідомлює власної порожнечі. І тому сучасна гуманістична психологія, яка ставить питання про сенс життя і діалог із екзистенціальними даностями, – достеменно деструктивний напрямок думки.

На особливу увагу заслуговує, звісно, й «міжподієва» концепція психологічного часу (Є. І. Гловаха, О. О. Кронік). Основний предмет аналізу в рамках цієї концепції – «особливості суб’єктивної структури міжособистісних (причинних і цільових) відношень». Як зазначають автори, «Одиницею аналізу та вимірювання психологічного часу є міжподієвий зв’язок. При цьому одиницею психологічного минулого є реалізований зв’язок між двома подіями хронологічного минулого, одиницею психологічного теперішнього – актуальний зв’язок між подіями хронологічного минулого та майбутнього, одиницею психологічного майбутнього – потенційний зв’язок подій хронологічного майбутнього» [42, с. 188].

Суть міжподієвої концепції полягає в тім, що людське переживання часу набуває вираженого й чітко опредметненого виміру – міжподієвого зв’язку. Тобто, психологічне дослідження переживання часу отримує конкретний предмет – особистісну рефлексію:

а) подій минулого як причин теперішнього;

б) уявленого майбутнього як цілевизначеної мети, котра, по-перше, визначає діяльність у рамках теперішнього і, по-друге – оцінювання минулого як досвіду, що уможливлює цілевизначене майбутнє;

в) рефлексію теперішнього ситуації, яка є підсумком минулого й уможливленням майбутнього.

У своєму дослідженні Є. І. Головаха та О. О. Кронік акцентували увагу на оцінюванні суб’єктами часових відтинків. Фактично, провівши констатувальне дослідження, вони показали форми особистісних маніпуляцій з оцінками прожитого, життя в даний час і майбутнього життя. Дослідники виявили, що люди, оцінюючи власне життя, конструюють своєрідні «резервуари» минулого та майбутнього, суб’єктивно наповнюючи прожиті роки, або ж, за потреби, розширюючи уявлення про власні можливості, коли міркують про майбутнє.

Отримані результати констатувального характеру мають виняткове теоретичне значення. Водночас, автори відзначають значний психотерапевтичний потенціал здійсненого дослідження, який полягає у можливості вироблення методик, які допомагали б провадити «формування та корекцію життєвої перспективи» та «життєвого шляху особистості загалом» [42, с. 189]. Ставлячи ж проблему в соціально-психологічній площині, дослідники окреслюють завдання спеціальної «психологічної служби», що виявляла б і корегувала б уявлення про «життєві перспективи» в масштабах країни [42, с. 189–190].

На наш погляд, згаданий психотерапевтичний потенціал є безперечним. Одначе й ігнорувати раціональне зерно в ідеї відповідної психологічної служби було б недоцільно. Можливо, саме нині, коли українське суспільство визначилося з «картиною світу», зокрема із власними пріоритетами, й безповоротно входить до нової реальності постмодерної культури, така психологічна служба була б соціально корисною.

Відзначимо й доволі поширений підхід опредметнення часу як «часу індивідуального» з акцентом на рецепції особистістю «об'єктивного часу». У фізиці є щонайменше чотири концепції часу: субстанціальна, реляційна, статична та динамічна. Вони мають у своїй основі два підходи: перший, час – це уявлена реальність (субстанціалізм і релятивізм); другий, час – це становлення (статична та динамічна концепції).

Відповідно, психологічні дослідження, які розкривають індивідуальну рецепцію часу так чи так опиняються залежними від фізичних уявлень про час, бо ж дослідник вимушений ставити собі питання: а який час (яку модель часу) я беру за еталон, відносно якого встановлюю особливості індивідуальних рецепцій часу? Фактично, це є питання про фізичну картину світу, яку насамперед мусить мати час психолог-дослідник, аби виявити картину світу досліджуваного.

Таким чином, ми можемо бачити, що час і простір – це необхідні складники картини світу. Відповідно, картина світу є за своєю суттю – культурним конструктом. Бо уявлення часу та простору – це «віхи», на які орієнтується суб’єкт в процесі соціалізації та життєдіяльності. Разом із тим, культура визначає і відношення людини до часу та простору. Зокрема, відношення суб’єкта до часу регламентується культурними нормами предметної діяльності та соціально-віковими нормами того, як саме суб’єкт мусить позиціонувати себе в соціумі, та, за якими саме критеріями має рефлексувати свій соціальний статус. Зміст цієї рефлексії і є, загалом, тим конструктом, який може бути визначений як відношення особистості до її ж таки суб’єктивного «образу світу».

**2.2. Соціально-психологічні прояви діяльності й онтологічні форми психологічного часу особистості соціального працівника**

Виокремивши форми психологічного часу, які виникають завдяки певним відношенням до окремих онтологічних сфер, ми матимемо можливість докладніше проаналізувати відповідні психологічні прояви. У психологічній літературі вже мають місце дослідження, присвячені психологічному часові особистості, а також спроби виокремлення окремих форм психологічного часу. Загалом, характерним для психологічних досліджень феноменології часу є дослідження К. О. Абульханової-Славської та Т. М. Березіної. Дослідниці, поставивши питання про відмінність між «психологічним часом» і «часом астрономічним», зазначають, що єдність між цими часовими сферами забезпечується людською особистістю [2, с. 5]. Згадані автори чільну увагу приділяють аспектам «організації часу», докладно аналізують матеріали інженерної й організаційної психології. Однак питання про те, як саме особистість забезпечує «єдність» між астрономічним часом і часом психологічним, а також про те, що психологічний час може набувати різних проявів, у дослідженні згаданих авторів не ставиться.

Уперше питання про існування психологічного часу особистості й відмінність цього часу від формального астрономічного часу було поставлене в монографії українських дослідників Є. І. Головахи й О. О. Кроніка. Суть їхньої концепції полягає в наступному: для людини актуальнішою є не послідовність астрономічних циклів, а послідовність життєвих подій. Відповідно, психологічний час – це суб’єктивне сприйняття життя як насиченого чи ненасиченого подіями, що є своєрідним формальним виміром психологічного часу. Однак, є й вимір, який безпосередньо стосується особистісної якості людини: як людина бачить взаємозв’язок між подіями свого життя, конструюючи образ «життєвого шляху»? Є. І. Головаха та О. О. Кронік пишуть: «Найважливіший компонент суб’єктивної картини життєвого шляху – уявлення особистості про характер детермінаційних відношень між тими подіями в її житті, які вже відбулися, тими, що відбуваються, й тими, котрі ще мають відбутися. Відображаючись у свідомості людини, ці відношення утворюють складну суб’єктивну структуру міжподієвих взаємозв’язків, у якій та чи та подія може бути представлена як причина або ж наслідок інших подій, чи як їхня мета або ж засіб» [42, с. 188].

До проблеми існування різних форм психологічного часу звертається й В. П. Зінченко. Зокрема, він відзначає слушність розмежування не лише астрономічного часу та часу психологічного, а й окремих форм останнього. «Ми, звісно, знаємо, – пише Зінченко, – що є час астрономічний, є час змістовий, міра якого – наші афекти, думки та дії, є час психологічний, у якому присутня вся людина, з усім своїм минулим, теперішнім і майбутнім, є час духовний, домінанта котрого – уявлення людини про вічність, про сенс і сутності. Відповідно, є й *духовний вік*, до вивчення котрого психологія розвитку майже не доступалася» [54, с. 44]. Отже, як можемо бачити, Зінченко пропонує виокремлювати «астрономічний час» і час «психологічний», «міра якого – наші афекти», у тому числі когнітивні та поведінкові складники, котрі утворюють зміст минулого, теперішнього та майбутнього. При цьому, згідно із Зінченком, як окремий вимір психологічного часу, має виокремлюватися час «духовний», міра якого – «уявлення про вічність», сенси та сутності.

Міркування В. П. Зінченка значною мірою мають інтуїтивний характер. Одначе його теза, про доцільність конституювання в рамках психологічного часу окремого часу «духовного», є, як на наш погляд, цілком евристичною. Сенс такого конституювання «духовного часу» полягає в тім, що в рамках буденності жодні сенси та сутності встановлюватися не можуть, оскільки сенси та сутності – це ідеальні уявлення, конструювання яких у межах побуту – неможливе. Мусимо відзначити також, що запропоноване Зінченком розмежування не є цілком точним. Адже в рамках «психологічного часу», як його бачить В. П. Зінченко, є ряд різнорідних феноменів – сфери побуту, професійної діяльності, соціальної та політичної активності тощо. Однак усі ці сфери мають свій часовий вимір, власну динаміку та послідовність подій, котра й визначає часові уявлення. Відповідно, запропонована типологія часових рівнів є більш системною.

Проблема «соціального конструювання часу» була поставлена в статті Т. О. Нестіка. Зокрема автор звернувся до питання «побудови образу часу в культурі» на прикладі «конструювання образу теперішності» [96, с. 12]. За міркуваннями Т. О. Нестіка, соціальне конструювання часу відбувається на п’яти рівнях: 1) «біологічних ритмів: через подібність свого тіла іншим людським тілам ми сприймаємо його ритми як єдині для всіх»; 2) «внутрішнього, суб'єктивного переживання часу: узгодження механізмів, що визначають сприйняття тривалості; співвіднесення тимчасових перспектив; за рахунок рефлексії над переживанням часу на базі мовних категорій і образів, які мають соціальне походження і поділяються комунікантами»; 3) «міжособистісного часу: прийняття норм, що регулюють тривалість, послідовність і темп взаємодії, використання дискурсивних стратегій, що єднають співрозмовників у часі»; 4) «інституційного часу: вписування себе в біографічні та кар'єрні схеми, графіки та календарний час, орієнтація на єдині орієнтири при плануванні часу»; 5) «культурного часу: спільність уявлень про природу часу, використання спільних засобів висловлювання та метафор часу, створених в історіографії, літературі, мистецтві» [96, с. 17].

Характеризуючи концепцію Т. О. Нестіка, відзначимо, що в теоретико-методологічному плані вона лежить у рамках дискурс-теорій. Саме тому Т. О. Нестік повсякчас відзначає дискурсивний фактор конструювання тих чи тих уявлень про час. І в цьому сенсі, оскільки мова – це базовий конструкт культури, всі рівні, які виокремлює Т. О. Нестік, мають відношення до культури.

Як приклад, привернімо увагу до, власне, «культурного часу», виокремленого Т. О. Нестіком. «Культурний час» включає, зокрема, «уявлення про природу часу». Утім питання: а яке походження цих уявлень? Це можуть бути релігійні вчення юдаїзму та християнства; містичні вчення, скажімо, кабалістичні; наукові вчення, виробленні в царині фізики. Тощо. І разом із тим, до «культурного часу» Т. О. Нестіком віднесені трактування часу, відображені в мистецтві. Цілком очевидно, що й наукові, й релігійні, й мистецькі уявлення про час становлять базу умовної культури часу. Утім питання: хіба оптимізація часу на виробництві не є проявом культури часу? Хіба особисті практики трудової діяльності та дозвілля – не прояви культури часу? Тобто, як ми можемо бачити, поняття «культура часу» є надзвичайно широким. За аналогією з геґелівським поняттям «буття», можна сказати, що поняття «культура» є і найбагатшим, бо позначає всі сфери життєдіяльності, й найбіднішим, бо по суті, позначаючи все, не позначає нічого конкретного. Тож, чи є рація виокремлювати «культурний час» як окремий рівень часу? До того ж, і саме поняття «культурний час» – як суто мовна конструкція – викликає сумніви; бо що ж тоді є протилежністю щодо цього поняття?

Таку саму нечіткість конституювання ми бачимо й звернувшись до інших рівнів часу, які виокремлені Т. О. Нестіком. Розгляньмо рівень, позначений як «внутрішнє, суб’єктивне переживання часу». Виходячи з дискурс-теорій, суб’єктивне переживання часу є рефлексією, в рамках якої ідеальним взірцем є дискурсивно визначена норма. Відповідно, дискурс-теорія посутньо «розмиває» всяку суб’єктивність, оскільки та завше виявляється визначеною тими чи тими інтеріоризованими дискурсами. Це саме стосується й рівня «міжособистісного часу», котрий (і Т. О. Нестік про це каже) зумовлений «мовними стратегіями», отже – тими-таки дискурсами. Загалом, попри відзначені хиби, типологія рівнів часу, яка запропонована Т. О. Нестіком, становить інтерес. Як на наш погляд, її подальший розвиток можливий у рамках дискурс-теорій, зокрема, по-перше, шляхом конкретизації взаємодії між дискурсами та, по-друге – психологічних особливостей інтеріоризації дискурсів.

Таким чином, ми можемо бачити, що в психологічній літературі мають місце спроби виокремлення різних форм психологічного часу. Однак ці спроби хибують на несистемність і концептуальну невизначеність. Відтак, вдамося до конкретизації сутнісних рис запропонованих нами часових форм.

Мить людського життя з’єднує всі часові рівні, властиві онтологічним сферам: астрономічний час, фізіологічний час, побутовий час, час індивідуальної діяльності, соціально-політичний час, історичний час народу, історичний час людства, метафізичний (божественний) час. І тому людина одночасно перебуває й у часі фізіологічному (оскільки існують визначені фізіологічні процеси), й у часі побутовому (адже сфера побуту змушує виконувати певні функції), й у часі соціально-політичному (оскільки соціально-політичні процеси завше впливають на буття людини). Людину неможливо вилучити із жодної з цих онтологічних сфер, неможливо також позбавити її сприйняття темпу перетворень, які відбуваються в цих сферах, що позначається на сприйнятті часу. Відповідно ми можемо бачити, що *людське сприйняття часу є складним, і в жодному разі не зводиться до суто астрономічного часу чи жодного іншого часу*. Людське сприйняття, з’єднуючи всі ці часові рівні, також «розсікає» їх: *мить людського життя, потрактована як теперішній час, ділить всі ці часові рівні на минуле та майбутнє*. І попри те, що, скажімо, астрономічний час є суто циклічним, для людини він усе ж поділяється на минуле та майбутнє. Це саме стосується і часу метафізичного. Згідно з біблійним трактуванням, Бог існує поза часом. Однак, для людини і вічність поділяється на минуле та майбутнє; з точки зору логіки понять – це нонсенс, бо вічність не ділиться ані на минуле, ані на майбутнє, або ще якось інакше, вічність взагалі не ділиться. Але апріорне сприйняття часу, що властиве людині, здатне осягнути лише поняття «вічності», однак не саму вічність, оскільки та не може бути уявленою, тобто образно споглянутою.

Представивши рівні часу, ми тим самим піддали час аналітичному розшаруванню, тобто показали, що є різні онтологічні відносини, які й визначають різні форми психологічного часу. Утім, давши аналітику психологічного часу, ми повинні дати й відповідь на питання про єдність усіх рівнів психологічного часу; тобто поставити питання: чи є ґештальт-принцип, що об’єднував би всі ці рівні психологічного часу? Вочевидь, що такий принцип мусить бути. Однак, наразі ми не можемо відповісти на питання, який саме цей принцип, завдяки чому й у який спосіб людська свідомість консолідує всі рівні сприйняття психологічного часу в єдиний образ і єдине психологічне переживання. Єдине, що є наразі нам доступним, це подальше уточнення аналітичних розрізнень між різними формами психологічного часу. Задля цього, виокремім специфічні відношення, які властиві діяльності в певних сферах, уточнивши таким чином особливості переживання різних форм психологічного часу (див. табл. 2.1.).

*Таблиця 2.1*

***Рівні психологічного часу й онтологічні відношення***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Рівні психологічного часу** | **Відношення до часу** |
| 5. | Метафізичний (божественний) час  | Вічність  |
| 4.2. | Історичний час людства  | Міф про виникнення та покликання людства |
| 4.1. | Історичний час народу  | Міф про виникнення та покликання народу |
| 4. | Соціально-політичний час  | Відчуження, або творчість Ми |
| 3. | Час індивідуальної діяльності  | Соціалізація, творчість Я |
| 2. | Побутовий час  | Простір хаосу, безглуздість |
| 1. | Фізіологічний час  | Народження, дозрівання, старіння, смерть |
| 0. | Астрономічний час  | Нейтральність, циклічність |

Очевидним є, що людина живе в декількох онтологічних сферах одночасно. Будучи причетною до різних сфер, людина неминуче набуває певного відношення до них. Однин із аспектів цих відношень – психологічний час – переживання послідовності змін, що властиві цим сферам

1. *Час індивідуальної діяльності*. Людина виходить за межі природного та побутового відчуження тільки завдяки діяльності, метою якої є творення – нових речей, нових сенсів і нових взаємин. І в цьому контексті можна бачити, що праця робітника є, за своєю структурою, ближчою до сфери побутового відчуження, аніж до сфери творчості. Одначе, організація праці в рамках індустріального виробництва – це крок, пафосно кажучи, до свободи – звільнення людини від нав’язаних їй природою відносин, і до набуття вільної відповідальності за результати діяльності. Наразі найважливішим є той аспект, що трудова діяльність формує власне сприйняття часу. Показовий приклад – діяльність учителя, рік для якого розпочинається першого вересня. Організація праці – і робітника, і менеджера, і митця – неодмінно передбачає певний графік, у якому є місце й цілеустановленню (котре має власну структуру), й актуалізації засобів, й оцінюванню результатів. Ця сув’язність життєдіяльності та виробничого процесу (а також процесу творчості) є точкою, в якій і формується відповідне сприйняття часу.

2. *Соціально-політичний час*. Роль соціально-політичних процесів у житті людини та суспільства, напевно, розтлумачувати непотрібно – вона очевидна. Соціально-політичні процеси, коли вони сприймаються особою та суспільством як непідконтрольні їм зовнішні впливи, справляють украй деструктивний вплив і на життя людини, і на життя суспільства. За відчуженості людини та суспільства від соціально-політичних процесів, виникає домінантне переживання, яке можна позначити терміном Й. Фіхте «страждальне»: людина та суспільство опиняються в статусі «страждального» суб’єкта, сутнісна характеристика якого – пасивність. Утім геть інше соціально-психологічне переживання виникає тоді, коли людина та суспільство усвідомлюють себе як активних суб’єктів соціально-політичної діяльності – усвідомлюють соціально-політичні цілі, необхідні засоби, форми власної участі, приймають відповідальність за результати.

Завдяки участі в соціально-політичній діяльності людина виходить за межі індивідуального відчуження, долаючи стан, який екзистенціалісти позначали поняттям «загубленість». Така участь уможливлюється тільки комунікацією. За формулюванням Аристотеля, політика – це спілкування з приводу загального блага. У рамках такого спілкування людина відстоює свої персональні інтереси лише опосередковано: мій інтерес реалізується за умови реалізації інтересів усіх. Попри те, що реальні соціально-політичні процеси далеко відхиляються від ідеальних схем, прописаних філософами, їхня сутнісна характеристика все ж залишається незмінною: беручи участь у соціально-політичних процесах, людина тим самим створює нове адекватне їй середовище буття зі своїми цінностями, принципами та законами, геть відмінними від законів природи (Ю. Ж. Шайгородський).

Очевидним є й те, що соціально-політичній сфері властивий власний часовий вимір, наприклад – час каденції політичних інститутів чи час передвиборчої кампанії. Свідома соціально-політична участь неможлива без усвідомлення цього часового виміру. Загалом, можна бачити, що соціально-політичний час може проявлятися у двох формах: 1) відчужене сприйняття, домінантним переживанням якого є тривога, оскільки соціально-політичні процеси здаються непередбачуваними, хаотичними та деструктивним; 2) самоактуалізаційне сприйняття – послідовність і результат подій передбачувані, оскільки визначені діями (або ж бездіяльністю) конкретних осіб чи груп, відповідно послідовність подій, темп і вектор їхнього розгортання можуть змінюватися, якщо будуть вжиті ті чи ті заходи.

Перш ніж дати характеристику сприйняття історичного часу народу й історичного часу людства, потрібно відзначити таку річ: астрономічний і фізіологічний виміри часу являють собою певні об’єктивні даності, на які людина так чи так, а має зважати. Той таки астрономічний час, маючи спершу визначальне значення, в теперішній культурі знівелювався, а час фізіологічний – не втратив своєї значущості, хоча, завдяки поступу медицини, тривалість і якість людського життя значно зросли й у перспективі ми можемо передбачати зниження людської залежності від тілесності. Тож, цілком імовірним є й вивільнення психологічного часу від фізіологічного впливу. Побутовий час являє собою певний перехідний феномен, бо, з одного боку, він пов’язаний із речовим виміром буття, тобто з певною даністю, а з другого – він усе одно постає як форма діяльності – активності людини, хоча й відчуженої. Час індивідуальної діяльності та час соціально-політичний – це дві форми психологічного часу, зміст яких цілком визначається діяльністю. Темпоритми цього часу, ступінь актуалізації минулого та майбутнього, глибина перспективного бачення – це все характеристики, котрі визначаються тільки особистістю та соціальною групою. Кажучи ж про історичний час народу й історичний час людства, очевидним є, що ці часові виміри суто символічні, відтак і їхні характеристики визначаються особливостями символічної діяльності.

Таким чином, аналіз феномена психологічного часу дає нам можливість побачити його неоднорідність. Діяльність людини в різних онтологічних сферах зумовлює вироблення різних форм психологічного часу, адекватних особливостям діяльності. Відповідно, є рація в ієрархічній побудові рівнів психологічного часу, кожному з яких властива своя специфіка. Різні форми психологічного часу перебувають у взаємодії, вони можуть як суперечити одне одному, так і доповнювати. Проте питання про взаємодію різних форм психологічного часу потребує додаткових досліджень, як потребує розкриття й питання про ґештальт-принцип, який забезпечує єдність різних форм психологічного часу.

**РОЗДІЛ 3**

**ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАКТИК САМООБМЕЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА У КРИЗОВІЙ ПРОФЕСІЙНІЙ СИТУАЦІЇ**

**3.1. Способи об’єктивації й опредметнення психологічного часу**

Аналіз феномена професійної кризи дає підстави для виокремлення трьох типів криз:

1) спричинених зіткненням із проблемною ситуацією,

2) спричинених тим, що досвід, уміння та навички працівника перевищують завдання, які ставляться перед ним,

3) спричинених домінацією екзистенціальних криз, що й зумовлює переоцінювання трудової діяльності.

Ми виходимо з того, що кожному з типів професійних криз властива своя феноменологія [145]. Для трудової діяльності особливо значущі ціннісні орієнтації (термінальні й інструментальні). Відповідно, за професійної кризи кожного із виокремлених типів по-різному проявлятимуться ціннісні орієнтації. Також, у трудовій діяльності, котра має істотне значення в побудові життєдіяльності особистості, по-різному проявлятиметься психологічний час особистості. Специфіка часових децентрацій, за кожного з типів професійних криз, набуватиме особливих проявів. Водночас, зіткнення особистості з екстремальними життєвими ситуаціями проявлятиметься як усвідомлення екзистенціальних даностей (Р. Мей, І. Ялом), що супроводжуватиметься конфронтацією з часом. Тож, професійні кризи у цьому випадку поставатимуть проявом загальної екзистенціальної кризи. Тож, як зазначалось, матиме місце особливий розподіл ціннісних орієнтацій і часових децентрацій. Відтак, у цьому розділі дисертаційного дослідження ми представимо результати емпіричних досліджень, які відображають феноменологію професійних криз, а також розкриємо вжиті заходи, спрямовані на допомогу особам, котрі переживають професійні кризи кожного з типів.

Ознайомлення з літературою, присвяченою проблемі психологічного часу особистості, уможливлює конкретизацію низки понять, які позначають актуальні для нас феномени. По-перше, це саме поняття «психологічного часу особистості». Проблема психологічного часу – часу відмінного від фізичного, проте, з психологічного погляду, цілком реального – поставлена вже С. Л. Рубінштейном у праці «Людина і світ» [111, с. 322–324].

По-друге, експериментальне розкриття цього феномена ми знаходимо в дослідженні, здійсненому Є. І. Головахою й О. О. Кроніком. Зокрема, автори, дослідивши «часову лексику», відкрили «мовні інверсії часу», аналіз котрих уможливив виявлення феномена часової децентрації – зміщення часу актуалізації особистості в минуле або майбутнє; людина, звісно, цілком усвідомлює, в якому «календарному часі» вона перебуває, але «живе» в іншому часовому періодові, котрий визначає основний зміст її особистісних переживань, детермінуючи (уразі децентрації в минуле), або ж – цілезумовлюючи (уразі децентрації в майбутнє) її рефлексію та діяльність [42, с. 126–129].

По-третє, в дослідженні, здійсненому Ю. Ж. Шайгородським, проаналізовано автонаративи, в яких розкриваються «життєві плани», по суті – актуальний образ майбутнього. Дослідником виявлено кореляції між ціннісними орієнтаціями, сферою практичної діяльності, дозвіллям і образами майбутнього.

В експериментальних дослідженнях часових децентрацій об’єктивується переживання часу життя у проблемних екзистенціальних ситуаціях. Бо, вочевидь, це і є те єдине, актуальне для особистості, проявлення психологічного часу, котре й варте уваги. І поготів, попри знання про фізичний час, людина живе в часі екзистенціальному, в тому часі, який вважається, з формального погляду, занадто суб’єктивним. Утім, за словами С. Л. Рубінштейна, «те, яким час "видається" людині, являється в переживанні, має цілком об’єктивне підґрунтя… Суб’єктивно сприйнятий час… – цілком об’єктивно відображає план життя конкретної людини» [111, с. 323]. Відповідно, саме цей час ми й проаналізуємо – час життя, його суб’єктивне осягнення через рефлексію досвіду, діяльність у сьогочасності й планування майбутнього.

Ставлячи питання про особливості психологічного часу особистості, цілком слушно взяти до уваги одну абсолютно очевидну, але й водночас абсолютно неінформативну обставину, – ми живемо в часі. Час, як і, скажімо, гравітація, існує, однак не помічається нами. Про гравітацію ми згадуємо, лише коли несподівано зникає та опора, котра утримує нас на землі й одночасно відділяє нас від неї. Щось подібне відбувається й зі сприйняттям часу: наше абстрактне знання про час стає, як правило, знанням актуальним уразі виникнення, наприклад, дефіциту часу – необхідності виконання такої послідовності функцій, сукупний час на реалізацію яких, за певного темпу діяльності, не вкладається до заданого терміну. У таких ситуація час перетворюється на річ надзвичайно очевидну.

Утім умовний дефіцит часу може спостерігатися не лише у випадку предметної діяльності, а й в екзистенціальному масштабі: старість, яка супроводжується думками про нереалізовані плани, – це очевидний приклад екзистенціального переживання дефіциту часу. Подібним є й відношення до часу, коли людина дізнається про смертельну хворобу, й усвідомлює, що її життєві плани, для виконання яких потрібен час, опиняються під загрозою. Простіше, звісно, нічого не планувати, – і тоді, що смерть, що економічний колапс, що світова катастрофа – однаково незначущі явлення. Але для цього треба або прийняти буддизм, перетворившись на овоч, або стати персонажем оповідання А. Камю «Сторонній» – людиною, для якої, що вбивство, що власне ув’язнення – не причини порушувати стан душевної атараксії. Ми, однак, живемо в культурі, котра ставить перед нами високі «планки» домагань. Ми живемо під пресингом соціальної рефлексії, оцінюємо власні соціальні досягнення, рефлексуємо і те, як інші, очевидно, оцінюють наші соціальні здобутки. Ми прагнемо відповідати актуалізованому культурою образу. І це спричиняє ситуацію перманентної тривоги. А звернувшись до праць Г. Маркузе й Е. Фромма, можемо завважити, що ця ситуація вічних перегонів із часом і прагнення соціальної нормативності є ситуацією особистісного відчуження – власне Я приноситься в жертву задля досягнення соціально нормативних атрибутів. Наразі ж, не маючи на меті оцінювання всіх плюсів і мінусів нашої екзистенціальної ситуації, відзначимо, що окреслена культурна ситуація є соціально-психологічною даністю, яка, незалежно від ставлення до неї, справляє посутній вплив, ігнорувати котрий неможливо. Відтак, акцентуємо увагу на наступному: усвідомлення й переживання часу як фактора буття, відбувається в ситуації, коли порушується певна рівновага соціальних умов, у яких перебуває людина. Тобто час, як певна базова умова існування, проявляється, відхиляючись од умовного нуля в ситуації невідповідності між уявленням про нормативність життєдіяльності (соціальною нормою) та реальними станом життєдіяльності. Вочевидь, наразі ми з цілковитим правом можемо стверджувати, що сáме проблемна ситуація веде до усвідомлення та переживання часу як окремого параметра життєдіяльності; при чому, звісно, йдеться про екзистенціальну проблемну ситуацію, а не ситуацію розв’язку того чи того завдання, в умовах невідповідності між досвідом і необхідними засобами діяльності (О. М. Матюшкін [83], Є. І. Машбиць [84]).

Отже, ставлячи за мету – дослідження психологічного часу особистості, нам необхідно віднайти таку екзистенціальну ситуацію, в якій особистість була б вимушена усвідомлювати час як очевидний параметр своєї життєдіяльності. Чи усвідомлюється і переживається час у непроблемній ситуації, тобто ситуації буденній? Безперечно, що так. Але, уразі проведення відповідного дослідження, ми отримаємо результат, який відповідатиме усвідомленню часу на рівні знання та його констатацію (наративне відображення) у формі культурно визначеного судження – феномена, сприйняття якого цілком тотожне загальнокультурним нормам, адже культура конституює уявлення про час і належні форми життєдіяльності в часі.

У праці І. Ялома «Екзистенціальна психотерапія» також показано, що зіткнення людини з екзистенціальними даностями – смертю, свободою, ізоляцією та безглуздям – неминуче спричиняє переживання «крихкості буття», вразливості людини, що неодмінно проявляється у тривожності. Відповідно, ми цілком слушно можемо припустити, що тривога є тим проявом, котрий опосередковано свідчить про перебування людини в екзистенціальній проблемній ситуації, тобто ситуації, в якій може мати місце виразне переживання часу.

Звернувшись до дослідження Р. Мейя «Сенс тривоги», також до снаги завважити, що прояв тривоги істотним чином пов’язаний із чинником відкритого/прихованого відторгнення родиною. Зокрема, Р. Мей виявив, що відкрите відторгнення, якого зазнавали його клієнти, насамперед збоку матерів, не спричиняло базальної тривоги; однак уразі, коли це відторгнення було прихованим, коли зберігалася зовнішня видимість турботи чи доброзичливих взаємин, тривога проявлялася надзвичайно гостро [91, с. 360–364]. Причиною цього, як вважав Р. Мей, був когнітивний дисонанс (Л. Фестінґер [150]), «суб’єктивна дезорієнтація» між очікуваннями та реальністю [91, с. 367], між вимушеною «ідеалізацією» стосунків і їхнім фактичним станом, усвідомлення якого, одначе, витіснялося за допомогою тієї-таки ідеалізації.

Соціокультурний контекст людської життєдіяльності цілком превалює над контекстом природним, зокрема просторово-часовими параметрами життєдіяльності. Культура – штучне середовище життєдіяльності; це свого роду колективна віртуальна реальність, нескінченна й безкінечно мінлива система смислових знаків, які самі по собі, з суто прагматичного погляду, являють дещо абсолютно ірраціональне – геть непридатне для раціонального та прагматичного оцінювання. Знак, котрий відсилає нас до певної образно означеної цінності, у принципі, не може мати жодного раціонального виміру, а придатний лише для раціоналізації як опосередкований у практиці символ. Отже, буття людини в культурному середовищі, яке модифікує навіть природні та тілесні даності, вводячи їх до поля людської рецепції під виглядом культурних феноменів, – це об’єктивна передумова існування психологічного часу, адже останній є переживанням подій соціального й особистісного життя як суб’єктивно вагомих точок відліку й орієнтирів – своєрідної системи вимірювання перебігу життєдіяльності. Простіше кажучи, культура як послідовність соціальних і персональних подій, котрі сприймаються та переживаються особистістю, – це є нерівномірно згрупована послідовність, пригадування якої у формі минулого часу, оцінювання у формі часу теперішнього й уявляння у формі часу майбутнього, постає у вигляді психологічного часу особистості.

Відтак, дана щойно характеристика психологічного часу, як суб’єктивно пережитого культурно визначеного феномена, може бути цілком слушно потрактована як спосіб теоретико-методологічної об’єктивації психологічного часу і саме в такій якості опосередкована в експериментальних дослідженнях. Утім виникає питання: що ж тоді є предметом дослідження психологічного часу? Цілком очевидно, що конкретизація предмета психологічного часу є цілком визначеною методом дослідження, бо предмет завше залежить од наявного методу; тобто, по суті, скільки є методів дослідження психологічного часу, стільки може бути й предметів. Прагнучи дати системну характеристику способів опредметнення психологічного часу, є рація звернутися до представлених у науковій літературі експериментальних досліджень, розкривши їхній теоретико-методологічний базис і перебіг; одразу зазначимо, що таких досліджень обмаль.

Ця роблема вже порушувалась у праці К. О. Абульханової-Славської й Т.М. Березіної «Час особистості й час життя». На думку згаданих авторів, дослідження психологічного часу мають відштовхуватись од класичної моделі, яка включає відому тріаду – усвідомлення, переживання, діяльність. Ця модель, зазначають дослідниці, імпліцитно містить іншу тріаду – «когнітивний, емоційний і діяльнісний компоненти». Своєрідним ґештальт-принципом, що організовує всі складники психологічного часу є «особистість і її специфічна здатність до організації часу життя загалом (тоді як вивчення часу життєвого шляху в низці досліджень виявлялося лише одним з напрямів вивчення психологічного часу)» [2, с. 281]. По суті, з точки зору К. О. Абульханової-Славської та Т. М. Березіної, дослідження життєвого шляху є недостатнім для об’єктивації феномена психологічного часу особистості. Проте, напевно, є рація поставити питання: чи не є дослідження життєвого шляху одним із способів дослідження особистості, зокрема її реалізації в часі? Особистість – комплексний феномен. Аналітичне розщеплення особистості на ті чи ті «тріади» не завше дає уявлення про особистість як про цілісність, як зрештою і дослідження життєвого шляху – не є відповіддю на запитання, а що ж є особистість. Як на наш погляд, дослідження психологічного часу особистості має неодмінно включати опредметнення життєвого шляху, бо час життя – реалізація суб’єктивно актуальних завдань – справляє істотний вплив на екзистенціальне переживання часу.

Звернімося до праці Є. І. Головахи й О. О. Кроніка «Психологічний час особистості», що являє особливий інтерес, оскільки в ній уперше експериментально розкрито специфіку психологічного часу. У своєму дослідженні автори використали метод «каузометрії» – модифіковану методику біографічного опитування. Суть модифікації полягала в тому, що дослідники встановлювали не лише суб’єктивне бачення минулих подій (біографії), а й бачення взаємозв’язків між цими подіями та цілями, які були актуальні для особистості. Разом із тим, дослідницька увага зосереджувалася не тільки на минулих подіях, а й подіях майбутніх, тобто на баченні респондентами ймовірності тих чи тих подій, а також ступеня їхнього уможливлення попередньою і теперішньою життєдіяльністю. У такий спосіб провадився аналіз причин і цілей життєдіяльності. Застосовуючи метод каузометрії, Є. І. Головаха та О. О. Кронік акцентували увагу на формальній насиченості біографічного часу й уявлені про казуальну взаємопов’язаність подій. Бо ж цілком очевидно, що уявлена сув’язність подій не є фактичною причинно-наслідковою сув’язністю. Проте нарізі ми маємо акцентувати увагу на тому, що саме в дослідженні Є. І. Головахи та О. О. Кроніка «біографічний час» і «психологічний час» особистості набули чіткого розмежування.

Одразу зазначимо й те, що виграшний бік дослідження, здійсненого Є. І. Головахою та О. О. Кроніком, є водночас і його недоліком. Автори взагалі відволіклись од змісту «біографій», зосередившись лише на формальному баченні респондентами взаємозв’язку між подіями їхнього життя. Тобто дослідники не цікавилися тим, які саме події респонденти вважають значущими, а опредметнювали події виключно формально (подія № 15, № 14 тощо). Завдяки цьому вони виявили властиву респондентам картину їхнього життя як послідовності взаємопов’язаних і непов’язаних подій у формально хронологічному вимірі минулого, теперішнього та майбутнього.

Докладніше розберімо хід цього експерименту. Дослідження, в якому взяли участь тридцять респондентів (15 чоловіків і 15 жінок) віком од 28 до 42 років, проходило в «шість етапів». Перший етап – «біографічна розминка»: налагодження діалогу з респондентами, встановлення довіри, а також проведення простої вправи, яка спонукає респондентів замислитися про час їхнього життя; зокрема пропонувалося, використовуючи три круги різного діаметру, зобразити власне уявлення про минуле, теперішнє та майбутнє їхнього життя – діаметр використаних кругів характеризує бачення ступеня реалізованості минулого, ефективності життєдіяльності в теперішньому й очікування від майбутнього.

На другому етапі, згідно із використаною методикою, інтерв’юер пропонував респонденту зазначити на картках (використовуючи кодове слово чи символ) п’ять найважливіших подій його життя, тих, які вже відбулися, або ж імовірно відбудуться. Ця процедура повторювалася ще двічі. Загалом, встановлювалися п’ятнадцять значущих подій (більша їх кількість не піддавалася подальшій обробці). На третьому етапі – респонденти мали вказати дати подій, включених до списку п’ятнадцяти найважливіших. В інструкціях дослідники наголошували, по-перше, на анонімності опитування (іще раз повторімо: респонденти не розкривали зміст події, а лише позначали її за допомогою знаку, що, на думку експериментаторів, уможливлювало відвертість респондентів); по-друге – на необхідності точного датування (якщо подія мала часову протяжність, то потрібно було зазначити або умовну дату початку події, або ж дату її завершення).

Чи вдалося дослідникам домогтися відвертості респондентів – зняття «захисту біографії», як висловлюються самі Є. І. Головаха та О. О. Кронік? Відповісти на це питання неможливо. І самі автори монографії щодо цього пишуть: «Чи можна впевнено стверджувати, що людина в усіх випадках дає собі звіт у тому, які події для неї реально більше значущі, а які – менше? Звісно ж, ні. Відтоді як у психології постала проблема несвідомого, стало очевидним, що для людини реальна й усвідомлена значущість подій далеко не завжди співпадають. Поготів, у наслідок дії різноманітних механізмів "психологічного захисту" реальна значущість нерідко "опирається" спробам її усвідомлення особистістю, а сама особистість – можливостям цього усвідомлення… Відповідно, спроби виявити в усіх випадках високі позитивні кореляції включеності з усвідомленими оцінками важливості події заздалегідь були приречені на поразку» [42, с. 95].

На четвертому етапі – здійснювався «детермінаційний аналіз міжподієвих відношень». Зокрема застосовувалася така процедура: використовуючи картки із зазначеними подіями та їх датами – картки розташовувались у порядку хронологічного спадання, від події найвіддаленішої в майбутнє (№ 15) до найвіддаленішої в минуле (№ 1), – дослідник ставив респонденту запитання: чи є подія Вашого життя зазначена під № 15 зумовленою подією № 14? У разі позитивної відповіді інтерв’юер ставив у матриці протоколу позначку «+», у разі негативної – «–» [42, с. 83–84]. Далі ставилося запитання: чи є подія № 15 зумовленою подією № 13? Знову ж таки фіксувала позитивна або ж негативна кореляція. Затим з’ясовувалося відношення події № 15 із наступними подіями зі списку. Саме в такий спосіб виявлялася кореляція кожної події зі списку з усіма попередніми.

П’ятий етап дослідження – «цільовий аналіз міжподієвих відношень». «На цьому етапі з’ясовувалось уявлення респондента про наявність між подіями його життя зв’язків типу "ціль – засіб". Для цільового аналізу картки з подіями складалися так, щоб зверху знаходилася подія 1, а знизу – 15». Респонденту ставилося запитання: «Чи можете Ви, скажімо, погодитися з твердженням, що "однією з цілей події 1 була подія 2" чи, іншими словами, що "перша подія відбулася *для того, щоб* могла відбутися друга"?» [42, с. 85]. У такий спосіб з’ясовувалося відношення події № 1 до всіх наступних подій. Після цього аналізувалася подія № 2 – чи є вона уможливленням події № 3.., № 4 тощо. Позитивні та негативні відповіді фіксувалися в матриці протоколу.

Під час шостий етапу дослідження – «означувалися сфери приналежності подій». Респонденти зазначали, до якої сфери належать ті чи ті події їхнього життя. Щодо цього Є. І. Головаха та О. О. Кронік пишуть: «Залежно від цілей дослідника респонденту може бути запропонована та чи та класифікація подій. Ми користувалися наступною: С – зміни в суспільстві, П – у природі, Ц – у думках, почуттях, цінностях, З – у стані здоров’я, Р – у родині та побуті, Ф – зміни, пов’язані з фахом, освітою, громадською діяльністю, Д – зміни у сфері дозвілля, спілкування, хобі. Ознайомившись із запропонованою класифікацією, респондент зазначав на кожній картці літерний код сфери, бажано однієї, до якої приналежна певна подія. У разі утруднень він міг написати позначення декількох сфер, обов’язково зазначивши на першому місці ту, котра є провідною» [42, с. 87]. Встановлення сфер, до яких належать актуальні для особистості події її життя, уможливлює виявлення, по-перше, напрямків діяльності, котрі мають детермінаційно-цільовий вплив на життєдіяльності; по-друге – соціокультурних умов, які прямо чи опосередковано позначаються на житті респондентів.

По завершенні окреслених етапів дослідження провадилася перевірка сталості списку значущих подій (повторене опитування) та детермінаційно-цільових зв’язків, тобто респонденти мали можливість підтвердити або ж спростувати попередні відповіді про форми сув’язності між подіями. Таке повторне опитування уможливлювало виявлення ступеня незмінності уявлення респондента про значущі події, а також мало значення для встановлення «ваги» статистичної кореляції між подіями, яка трактувалася як ступінь значущості події. Зокрема, незмінність судження про сув’язність приймалася за 1; у разі категоричної зміни судження, «вага» визначалася як 0,33; коли ж змінивши судження, респондент усе ж підтверджував перше судження – його «вага» приймалася за 0,67. Події ж, котрі не мали зв’язків із іншими подіями трактувались як такі, що мають «вагу» 0, і до підрахунку не включалися. Після визначення таких числових індикаторів, результати дослідження піддавалися математичній обробці.

Характеризуючи результати цього докладно описаного застосування методу каузометрії, зазначимо, що дослідники виявили: «в 7 респондентів із 30 суб’єктивна значущість і виключність були достовірно сув’язні одне з одним.., у 18 – кореляції слабко позитивні, у 5 – виявлена навіть тенденція до негативної сув’язності» [42, с. 94]. По суті, попри те, що запропонований метод каузометрії є, безперечно, бездоганним з погляду процедури та придатності для математичної обробки, отримані результати не вирізняються істотною евристичністю. Вочевидь, що дослідникам так і не вдалося пробитися крізь «захист біографі». А виявлена тенденція до «негативної кореляції» є нічим іншим як проявом того-таки психологічного захисту: справді значущі події були витіснені респондентами, а тому й не потрапили до списку подій.

Звернімо увагу й на такий аспект описаного методу: найвищий показник включності та значущості завше отримуватимуть суто формально-біографічні події. Візьмемо найпростіший приклад: чи не є «подія» народження людини причиною всіх наступних подій її життя? Чи не є смерть – метою всіх подій? Тут, звісно, можна заперечити, що людина не включатиме такі події до списку значущих. Утім таке твердження не є настільки очевидним як може здатися. Якщо людина є пізньою дитиною, або сам факт народження був пов’язаним з іншими драматичними обставинами, на основі яких постав справжній «родинний міф», то цю подію респондент, звісно, може включити до списку значущих. Однак, яка інформативність такої події, що за методом каузометрії отримає найвищу «вагу»? Те саме можна сказати й про факт смерті як майбутню подію. Якщо людина є хворою й очікує цієї події, якщо вона пройшла через досвід наближення до неминучої смерті, то ця подія теж увійде до переліку значущих і за методом каузометрії поставатиме як мета всієї життєдіяльності. Візьмімо за приклад і не такі драматичні крайнощі, скажімо, переїзд людини до іншого міста. Така подія, зі статистичного погляду, виявиться дуже значущою, хоча сама ця подія може мати геть іншу причину – наприклад, прагнення втекти від осоружного оточення, але сам конфлікт із близькими за цим методом може отримати нульовий числовий еквівалент і не братиметься до уваги під час обрахунків кореляцій. Отже, як можемо бачити, формально-біографічний метод каузометрії має, попри певні переваги, істотні недоліки, і його застосування потребує суттєвої модифікації.

Зазначені хиби, як здається, були зрозумілі й для самих авторів дослідження. Напевно, саме тому вони доповнили його, використавши «лексичну шкалу віддаленості» та «шкалу емоційної привабливості». Дослідники попросили респондентів, «орієнтуючись сáме на суб’єктивне відчуття віддаленості, а не на реальний час», оцінити віддаленість подій, котрі були включені до списку значущих. Переживання міри віддаленості минулих подій респонденти мали передати за допомогою ряду формалізованих понять із лексичної шкали, яким дослідники, опрацьовуючи результати, присвоювали відповідні математичні ранги: дуже давно (– 5), давно (– 4), не дуже давно (– 3), недавно (– 2), геть недавно (– 1). Аналогічним чином респонденти розкривали й відчуття віддаленості (близькості) майбутні події: дуже нескоро (+ 5), нескоро (+ 4), не дуже скоро (+ 3), скоро (+ 2), дуже скоро (+ 1). Оцінювалася й емоційна привабливість подій: дуже приємна подія (+ 2), приємна (+ 1), нейтральна (0), неприємна (– 1), дуже неприємна (– 2) [42, с. 120].

За результатом застосування цих шкал дослідники виявили «часові інверсії», тобто зміщення подій (їхнє наближення або ж віддалення) щодо фактичної хронологічної точки й, відповідно, стосовно точки теперішнього часу. Було встановлено: «Що менше інверсій, то більше залежна людина у своїх оцінках від реальної хронології, що більше інверсій, то більше вона "відірвана" від неї». Інверсії були властиві відповідям усіх респондентів. Іверсивними були 14 % відповідей; «101 інверсія у чоловіків, 156 – у жінок; 170 – в оцінках подій минулого, 87 – майбутнього» [42, с. 121]. При чому, «чоловіки були схильні до більшої актуалізації психологічного майбутнього, а жінки – минулого» [42, с. 135].

Використання шкал дало можливість дослідникам ввести два поняття: «ступінь реалізованості події» та «потенціал реалізації події». З’ясовано, що цілком реалізовані події, навіть якщо вони мали позитивний емоційний індекс, – або не піддавалися інверсії, або зміщувались у психологічне минуле; натомість іще потенційно значущі події – наближувалися до теперішнього часу і, за результатами каузометрії, виявлялися сув’язними з подіями майбутнього. Завдяки цьому дослідники виявили феномен «часової децентрації» – «здатність поглянути на своє життя з будь-якої часової позиції, з будь-якого хронологічного моменту свого життя, іноді навіть – із точки зору моменту за межами власного життя. Така децентрація передбачає можливість відокремлення особистого часового центру від моменту хронологічного теперішнього і перенесення цього центру в будь-який інший момент хронологічного минулого чи майбутнього» [42, с. 128]. Дослідники наголошують на психологічній нормативності цього феномена й зазначають, що і нездатність до децентрації, і нездатність до повернення у хронологічне теперішнє – очевидні патологічні ознаки. Підбиваючи підсумок дослідження, здійсненого Є. І. Головахою та О. О. Кроніком, зазначимо: дослідження психологічного часу особистості лише за допомогою формально-біографічних методів є непродуктивним; розкрити специфіку сприйняття та переживання респондентами психологічного часу до снаги, звернувшись до наративних форм – мовлення про минуле, теперішнє та майбутнє.

Привернімо увагу й до інших експериментальних способів опредметнення часу. Як на наш погляд, принциповою помилкою є опредметнення часу як певної протяжності. Причина цієї помилковості полягає в тім, що час не є протяжністю. Елементарний приклад – шкільна задача з фізики: з пункту А в пункт В виїжджає автомобіль; за який *час* автомобіль подолає відстань S, якщо його рівномірна *швидкість* становить V? Отже, швидкість, темп діяльності робить відносною і протяжність, і час. Це саме правило стосується і звукових протяжностей. Скажімо, симфонічний оркестр під керівництвом різних диригентів виконує один і той самий музичний твір за різний час, хоча цей час є, загалом, визначеним музичним розміром. Утім у психологічних дослідженнях мають місце спроби опредметнення психологічного часу шляхом вимірювання тих чи тих тривалостей. Зокрема, під час одного з експериментальних досліджень дошкільнятам ставилися завдання: 1) знайти серед металевих стрижнів різної довжини ті, які відповідають тривалості тих чи тих звуків; 2) накреслити лінії, які за своєю довжиною відповідали б тривалості тих чи тих звуків. На думку дослідників, за посередництва таких завдань до снаги дослідити оцінювання часу, притаманне дошкільнятам різного віку [133]. Судячи з отриманих результатів, за допомого згаданої методики можна виявити здатність дошкільнят до зіставлення декількох протяжностей і відображення звукової протяжності в протяжності просторовій. Однак, чи означає це, що їм вдалося дослідити оцінювання часу? Бо ж, як зазначають самі дослідники, *процес* зображення лінії, довжина якої була б еквівалентною тривалості звуку, іноді заважав дітям виконати завдання [133, с. 136]. Тобто час діяльності по суті поглинав оцінювання часу як форми візуалізації заданого звукового інтервалу.

Інший спосіб не зовсім коректного опредметнення часу пов’язаний із дослідженнями пам’яті. Зокрема дослідниками описано феномен вікового прискорення сприйняття часу, «оскільки кількість подій, які запам’ятовуються, з віком зменшується, то перебіг часу є швидшим для літніх людей» [62, с. 86]. Вартим уваги є й виявлений дослідниками феномен «ремінісцентного провалу», що відповідає подіям 13-річної давними: останні фіксуються в пам’яті надзвичайно стисло. На думку дослідників, такі «провали» – прояв загального феномена «телескопічного ефекту», зумовленого ослабленням із віком короткотривалої пам’яті й збереженням пам’яті довготривалої; як наслідок події 50-річної давнини сприймаються й переживаються літніми людьми як важливі, а події сьогодення як менш значущі [62, с. 86]. Відзначені дослідниками особливості функціонування пам’яті мають надзвичайне значення для аналізу вікової специфіки функціонування психологічного часу, зокрема оцінювання часу минулого. Однак опредметнення процесу пригадування як прояву сприйняття часу є, як на наш погляд, дещо категоричним, принаймні вже з тієї причини, що минулий час не тотожний часу психологічному.

Такими чином, аналіз експериментальних методів об’єктивації й опредметнення психологічного часу дає підстави для таких висновків: по-перше, каузальний метод, попри можливість широкого використання математичних методів обробки результатів, не може застосовуватися самодостатньо, оскільки він призводить до перебільшення значущості формально-біографічних подій і не охоплює суто психологічні мотивації життєдіяльності; по-друге, інформативним може бути використання тих чи тих наративних матеріалів (наприклад, інтерв’ю) як форм спонтанного чи рефлексивно-аналітичного представлення життєвих подій (минулих і майбутніх), а також бачення респондентами реалізованих і потенційних взаємозв’язків між ними; по-третє, важливим фактором, який має братися до уваги під час концептуалізації психологічного часу особистості, є вік респондентів.

**3.2. Емпіричне дослідження термінальних й інструментальних ціннісних орієнтацій соціальних працівників**

Наразі в підрозділах 3.2. і 3.3 розкрито організацію, хід та результати емпіричного дослідження, а також комплекс соціально-психологічних заходів корекційного впливу, спрямованих на оптимізацію практик самообмеження і подолання професійних криз особистості.

Принципом формування груп слугувала типологія кризових ситуацій: перша група (120 осіб): криза, спричинена зіткненням із проблемною ситуацією (всі учасники групи перебували на етапі професійного вибору); друга група (80 осіб): криза, спричинена дисонансом між досвідом і професійними завданнями (всі учасники групи вважали, що володіють більш високою кваліфікацією, аніж це потрібно для виконання їхніх професійних обов’язків); третя група (149 осіб): криза, спричинена зіткненням із екзистенціальними даностями (професійні негаразди інтерпретувалися ними через призму питань смерті, нонсенсу, свободи, ізоляції).

З метою дослідження використано: модифіковані опитувальники, розроблені Р. Мейєм для виявлення фокуса тривоги: «Тривога, пережита в дитинстві», «Тривога, яку я наразі переживаю», «Тривога в майбутньому»; методика М. Рокіча «Ціннісні орієнтації особистості», адаптована М. Гоштаусом, О. Семеновим, В. Ядовим; методика «Кола життя» (інтерпретація результатів здійснювалася за схемою, запропонованою М. Л. Смульсон); модифікований опитувальник «Час і події» (за шкалою часової віддаленості), розроблений Є. І. Головахою й О. О. Кроніком.

За допомогою зазначених методик ставилося за мету виявити рівні тривожності досліджуваних, а також домінантні фокуси тривожності – звʼязок тривожності з минулим, теперішнім чи майбутнім; розподіл термінальних та інструментальних цінностей; концепції часу (час як цикл, час як «дерево» альтернатив, час як вектор), визначення часової локалізації актуальних подій, що трактувалась як тотожні часовій децентрації.

На етапі пілотажного дослідження виявлено ступінь інформативності низки емпіричних методів, а також оптимальні форми корекційного впливу. Зокрема, підтверджено теоретичні положення, висловлені Ю. Ж. Шайгородським, про принципову відмінність ціннісних орієнтацій чоловіків і жінок, у тому числі їхнього ставлення до професійної діяльності та професійних криз. Відповідно, встановлено, що корекційні заходи в роботі з чоловіками та жінками мають містити істотні відмінності, визначені ціннісними орієнтаціями й особливостями психологічного часу. Крім того, корекційні заходи, відповідно до типу професійних криз, повинні мати специфічну спрямованість.

Встановлено, якщо суб’єкт переживає професійну кризу, спричинену зіткненням із проблемною ситуацією (перший тип професійної кризи), то ефективна форма роботи – це групові тренінги, учасники яких мають тотожну сферу діяльності (тренінг Р. Е. Кірстена, використаний нами у корекційній роботі з особами, які переживали професійну кризу першого типу). У разі переживання професійної кризи, спричиненої оцінкою сфери діяльності як такої, що не відповідає кваліфікації суб’єкта (другий тип професійної кризи), то використання згаданої форми корекційної роботи є вкрай неефективним; натомість, акцент має робитися на індивідуальних формах роботи, а предметом виступати – мотиваційна сфера суб’єкта [148]. Тому подальше емпіричне дослідження проводилося з жінками (88 осіб), які переживали професійну кризу третього типу, спричинену зіткнення з екзистенціальною тривогою. При цьому ми виходили з того, що в умовах конфронтації особистості з екзистенціальними даностями має проявлятися тривожність, а також усвідомлення, по-перше, неузгодженості уявлень про доцільний спосіб життя і самою життєвою ситуацією; по-друге – матиме місце «конфронтація» з теперішнім часом, що, напевно, проявлятиметься у спробах вийти за його рамки – суб’єктивній актуалізації або минулого, або майбутнього часу, тобто матимуть місце часові децентрації.

Подальші дослідження життєдіяльності в часі є вельми складним завданням. Головна складність полягає в тім, що людина об’єктивно не вилучається з часу, а отже час не може опредметнюватись як стороння характеристика життєдіяльності. Тобто дослідити життєдіяльність не-в-часі, з метою її подальшого зіставлення із життєдіяльністю в-часі – неможливо. По суті йдеться про те, що класичний психологічний експеримент, предметом якого була б життєдіяльність у часі, – нездійсненний. Разом із тим цілком очевидно, що людям властиво по-різному ставитися до часу, кажучи мовою філософії, мають місце різні модуси часу. Саме ці відмінні способи відношення особистості до часу, які вона ж таки конструює за посередництва культури, і становлять предмет психологічних досліджень. Тобто в психології досліджується умовний «психологічний час» – уявлення про час (у найрізноманітніших його проявах), час виконання певного завдання, час як період життя – ситуація «тут і нині», прожитий і майбутній час.

Наразі ми досліджуватимемо ціннісний аспект відношення людини до часу. Відповідно до настановлення нашої культури, час життя – це одна із найважливіших цінностей. (Напевно, найкраще цей погляд на цінність часу висловив Анней Сенека у своїх «Моральних листах до Луцилія» [119].) Час є цінність. Але чому? З тієї очевидної причини, що час – уможливлення всякого буття. Чи не випливає звідси висновок, що заперечення часу, вилучення людини із часу – це заперечення всякого буття? З токи зору логіки таке міркування здається істинним. І в цім контексті можливим є доволі своєрідний погляд на постмодерну культуру, якій властиве радикальне заперечення становлення. Утім наразі зосередимо увагу на іншому аспектові – відношенні між ціннісними орієнтаціями та часом. Відповідно, ми окреслимо те, як у психології трактуються цінності та ціннісні орієнтації, а також конкретизуємо представлені в літературі спроби досліджень ціннісних орієнтації, що мали предметом уявлення про майбутнє.

Ціннісні орієнтації традиційно трактуються як спрямованість особистості на опанування певних цілей і засобів діяльності. Відтак, цілком слушно вважається, що ціннісні орієнтації – це прояв ставлення особистості до світу. Зокрема, вони відображають те, як особистість бачить світ (тобто картину світу, яка властива особистості); ціннісні орієнтації розкривають й уявлення людини про себе у світі. Умовно кажучи, цінності – своєрідна топографія культури; а ціннісні орієнтації ніби азимут, який людина прокладає собі у світі.

Найактивніше формування ціннісних орієнтацій відбувається в період юнацького віку [69, с. 22-36]. Причини, з яких ціннісні орієнтації формуються саме в згаданий віковий період, очевидні: в когнітивному плані підлітки вже здатні вийти за межі егоцентричного світогляду й осягати соціальні цінності як певні даності – умови, в рамках яких вони мають соціалізуватися; водночас самé питання соціалізації вже виходить зі сфери гри і стає як потребою, так і необхідністю. За міркуванням Є. І. Головахи, в дитинстві людина не зіставляє свої переживання з певними символічними значеннями, але в роки юності, коли формується самосвідомість і виникає потреба у самоствердженні, не розрізнений до того потік загальнолюдських цінностей, таких, як доброта, довіра до людей, оптимізм, віра в себе, ініціатива, здатність до інтимного спілкування, знаходить конкретний сенс і «закріплюється в поведінковому коді» [41, с. 37].

Кожна людина, вступаючи до самостійного життя, інтеріоризує нормативну для культури ціннісну систему, або ж формує свою власну систему цінностей (останнє, щоправда, трапляється вкрай рідко) [68, с. 115]. Упродовж життя відбувається переоцінка тих чи тих цінностей, має місце й зміна ціннісних орієнтацій. Такі трансформації цінностей і ціннісних орієнтацій переживаються не лише окремими особистостями, а й соціальними групами, від малих груп до людства загалом. Сприймання цінностей як «природних», «загальнолюдських», обґрунтованих за посередництва певних непохитних авторитетів (бажано трансцендентного штибу) забезпечує сталість існування спільноти в часі та просторі. Проте завше відбувається «переоцінка» цінностей: людство ніби створює собі нові орієнтири й підвалини, нарікаючи їх цінностями (В. В. Бушанський [34; 35]).

Наразі наголосімо на такому теоретичному аспекті: як на наш погляд, є рація чітко розрізняти:

1) цінності як такі, тобто ті, котрі вироблені культурою і встановлюються як норми;

2) ціннісні орієнтації особистості, зумовлені її соціалізацією;

3) ціннісні орієнтації, які формуються в процесі діяльності;

4) ціннісні орієнтації, котрі виробляються особистістю індивідуально, шляхом критичного переосмислення культурних норм.

Безперечно, всі згадані аксіологічні прояви, по-перше, сув’язні, й по-друге – можуть піддаватися подальшій деталізації. Разом із тим, характеризуючи подану психологічну типологію цінностей і ціннісних орієнтацій, зазначимо, що виокремлені типи відображають перехід од найбільш загального до найбільш індивідуального прояву цінностей і ціннісних орієнтацій. Бо цілком очевидно, що соціальні цінності, тобто ті, які артикулюються культурою, мають неперсональне явлення.

Скажімо, цінність «здоров’я» – це так звана «природна цінність». Вона встановлюється на рівні «здорового глузду». Відповідно й у засвоєнні цінності «здоров’я» немає жодного індивідуалістичного прояву. Утім, здійснивши аксіологічні дослідження, ми, безумовно, можемо виявити, що всі цінності, зокрема й природні, такі як «здоров’я» чи «право людини на життя», завжди мають певні наративні витоки та дискурсивні основи. Той-таки концепт природних цінностей був розроблений античною філософією, з якої вже й перейшов до християнської теології. Звернувшись до праць Тертулліана, ми можемо бачити, як згаданий концепт використовується в інтерпретаціях біблійних текстів [137]. І наразі концепт природних цінностей, утративши будь-яке теологічне оформлення, є, напевно, найпоширенішим способом обґрунтування цінностей.

Візьмімо для прикладу цінності, котрі ми трактуємо як «загальнолюдські» – вони відображені в деклараціях прав і свобод людини й зафіксовані в конституціях усіх демократичних країн. Утім, як писав М. О. Бердяєв, свобода, рівність і братерство – це християнські принципи, які були піддані секуляризації. І нині цінності свободи, рівності та братерства, а також усі цінності похідні від них, тлумачаться як природні, загальнолюдські та невідчужувані. Проте виникає принципове і, як на наш погляд, нині невирішуване питання: як обґрунтувати природні, чи пак загальнолюдські цінності? Сам концепт природності цінностей зародився в лоні античної культури, яка за своєю суттю була культурою міфологічною [55]. У рамках міфологічної культури, котрій було властиве обожнення Космосу і сприймання природи як живого організму, аналогічне трактування цінностей як природних – було річчю очевидною (О. Ф. Лосєв [78; 78]). Однак нині ми живемо в геть іншій культурі й маємо геть іншу картину світу, яку, за формулою Л. І. Шестова, слушно визначити як «апофеоз безґрунтовності. А в ситуації безґрунтовності жодна самоочевидність неможлива.

Той-таки Л. І. Шестов писав: ми всі переконані, що здоров’я є однією із найважливіших цінностей; утім подивімося на історію культури – на постаті Ф. Ніцше, Ф. М. Достоєвського, М. В. Гоголя й багатьох-багатьох інших геніїв – чи не кажуть нам ці приклади, що не здоров’я, а навпаки – хвороба є благом для людини, а отже й має сприйматись як цінність? Дуже важко відповісти на запитання Л. І. Шестова. Поготів, важко відповісти на нього однозначно та категорично. Проте сенс міркувань Л. І. Шестова не в тому, щоб знайти однозначну відповідь, а в тому, аби виявити сумнівність однозначності – похитнути прагматичний і самовдоволений погляд на життя, й сприйняття цінностей як раз і назавжди даних орієнтирів. Відзначимо й наступне: міркування Л. І. Шестова – це взірець критичного погляду на культуру, його індивідуальний досвід особистісного споглядання цінностей і норм, спроба самостійного осягнення правди і кривди цього життя. У запропонованій вище загальній типології ми відзначали такий індивідуалістичний досвід критичного мислення як окремий тип освоєння цінностей і ціннісних орієнтацій.

Таким чином, удавшись до короткого огляду проблеми цінностей і ціннісних орієнтацій у психології й аксіології, ми можемо бачити, що ця проблема є вкрай складною, пов’язаною з самими основами культури та самосприйняття людини. А отже й дослідження цієї проблеми має істотне значення.

Експериментальні дослідження ціннісних орієнтацій особистості започатковуються з розробки М. Рокічем спеціальної методики. Дослідник запропонував поділити цінності на термінальні (цінності-цілі) й інструментальні (цінності-засоби), по 18 цінностей у кожному блоці. Перші фіксують основні принципи життєвих орієнтацій людини, її найглибші та моральні орієнтири; другі – актуальні (чи лише прийнятні) для особистості засоби досягнення життєвих цілей. Відповідно до процедури дослідження, пропонується впорядкувати цінності в ієрархічному порядку: розташувати спочатку цінності у списку А (термінальні цінності) від найважливішої до найменш важливої, а потім у списку Б (інструментальні).

Термінальні (базові) цінності: активне життя; життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, які досягаються життєвим досвідом); здоров’я (фізичне та психічне); цікава робота; краса природи та мистецтва (переживання прекрасного у природі й мистецтві); любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальної скрути); наявність добрих і вірних друзів, загальний добрий стан у країні, збереження миру між народами (як умова щастя кожного); громадське визнання (повага оточуючих); пізнання (можливість розширення своєї освіти, загальної культури, інтелектуальний розвиток); рівність (братерство, рівні можливості для всіх); самостійність – як незалежність у судженнях й оцінках; свобода – як незалежність у вчинках і діях; щасливе сімейне життя; творчість (можливість творчої діяльності); упевненості в собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів); задоволення (життя, повне задоволень, розваг, приємного дозвілля).

Інструментальні цінності: акуратність (чистоплотність, уміння зберігати свої речі в порядку, порядок у ділах); вихованість (гарні манери, ввічливість); великі запити; життєрадісність (почуття гумору, відкритість); ретельність (дисциплінованість); незалежність (здатність самостійно діяти, рішуче); непримиренність до недоліків (відносно до себе та до інших); освіченість (почуття обов’язку, вміння тримати слово); раціоналізм (вміння логічно думати, приймати обмірковані рішення); самоконтроль (стриманість, самодисципліна); сміливість у відстоюванні своїх поглядів; тверда воля (вміння наполягти на своєму, не пасувати перед труднощами); терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки); широта поглядів (уміння зрозуміти іншу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички); чесність (правдивість, щирість); ефективність у справах (любов до праці, продуктивність, результативність у роботі); чуйність (турбота про інших).

Суть методики, як ми зазначали, полягає у ранжуванні термінальних, а потім – інструментальних цінностей, які занесені до окремих карток. По закінченні роботи респондента просять зазначити, наскільки він упевнений в тому, що при повторному опитуванні підтвердить визначений порядок пріоритетності цінностей (для цього використовується спеціальний бланк із позначками відсотків, від 50 % до 100 %).

Як свідчить численна практика застосування методики, при повторному опитуванні через 2 тижні стійкість за списком термінальних цінностей становить, зазвичай, 82,3 %, за списком інструментальних – 78,7 %. Встановлено, що стійкішими є цінності-цілі. Ієрархія (рангова модель) ціннісних орієнтацій, отримана в результаті обробки матеріалу, показує, які актуальні ціннісні системи притаманні певній особистості, представникам, скажімо, того чи того регіону, соціальної групи, наскільки відрізняються соціальні групи між собою у виборі базових цінностей і засобів регуляції життєвих ситуацій, які основні стереотипи поведінкових дій і який їхній зв’язок із соціальними факторами.

У дослідженні, проведеному російськими психологами О. В. Шаріковим та Е. А. Барановою, ця методика використовувалася для простеження сув’язності між ціннісних орієнтацій і тим, яким ЗМІ віддають перевагу респонденти. Одразу варто вказати, що ця сув’язність була чітко виокремлена дослідниками на рівні кореляції, але їм не вдалося виявити причинно-наслідковий зв'язок, тобто відповісти на запитання: преференції щодо певних медій визначають поділяння відповідних цінностей, чи поділяння цінностей зумовлює звернення до медій, у яких презентуються певні цінності?

Потрібно сказати, що виявити цей причинно-наслідковий зв'язок у рамках констатувального дослідження неможливо. Задля цього потрібно проводити експеримент: змінити медіа-середовище представників експериментальної вибірки, себто занурити їх до інформаційного середовища, в якому артикулювалися б діаметрально протилежні цінності. Можна було також простежити динаміку зміни/сталості ціннісних переконань у часі, тобто залежно від часу перебування в неприйнятному інформаційному середовищі. Продуктивним було б також вивчення пасивного й активного сприйняття інформації та їхнього впливу на зміну ціннісних переконань. І нарешті становить інтерес зв'язок зміни/сталості ціннісних переконань особистісних і соціальних рис учасників експерименту. Однак дослідники не вдалися до цього кроку й тому отримані ними результати мають суто описове значення.

Утім проведене ними дослідження має певне методологічне значення. Зокрема становить інтерес розподіл термінальних й інструментальних цінностей за факторами. Зокрема дослідники зазначають, що «факторизація матриць рангових значень уможливила виявлення прихованих ціннісних змінних. У випадку термінальних цінностей виокремився лише один значущий фактор» – Ftv. «Фактор Ftv, – зазначають дослідники, – відображає класичну філософську категоріальну пару "матеріальне – духовне"… Найнавантаженішими елементами на його позитивному полюсі виявилися такі цінності як розвиток, творчість, пізнання, краса природи та мистецтва, щастя інших, тобто традиційні гуманістичні цінності, пов’язані, зазвичай, із категорією "духовне". На негативному полюсі розташувалися: матеріально забезпечене життя, здоров’я, щасливе сімейне життя, кохання, розваги – тобто тяжіння до побутового, приземленого, матеріального».

У системі інструментальних цінностей дослідники виокремили два поляризованих фактори: протилежність «чоловічого – жіночого» – Fiv1, та «вікової значущості цінностей» – Fiv2. Якщо перший фактор виявився вираженим, то другий – більш невизначеним, що, напевно, було пов’язано з недостатньою віковою диференціацією досліджуваних. У структурі фактору Fiv1, як зазначають автори, «навантажені такі фемінні характеристики, як терпимість і чуйність. На протилежному полюсі ми знаходимо такі маскулінні якості: непримиренність до вад у собі й інших, раціоналізм, високі запити, тверда воля, незалежність, сміливість». Автори, однак завважують, що така цінність як «терпимість» не може однозначно трактуватися як суто фемінна, адже вона є необхідною фаховою рисою психолога і професійна соціалізація досліджуваних пов’язана з її розвитком.

Характеризуючи прояви структуру фактору Fiv2, автори зазначають: «Позитивний полюс найнавантаженіший такими рисами, як незалежність, сміливість і широта поглядів. На негативному полюсі найбільше факторне навантаження мають елементи ретельність, акуратність, вихованість». Як показало дослідження, проведене О. В. Шаріковим і Е. А. Барановою, відмінність ціннісних орієнтацій між представницями двох вибірок свідчить, що цінності, котрі розташовуються на полюсі «духовність» притаманніші для представниць першої вибірки, а цінності «матеріального» полюсу – другої. Представниці другої вибірки віддають порівняно більше преференцій і маскулінним цінностям. Однак цінність «терпимість», котра, як зазначалося, є необхідною в професійній соціалізації психологів, залишилася значущою.

Становить інтерес і порівняльне дослідження ціннісних орієнтацій дівчаток і хлопчиків підліткового віку, здійснене українським психологом Ю. Ж. Шайгородським. Дослідження, проведене Ю. Ж. Шайгородським, ґрунтувалося на припущенні про існування відмінностей між ціннісними орієнтаціями. Методологічною базою слугувала методика М. Рокіча. Завдяки проведеному пілотажному дослідженню, методика М. Рокіча була адаптована: зокрема, формулювання термінальних та інструментальних цінностей були змінені відповідно до особливостей підліткового сприйняття, вводилися також додаткові формулювання; передбачена методикою процедура зберігалася. Особливий інтерес становить те, що результати дослідження ціннісних орієнтацій зіставлялися з особливостями діяльності підлітків. Таким чином, забезпечувалася «цілісність» пізнання об’єкта. Самі термінальні й інструментальні ціннісні орієнтації були потрактовані як складник «ціннісно-смислової сфери», до якої також були віднесені «життєві плани» й «особистісні риси». («Життєві плани» й «особистісні риси» розкривалися за допомогою спеціальних методик, на одній із яких ми окремо зупинимося, оскільки вона стосується уявлення про життєдіяльність у майбутньому часі.) «Ціннісно-смислова сфера» підлітків зіставлялася зі сферами «процесуально-результативної» та «комунікативно-орієнтованої» діяльностей. Під першою розумілася насамперед навчальна діяльність, участь у роботі різноманітних гуртків і клубів, громадська робота тощо; під «комунікативно-орієнтованою» – міжособистісні взаємини. Наразі звернемося лише до тих результатів, котрі стосуються підліткових ціннісних орієнтацій. «У структурі термінальних цінностей, – зазначає Ю. Ж. Шайгородський, – домінують: "друзі", "щасливе сімейне життя", здоров'я", "стан природного середовища", "справедливість", "впевненість у собі", "матеріально забезпечене життя", "життєва мудрість (зрілість суджень)". У хлопчиків: "здоров'я, бадьорість", "щасливе сімейне життя", "друзі", "справедливість", "упевненість у собі", "любов", "самостійність". Порівняно з чоловіками, жінки вище цінують "матеріально забезпечене життя", "суспільне визнання", "модний одяг"; хлопчики вище, аніж дівчатка оцінили: "рівність", "любов", такі цінності як "активне діяльне життя", "високе службове становище". Загальновіковою характеристикою термінальних цінностей є їхня егоцентрична спрямованість. Цінності ж альтруїстичної спрямованості: "активна діяльне життя", "інтернаціоналізм", "активність у громадській роботі", "ініціативність", "дисциплінованість" тощо зайняли однаково низькі ранги в ієрархії цінностей.

Результати дослідження інструментальних цінностей свідчать, що вони не завжди відповідають цінностям термінальним. Очевидно, що інструментальні цінності, являючи собою засоби досягнення віддалених у часі (термінальних) цінностей, мали б відповідати останнім. Однак, згідно з дослідженням, яке ми наразі розглядаємо, інструментальні цінності, котрі властиві підліткам, мають своєрідну самодостатність.

Цілком зрозуміло, що для реалізації певного образу «Я в майбутньому» потрібні адекватні очікуваному образу навики діяльності, а також ближні та дальні цілі. Зрозуміло і те, що навики діяльності, ближні та дальні цілі конвергентні термінальним й інструментальним ціннісним орієнтаціям.

Такими чином, проаналізовані дослідження термінальних та інструментальних ціннісних орієнтацій становлять значний інтерес. Насамперед при проведенні подальших досліджень зазначеної проблематики, як на наш погляд, доцільно враховувати можливість факторизації термінальних та інструментальних ціннісних орієнтації, зокрема сув’язності між ціннісними орієнтаціями групи А та Б. Водночас, дослідження ціннісних орієнтацій є інформативнішим, якщо виявлені ціннісні орієнтації зіставлятимуться із життєвими сферами досліджуваних – сферою предметної діяльності та дозвілля. Таке зіставлення уможливлює виявлення ступеня цілісності різних сфер життєдіяльності. Також варто відзначити продуктивність встановлення образу Я в часі, наприклад, у майбутньому (скажімо, через десять років), а також у минулому (виявлення теперішнього уявлення про Я-минуле). Таке дослідження теперішнього уявлення досліджуваних про себе в минулому та майбутньому уможливлює розкриття того, наскільки чітко вони усвідомлюють часовий зв’язок між власним життям у минулому, теперішньому та майбутньому; наскільки усвідомлюють власну відповідальність за теперішній стан їхнього життя як результат минулих учинків і передумову майбутньої ситуації, тобто якою мірою ними осмислюється ступінь актуалізації часових зв’язків.

І останнє, оскільки явною є кореляція між інформаційним середовищем і поділянням тих чи тих ціннісних орієнтацій, то важливим є і виявлення когнітивного чинника ціннісних орієнтацій, а також, імовірно, можливою є й свідома корекція особистістю свого інформаційного середовища, як фактора, котрий впливає на цінісноорієнтаційні умови життєдіяльності.

**3.3. Взаємозв’язок тривожності, ціннісних орієнтацій і часових децентрацій соціальних працівників**

Необхідною умовою для експериментального дослідження психологічного часу є ситуація конфронтації особистості з екзистенціальними даностями. Вочевидь, саме в такій ситуації проявлятиметься тривожність, а також усвідомлюватиметься, по-перше, неузгодженість уявлень про доцільний спосіб життя і самою життєвою ситуацією; по-друге – матиме місце «конфронтація» з теперішнім часом, що, напевно, проявлятиметься у спробах вийти за його рамки – суб’єктивній актуалізації або минулого, або майбутнього часу, тобто – часових децентраціях.

Виявлено ознаки професійних криз: небажання продовжувати трудову діяльність з повною зайнятістю 38,6% осіб, небажання взагалі продовжувати трудову діяльність за відсутності інших джерел матеріального забезпечення 15,9% осіб.

Зʼясовано, що всім учасникам дослідження були властиві негативні форми самообмеження: уникання спілкування з близькими друзями відбувалось лише за ініціативи останніх; відсторонення від нової інформації, зокрема й професійної; емоційне відчуження від інформації соціокультурного змісту; прагнення звести професійну діяльність до можливого мінімуму.

З метою дослідження використовуватися такі методики:

1. Модифіковані опитувальники, розроблені Р. Мейєм для виявлення фокуса тривоги в самотніх матерів: «Тривога, яку я переживала в дитинстві», «Тривога, яку я переживаю в цей час», «Тривога в майбутньому» [91, с. 405–410];

2. Методика М. Рокіча «Ціннісні орієнтації особистості», адаптована М. Гоштаусом, О. Семеновим, В. Ядовим;

3. Методика «Кола життя» (інтерпретація результатів здійснювалася за схемою, запропонованою М. Л. Смульсон [95, с. 149–155]);

4. Модифікований опитувальник «Час і події» (за шкалою часової віддаленості), розроблений Є. І. Головахою й О. О. Кроніком.

За допомогою зазначених методик, ми ставили за мету:

1) виявити рівні тривожності учасників дослідження, а також домінантні фокуси тривожності – пов’язаність тривожності з минулим, теперішнім чи майбутнім;

2) розподіл термінальних та інструментальних цінностей;

3) концепції часу (час як цикл, час як «дерево» альтернатив, час як вектор),

4) часову локалізацію актуальних подій, що трактувалась як тотожна часовій децентрації.

Оскільки використані нами методики докладно описані в літературі, ми зупинимося лише на логіці побудови та процедурі застосування опитувальника «Час і події (за шкалою часової віддаленості)». В основу опитувальника було покладено «шкалу часової віддаленості», розроблену Є. І. Головахою й О. О. Кроніком [42, с. 120]. До шкали були включені такі лексичні форми віддаленості: дуже давно, давно, не дуже давно, недавно, геть недавно, тепер (зараз), дуже нескоро, нескоро, не дуже скоро, скоро, дуже скоро.

Учасницям дослідження надавалася така інструкція: «Назвіть, будь-ласка, дві події свого життя, пригадуючи які у Вас виникає відчуття, ніби ці події відбулися "дуже давно", незалежно від того, коли насправді ці події відбулися, з хронологічної точки зору». Після називання таких подій, респонденткам пропонувалось аналогічним чином назвати дві події, які відбулися «давно», потім – «недавно», «геть недавно», «тепер (зараз)» і т. д. Коли був сформований список подій, респондентки мали вказати їхні календарні дати. Виявлення розбіжностей між фактичною (календарною) локалізацією події та її наративним представленням – скажімо, як такої, що відбулася «дуже давно», але насправді, з хронологічного погляду, – нещодавно, тлумачилося нами як прояв «часової інверсії» – наближення або віддалення події щодо теперішнього часу на хронологічній осі, а отже і як прояв часової децентрації: якщо, з хронологічного погляду, далекі події сприймалися як такі, що відбулися «недавно», або більше того, як такі, що відбуваються буквально «зараз», то така інверсія тлумачилася як децентрація в минуле; і навпаки: сприйняття віддалених подій, як уже, по суті, здійснених – тлумачилось як децентрація в майбутнє.

За деякий час, як правило, наступного дня, відбувалася перевірка списку подій. Ми просили респондентів розповісти про подію, яка відбулася такого-то чиста. Ставлячи таке завдання, ми уникали повторення мовної форми часового представлення події респондентками. Наративні представлення, які фіксувалося нами на диктофон, мали підтвердити або спростувати часові інверсії, пов’язані зі списком подій. Аналізуючи наративи, ми звертали уваги на часові форми представлення: повторення респондентками мовних форм віддаленості (це відбулося, скажімо, «недавно») або інших подібних форм – «це відбулося, наче вчора» тощо. Водночас, аналізуючи автонаративи, ми фіксували їхнє насичення емоційними та метафоричними фігурами: особливості таких мовних фігур розкривали ступінь суб’єктивної наближеності/віддаленості події. При цьому ми звертали увагу також на просторову локалізацію події (чи пов’язане місце дії з тим, де нині перебуває (мешкає) респондент), а також – на те, які учасники події згадуються в наративі (це особи, з яким респондент і нині тісно спілкується, чи це особи, котрих уже немає в життєвому просторі респондента). У випадку, коли наративне представлення події не супроводжувалося метафоричним насиченням, або ж принаймні – жестикуляцією чи інтонаційними модуляціями, виокремлені у списку події вважалися сумнівними, тобто попередня відповідь трактувалась як суто формальна.

Особливе значення мали інверсії майбутнього часу. Зокрема фіксувався фактор, значущість якого обґрунтована в дослідженні Ю. Ж. Шайгородського, – ступінь реалістичності/нереалістичності очікувань від майбутнього. Зокрема, ми прагнути встановити – наскільки очікування від майбутнього пов’язані з особливостями діяльності (навчальною, трудовою – нині або в минулому, громадською, під час дозвілля, хобі). Задля цього з респондентками проводилося інтерв’ю, в рамках якого ми намагалися виявити сфери їхніх інтересів, при чому не лише тепер, а й у період до народження дитини; з’ясовувалась також їхня академічна успішність. У такий спосіб виявлявся вірогідний ступінь обґрунтованості (реалістичності) домагань, властивих учасницям дослідження. Якщо респондентки зазначали, що вони «скоро» отримають диплом про вищу освіту, то таке твердження, звісно, трактувалась як цілком реалістичне. Однак, якщо вони були певні в тому, що «дуже скоро» «підуть на високооплачувану роботу», але при цьому не мали жодного досвіду трудової діяльності, або ж називали сфери трудової діяльності, безпосередньо не пов’язані зі спеціальністю, яку вони здобували, то такі судження тлумачились як нереалістичні.

Становили інтерес також особливості наративних форм, до яких вдавалися учасниці дослідження, кажучи про майбутнє. Ми звертали увагу на те, наскільки ці форми детерміновані культурним дискурсом: чи має місце опосередковування кітчевих образів, чи вдаються респондентки до імпліцитних цитувань тих чи тих образів масової культури тощо. Якщо судження про себе в майбутньому мали виразно кітчевий характер, то такі судження також вважалися нереалістичними, також робився висновок про ілюзорність уявлення – наявність спроб витіснити тривогу очікування майбутнього, шляхом конструювання «оптимістичного» уявлення.

Встановлено особливості розподілу фокусів тривоги. Високий рівень тривоги, пов’язаний із *минулим*, переживали 19,3% учасників дослідження; помірно високий 4,5% осіб, помірно низький 5,7% осіб, низький 6,8% осіб. Високий рівень тривоги, пов’язаний із *теперішнім часом*, переживали 19,3% учасників дослідження, помірно високий рівень 9% осіб, помірно низький – 3,4% осіб, низький рівень не виявлений. Високий рівень тривоги, пов’язаний із *майбутнім*, переживали 15,9% учасників дослідження, помірно високий – 3,4% осіб, помірно низький – 6,8% осіб, низький – 5,7% осіб.

Результати застосування методики М. Рокіча було зіставлено з інтегрованими показниками рівнів тривожності та відзначено найбільш навантажені ціннісні орієнтації (див. табл. 3.1).

*Таблиця 3.1*

**Розподіл ціннісних орієнтацій щодо рівнів тривожності**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рівні тривожності** | **Термінальні ціннісні орієнтації** | **Інструментальні ціннісні орієнтації** |
| Висока тривожність  | Щасливе сімейне життя; любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); здоров’я (фізичне та психічне); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальної скрути); життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, які досягаються життєвим досвідом); цікава робота | Чуйність (турбота про інших); акуратність (чистоплотність, уміння зберігати свої речі в порядку, порядок у ділах); ретельність (дисциплінованість); самоконтроль (стриманість, самодисципліна); терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки); освіченість (почуття обов’язку, вміння тримати слово) |
| Помірно висока тривожність  | Щасливе сімейне життя; любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); здоров’я (фізичне та психічне); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальної скрути); цікава робота; наявність добрих і вірних друзів, загальний добрий стан у країні, збереження миру між народами (як умова щастя кожного). | Чуйність (турбота про інших); акуратність (чистоплотність, уміння зберігати свої речі в порядку, порядок у ділах); освіченість (почуття обов’язку, вміння тримати слово); терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки); широта поглядів (уміння зрозуміти іншу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички). |
| Помірно низька тривожність  | Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); щасливе сімейне життя; активне життя; здоров’я (фізичне та психічне); цікава робота; матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальної скрути); пізнання (можливість розширення своєї освіти, загальної культури, інтелектуальний розвиток). | Чуйність (турбота про інших); освіченість (почуття обов’язку, вміння тримати слово); сміливість у відстоюванні своїх поглядів; широта поглядів (уміння зрозуміти іншу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички); чесність (правдивість, щирість); раціоналізм (вміння логічно думати, приймати обмірковані рішення). |
| Низька тривожність  | Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); щасливе сімейне життя; цікава робота; громадське визнання (повага оточуючих); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальної скрути); задоволення (життя, повне задоволень, розваг, приємного дозвілля). | Життєрадісність (почуття гумору, відкритість); чуйність (турбота про інших); незалежність (здатність самостійно діяти, рішуче); широта поглядів (уміння зрозуміти іншу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички); освіченість (почуття обов’язку, вміння тримати слово); сміливість у відстоюванні своїх поглядів. |

За методикою «Кола життя» ми виявили три представлення, проінтерпретованих як форми циклічного сприйняття часу; всі інші представлення – мали характер векторного сприйняття. Відповідно до інтерпретації, запропонованої Є. І. Головахою й О. О. Кроніком, розмір кіл відображає сприйняття умовного «резервуару часу». 2,7% учасників дослідження, які вдалися до циклічного зображення часу, мали помірно високий рівень тривожності щодо теперішнього часу, 1,1% осіб – помірно низький. 11,4% опитаних зобразили «кола минулого життя» більшими, аніж кола теперішнього, кола майбутнього також були більші за кола теперішнього. 11,4% респондентів мали високий і помірно високий рівні тривожності щодо минулого. В інших учасників дослідження кола минулого та теперішнього були приблизно однакового розміру, а кола майбутнього дещо більшими.

Використання опитувальника часових інверсій уможливило виявлення низки особливостей часових децентрацій. Респонденти з високим рівнем тривоги, пов’язаним із *минулим*(19,3% осіб), вдавалися до максимального наближення минулих подій. Зокрема, визначивши ряд подій як таких, що відбулися «дуже давно» та «давно», в наступній бесіді вони вдалися до інших суджень – змістили події ближче до теперішнього часу: події характеризувались як «нещодавні», як такі, що відбулися, «ніби вчора», а емоційність і метафоричність висловлювань свідчила про глибоке переживання цих подій. Говорячи про минулі події, респондентки доволі часто переходили до обговорення теперішнього або майбутньо часу. Досліджувані з помірним рівнем тривоги щодо минулого (4,5% осіб) вдавалися до подібної мовної стратегії. Такі наративні особливості, безперечно, відображали часову децентрацію в минуле. Досліджувані з помірно низьким (5,7% осіб) і низьким (6,8% осіб) рівнями тривожності щодо минулого відтворили під час бесіди ті часові інверсії, які були визначені ними початково. Учасники дослідження з високим рівень тривоги, пов’язаним із *теперішнім часом*(19,3% осіб), засвідчили тенденції до децентрації в минуле (11,4% осіб) і майбутнє (8% осіб). Подібні децентрації властиві й респонденткам із помірно високим рівнем тривожності (децентрація в минуле – 5,7% осіб, в майбутнє – 3,4% осіб). Респондентки з помірно низьким рівнем тривоги відтвори попередні інверсійні судження. Високий рівень тривоги, пов’язаний із *майбутнім*, що був властивий 15,9% опитаних, супроводжувався децентрацією в минуле у 10,2% осіб і децентрацією в майбутнє у 5,7% осіб. Судження про минуле відзначалися емоційністю та метафоричністю, очевидним був ігровий характер уявлення про майбутнє. За показниками помірно високого рівня тривожності щодо майбутнього, 2,3% осіб мали тенденцію до децентрації в минуле, 1,1% осіб – в майбутнє. За показниками помірної тривоги, незначні децентрації в минуле були виявлені у 2,3% осіб, у майбутнє – у 4,5% осіб. За показниками низького рівня тривожності у 5,6% осіб виражені часові децентрації не спостерігалися.

Отже, проведене експериментальне дослідження уможливило виявлення кореляції між тривожністю, ціннісними орієнтаціями та часовими децентраціями. Встановлено, що тривожність високого та помірного рівнів є сув’язною з часовими децентраціями. За помірно низького та низького рівня тривожності спостерігаються часові інверсії, однак тенденції до часової децентрації особистості не мають очевидного вираження.

Має місце й сув’язність між рівнями тривожності та ціннісними орієнтаціями. За високого та помірно високого рівнів тривожності в ієрархії термінальних ціннісних орієнтацій найвищих рангів набувають цінності пов’язані з почуттям безпеки, турботи та матеріального благополуччя. Серед інструментальних цінностей – найвищих рангів набувають цінності, пов’язані з відповідальністю та толерантністю. Помірно низький і низький рівні тривожності сув’язні з термінальними ціннісними орієнтаціями, котрі відображають орієнтацію особистості на соціальну активність й активну життєву позицію загалом. Прикметним, як на наш погляд, є те, що респондентки з високими та помірно високими рівнями тривоги найвищі ранги серед термінальних цінностей віддали «щасливому сімейному життю», в той час як респондентки з помірним і низьким рівнями тривожності – «любові». Важливим, як на наш погляд, є той факт, що серед учасників дослідження не виявлено осіб, які не переживали б тривожності щодо теперішнього часу. Це, вочевидь, пов’язано з самою екзистенціальною ситуацією, в якій перебували учасниці дослідження.

Корекційна робота базувалася на використанні тренінга особистісного розвитку, в рамках якого ставилось за мету забезпечити: розвиток особистісної рефлексії, оскільки згідно зі Ю. М. Швалбом, подоланню кризової ситуації має передувати усвідомлення ситуації як кризової. Крім того, має бути й усвідомлення та прийняття досвіду відторгнення, з яким стикалися учасниці дослідження, адже, згідно з дослідженнями Р. Мейя, головним фактором, що викликає екзистенціальну тривогу є приховане відторгнення. Застосовувались як індивідуальні, так групові форми роботи.

Базуючись на концепції Ю. М. Швалба, згідно з якою кризова ситуація розпочинається як подія, а завершується як вчинок, ми вважали, що головним критерієм успішності корекційних заходів мають бути вчинки – дії учасників дослідження, спрямовані на подолання: 1) кризових ситуацій, 2) негативних форм самообмеження. Результати контрольного зрізу засвідчили, що учасниці дослідження, які мали труднощі зі складанням екзаменаційних сесій успішно впорались із цією кризовою ситуацією 20,5% осіб; усі учасниці дослідження, котрі мали намір припинити навчання у ВНЗ – продовжили навчатися (25% осіб); із 38,6% осіб, які вважали за доцільне перейти до неповної трудової зайнятості, вдалися до цього кроку лише 5,6% осіб; усі жінки, які хотіли відмовитись від трудової діяльності, продовжили працювати, причому троє із них перейшли на нове місце роботи з більш прийнятним графіком робочого часу. Згідно отриманих даних, спостерігався й перехід від негативних до позитивних форм самообмеження: ретельне управління часом і спілкуванням, що властиве самоорганізованості особистості.

**ВИСНОВКИ**

1.  Встановлено, що самообмеження особистості соціального працівника в умовах професійної кризи відрізняється дихотомічністю і може проявлятися як у негативній, так і позитивній формах. Негативним проявом самообмеження є, зокрема, відчуження, крайня форма якого – самозаперечення. Позитивним проявом самообмеження є самоорганізація особистості; критичне оцінювання нею соціальних навіювань та експектацій, а також здатність мобілізувати актуальні форми соціальної активності відповідно до пріоритетів професійної діяльності. Зʼясовано, що формування позитивних практик самообмеження можливе завдяки спрямованості особистості на реалізацію актуальних завдань; за відсутності мети самоактуалізації особистість не здатна перейти до позитивного самообмеження.

2. Визначено соціально-психологічні особливості провідних типів професійних криз особистості соціального працівника, зумовлених: зіткненням із проблемною ситуацією (брак досвіду, навичок та умінь); дисонансом між Я-концепцією та професійною діяльністю (досвід, навички й уміння перевищують завдання, які ставляться в рамках професійної діяльності); превалюванням екзистенціальної кризи, що відображається на сприйнятті професійної діяльності. Зʼясовано, що самообмеження особистості соціального працівника проявляється відповідно до виокремлених типів професійних криз, а нездатність особистості подолати професійну кризу призводить до актів відчуження як у когнітивному, так і у поведінковому аспектах. Показано, що перехід до позитивного самообмеження можливий завдяки конструюванню актуальних завдань життєдіяльності, які мають бути підпорядкованими завданням професійної діяльності соціального працівника. Виявлено, що переживання кризових ситуацій проявляється в особливостях психологічного віку особистості соціального працівника та в часових децентраціях.

3. Визначено соціально-психологічні особливості самообмеження особистості соціального працівника та його зв’язок із психологічним віком та часовими децентраціями в умовах професійної кризи. Встановлено, що самообмеження є регулятивною функцією, яка впливає на становлення особистості соціального працівника та корелює з процесом визначення ціннісних пріоритетів й особливостями проявів часових децентрацій. Сферою, в якій найактивніше проявляється самообмеження, є психологічний час. Констатовано, що відношення до часу – природного, соціального, метафізичного тощо – впливає на психологічний вік особистості соціального працівника, породжує певну «концепцію часу», яка опосередковує фізіологічні, психологічні, соціальні та інші характеристики віку. Ступінь реалізованості психологічного часу особистості соціального працівника є інтегральним субʼєктивним чинником формування самооцінки віку. Показано, що психологічний вік визначається, насамперед, часткою реалізованих звʼязків між подіями; він може бути змінений особистістю шляхом реконструкції цих звʼязків – перегляду майбутньої життєвої перспективи й переосмислення ролі минулих подій, їх впливу на сьогодення та майбутнє у професійній сфері соціального працівника. Обґрунтовано концепцію рівнів психологічного часу: фізіологічний, побутовий, індивідуальної діяльності, соціально-політичний, метафізичний. Встановлено, особливості психологічного часу кожного з рівні являють соціально-психологічні чинники сприйняття й організації життєдіяльності соціального працівника. Наголошується, що самообмеження є необхідною умовою діяльності особистості соціального працівника, спрямованої на подолання професійної кризи.

4. Розроблено й апробовано комплекс соціально-психологічних заходів, спрямованих на оптимізацію практик самообмеження і подолання кризових ситуацій в умовах професійної діяльності соціального працівника, які включали методи корекції сприйняття психологічного часу та часових децентрацій, розвиток навичок управління часом, як необхідної умови самоорганізації особистості соціального працівника. Запропоновані соціально-психологічні заходи корекційного впливу враховували тип професійної кризи, гендерні відмінності та ґрунтувалися на раціональному оцінюванні набутого досвіду особистості й розвитку особистісної рефлексії, усвідомленні та прийнятті досвіду відторгнення. В цілому корекційні заходи позитивно вплинули на вирішення проблеми професійних криз особистості соціального працівника та подолання негативних форм її самообмеження.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Абраменкова В. В. Проблема отчуждения в психологии / В. В. Абраменкова // Вопросы психологии. – 1990. – №1. – С. 5–12.

2. Абульханова К. А. Время личности и время жизни. / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 304 с.

3. Авґустин Святий. Сповідь / Авґустин Святий; переклад з лат. Юрія Мушака. – К. : Основи, 1997. – 310 с.

4. Адорно Т. Проблемы философии морали / Т. Адорно ; пер. с нем. М. Л. Хорькова. – М. : Республика, 2000. – 239 с.

5. Акидзава С. Отчуждение и его преодоление / С. Акидзава / Филос. науки. – 1968. – № 11. – С. 15–20.

6. Антонова Н. О. Кризові явища у професійному становленні студентів-психологів та психологів-практиків / Н. О. Антонова // Актуальні проблеми психології. – Т. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія / За ред. С. Д. Максименка. – К. : ІВЦ Держкомстату України, 2007. – Вип. 6. – С. 3–9.

7. Анцыферова Л. И. Психология повседневности, жизненный мир личности и "техники" ее бытия / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1993. – Т. 14. – № 2. – С. 10–35.

8. Арендт Х. Між минулим і майбутнім / Х. Арендт ; пер. з англ. – К. : Дух і літера, 2002. – 321 с.

9. Аристотель. Сочинения: В 4-х т. – Т. 4. / Аристотель. – М. : Мысль, 1983. – 830 с.

10. Ассман А. Простори спогаду. Форми та трансформації культурної пам’яті / А. Ассман ; переклад з нім. – К. : Ніка-Центр, 2012. – 439 с.

11. Ассман Я. Культурная память: Письмо, память о прошлом и политическая идентичность в высоких культурах древности / Я. Ассман ; пер с нем. М. М. Сокольской. – М. : Языки славянской культуры, 2004. – 368 с.

12. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г. А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92–100.

13. Балл Г. О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства / Г. О. Балл. – К. : Вид-во ПП «СКД», 2017. – 204 с.

14. Берн Е. Ігри, у які грають люди / Е. Берн ; переклад з англ. – Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. – 256 с.

15. Беслюбняк О. О. Гуманістичні інваріанти екзистенціалізму: Ж.-П. Сартр та Н. Аббаньяно / О. О. Беслюбняк ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Київський національний університет імені Тараса Шевченка. – Київ, 2007. – 18 с.

16. Белинская Е. П. Временные аспекты Я – концепции и идентичности / Е. П. Белинская // Мир психологии. – М., 1999. – №3. – С. 138–147.

17. Бердяев H. A. Царство духа и царство кесаря / H. A. Бердяев – М. : Республика, 1995. – 383 с.

18. Блинова О. Є. Ставлення до самореалізації за кордоном студентів різних регіонів України / О. Є. Блинова // Психологічні перспективи. – Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2012. – Вип.19. – С. 38–48.

19. Бодалев А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения / А. А. Бодалев . – М. : Наука, 1998. – 168 с.

20. Бохонкова, Ю. О. Психологія випереджальної стратегії поведінки особистостості в ситуації життєвих змін [Текст] / Ю. О.Бохонкова,: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. д-ра психол. наук : 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. – К., 2013. – 40 с.

21. Бохонкова Ю. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї / Ю. Бохонкова // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – 2011. – Вип. 16 (2). – С. 225–232.

22. Бочелюк В. Й. Аналіз категорій професійного самовизначення та професійних криз особистості у науковому просторі / В. Й. Бочелюк та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 1(45). – С. 29–38.

23. Бочелюк В. Й. Психологічні основи розвитку особистості: монографія / В. Й. Бочелюк, М. А. Дергач. – Запоріжжя : Просвіта, 2017. – Т. 3. – 340 с.

24. Бочелюк В. Й. Психологічні особливості розвитку професійно-діяльнісного потенціалу особистості / В. Й. Бочелюк // Науковий вісник Херсонського державного університету. – Серія «Психологічні науки», Вип. 4. – Херсон : Гельветика, 2016. – С. 138–143.

25. Бочелюк В. Й. Психологія спорту / В. Й. Бочелюк, Н.Є. Завацька. – [2-ге вид. перероб. і. доп.]. – Севєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля. 2016. – 280 с.

26. Боярин Л. В. Аналіз феномену індивідуального стилю професійної діяльності (на прикладі фахівців соціальної сфери) / Л. В. Боярин, А. М. Журба // Формування індивідуальних стилів професійної діяльності: соціально-психологічний аспект : монографія / за ред. Н. Є. Завацької. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. – С. 7 – 17.

27. Боярин Л. В. Деякі аспекти феномена субʼєктивного самовизначення особистості та причин його виникнення / Л. В. Боярин та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. – № 3 (38). – С. 71 – 81.

28. Боярин Л. В. Соціально-психологічні особливості самообмеження особистості: інтернальний та екстернальний виміри / Л. В. Боярин та ін. // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 1(45). – С. 109–118.

29. Боярин Л. В. Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у психологічній літературі / Л. В. Боярин // Теоретичні і прикладні проблеми психології. – № 3 (32). – 2013. – С. 54–59.

30. Будинайте Г. Л. Личностные ценности и личностные предпочтения субъекта / Г. Л. Будинайте, Т. В. Корнилова // Вопросы психологии. – 1993. – № 5. – С. 99–105.

31. Браун К.-Х. Критика фрейдо-марксизма / К.-Х. Браун. Пер. с нем. – М. : Прогресс, 1982. – 220 c.

32. Бродский И. Полторы комнаты. / И. Бродский; перевод с англ. Д. Чекалова. – [Электронный ресурс.] – URL : <http://lib.ru/BRODSKIJ/rooms.txt_with-big-pictures.html>

33. Бушанський В. В. Естетика політичної влади: поняття, методологія дослідження й історична феноменологія / В. В. Бушанський ; автореф. дис. … д. політ. н. за спеціальністю 23.00.01 – теорія та історія політичної науки. – ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса НАН України, Київ, 2009. – 36 с.

34. Бушанський В. В. Нігілізм і цінності / В. В. Бушанський // Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України. – 2010. – 5 (49). – С. 40–51.

35. Бушанський В. В. Рефлексивна структура ідентичності / В. В. Бушанський // Politikus. – Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського. – 2015. – № 2. – С. 113–117.

36. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис: Типологический анализ критических ситуацій / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал. – 1995. – № 3.– С. 90–101.

37. Василюк Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16, № 6. – С. 104–114.

38. Гаранян Н. Г. Перфекционизм, депрессия и тревога / Н. Г. Гаранян // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 4. – С. 18–48.

39. Галеви Д. Жизнь Фридриха Ницше. / Д. Галеви; пер. с фр. А. Н. Ильинского. – Рига : Спридитис, 1991. – 271 с.

40. Гейзінґа Й. Homo ludens / Й. Гейзінґа. – Переклад з англ. – К.: Основи, 1994. – 250 с.

41. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е. И. Головаха. – К. : Наукова думка, 1988. – 142 с.

42. Головаха Е. И., Кроник А. А. Психологическое время личности / Е. И. Гловаха, А. А. Кроник. – К. : Наукова думка, 1984. – 208 с.

43. Грановська О. Міфологічне уявлення про час / О. Грановська // Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Том VII. – Вип. 39. – Київ ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. – С. 450–459.

44. Грановська О. Психологічний час і вік особистості / О. Грановська // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Том ІХ. – Вип. 7. – Київ ; Ніжин : ПП Лисенко, 2015. – С. 99–104.

45. Ґадамер Г.-Ґ. Герменевтика і поетика. Вибрані твори / Г.-Ґ. Ґадамер ; переклад з нім. – К. : Юніверс, 2001. – 288 с.

46. Ґадамер Г.-Ґ. Істина і метод. В 2-х т. Т. 2. Герменевтика ІІ. / Г.-Ґ. Ґадамер ; переклад з нім. – К. : Юніверс, 2000. – 478 с.

47. Дейк ван Т. Дискурс и власть. Репрезентация доминирования в языке и коммуникации / Т. ван Дейк. / Перевод с англ. Е. А. Кожемякина, Е. В. Переверзева, А. М. Маматова. – М. : Книжный дом «Либриком», 2013. – 344 с.

48. Дружинин В. Н. Психодиагностика общих способностей / В. Н. Дружинин. – М. : Издательский центр «Академия», 1996. – 224 с.

49. Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. Метод социологии / Э. Дюркгейм ; пер. с фр. – М. : Наука, 1991. – 348 с.

50. Журавльова Т. В. Час як феномен людської життєдіяльності / Т. В. Журавльова ; автореф. дис. … к. філос. н. за спеціальністю 09.00.04 – філософська антропологія та філософія культури. – Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, 2003. – 16 с.

51. Завацька Н. Є. Психологія соціальної реадаптації осіб зрілого віку : монографія / Н. Є. Завацька. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2009. – 240 с.

52. Завацька Н. Є. Соціально-психологічні аспекти адаптації молоді до умов ринкової економіки : монографія // Н. Є. Завацька, В. Є. Харченко / Під ред. Н. Є. Завацької. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2012. – 228 с.

53. Зеер Э. Ф. Психология профессионального развития: Учебное пособие. / Э. Ф. Зеер ; 2-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2007. – 240 с.

54. Зинченко В. П. Время – действующее лицо / В. П. Зинченко // Вопросы психологии. – 2001. – № 6. – С. 36–54.

55. Иванов В. Г. История этики Древнего мира. / В. Г. Иванов. – Л. : Изд-во Ленинградского ун-та, 1980. – 240 с.

56. Иванченко Г. В. Идея совершенства в психологии и культуре / Г. В. Иванченко. – М. : Смысл, 2007. – 255 с.

57. Івченко А. О. Тлумачний словник української мови / А. О. Івченко. – Харків : Фоліо, 2004. – 540 с.

58. Історичні пошуки ідентичності: Українсько-німецький колоквіум / Рейнгарт Козеллек (Білефельд), Юта Шеррер (Берлін – Париж), Костянтин Сігов (Київ). – К. : Дух і літера, 2004. – 144 с.

59. Калинин С. И. Тайм-менеджмент: Практикум по управлению временем / С. И. Калинин. – СПб. : Речь, 2006. – 371 с.

60. Камю А. Миф о Сизифе. Эссе об абсурде / А. Камю  // Камю А. Бунтующий человек. – М. : Политиздат, 1990. – С. 23–102.

61. Кант І. Критика чистого розуму / І. Кант ; переклад з німецької та передмова Ігоря Бурковського. – К. : «Юніверс», – 501 с.

62. Карпенко М. П. Модель возрастного изменения восприятия времени / М. П. Карпенко, Е. В. Чмыхова, А. Т. Терехин // Вопросы психологии. – 2009. – № 2. – С. 81–87.

63. Китаев-Смык Л. О. Психология стресса: психологическая антропология стресса: монография / Л. О. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2009. – 943 с.

64. Ковальчук З. Я. Вплив генетично-психологічного комунікативно-рефлексивного тренінгу на формування ціннісних характеристик оптимізації педагогічної взаємодії / З. Я. Ковальчук // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна. – 2013. – Вип. 2. – С. 114–124.

65. Козеллек Р. Минуле майбутнє. Про семантику історичного часу / Р. Козеллек. – К. : Дух і літера, 2005. – 375 с.

66. Козеллек Р. Часові пласти. Дослідження з теорії історії / Р. Козеллек. – К. : Дух і літера, 2006. – 436 с.

67. Кононенко А. O. Інтегративна психологія як підґрунтя створення моделі самопрезентації особистості / А. О. Кононенко // Вісник Одеського національного університету. Психологія. – 2012. – Т. 17, Вип. 8. – С. 99–104.

68. Косова Л. Б. Динамика ценностных ориентаций: анализ результатов эмпирического исследования / Л. Косова // Социс. – 1994. – № 2. – С. 114–118.

69. Костенко Н. В. Ценности профессиональной деятельности / Н. В. Костенко, В. Л. Оссовский. – К. : Наукова думка, 1986. – 151 с.

70. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк ; за ред. Л. М. Проколієнко. – К.: Радянська школа, 1989. – 608 с.

71. Костюк Г. С. Развитие и воспитание / Г. С. Костюк // Общие основы педагогики. – М. : Просвещение, 1967. – С. 139–197.

72. Кримський С. Б. Запити філософських сенсів: Монографія / С. Б. Кримський*.* – К. : Видавець ПАРАПАН, 2003. – 239 с.

73. Кроник А. А. О психотерапевтическом эффекте каузометрической диагностики / А. А. Кроник // Тезисы докладов. – Красноярск, 1986. – С. 147–148.

74. Кроник А. А. Психологический возраст личности / А. А. Кроник, Е. И. Головаха // Психологический журнал. – 1983. – №5. – С. 57–65.

75. Кьеркегор С. Страх и трепет. / С. Кьеркегор; перевод с датского. – М. : Республика, 1993. – 383 с.

76. Ледницький Д. Д. Проблема суб’єкта і розвитку «Я» в творчості Ф. Ніцше. / Д. Д. Ледницький ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Дніпропетровський національний університет. – Дніпропетровськ, 2001. – 18 с.

77. Литературный энциклопедический словарь / Под общ. ред. В. М. Кожевникова, П. А. Николаева. – М. : Советская энциклопедия, 1987. – 752 с.

78. Лосев А. Ф. Мифология / А. Ф. Лосев // Философская энциклопедия: В 5-ти т. – Т. 3. – М. : Советская энциклопедия, 1973. – С. 457–467.

79. Лосев А. Ф. Диалектика мифа / А. Ф. Лосев // Лосев А. Ф. Из ранних произведений. – М. : Правда, 1990. – 655 с. – С. 393–599.

80. Макаров М. Л. Основы теории дискурса / М. Л. Макаров. – М. : Гносис, 2003. – 280 с.

81. Маркузе Г. Одномерный человек / Г. Маркузе. – М. : REEFL-book, 1994. – 344 с.

82. Матисон Д. Медиа-дискурс. Анализ медиа-текстов / Д. Матисон. / Пер. с англ. – Х. : Издательство «Гуманитарный центр», 2013. – 264 с.

83. Матюшкин А. М.Проблемные ситуации в мышлении и обучении / А. М. Матюшкин. – М. : Педагогика, 1972. – 208 с

84. Машбиц Е. И. Психологические основы управления учебной деятельностью / Е. И. Машбиц. – К. : Вища школа, 1987. – 224 с.

85. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: монографія / В. В. Москаленко. – К. : Фенікс, 2013. – 540 с.

86. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. – М. : Академия, 2002. – 456 с.

87. Мэй Р. Любовь и воля / Р. Мэй ; перевод с англ. – М. : Изд-во «Винтаж», 2013. – 288 с.

88. Мэй Р. Мужество творить. Очерк психологии творчества / Р. Мэй ; перевод с англ. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2012. – 160 с.

89. Мэй Р. Пауль Тиллих. Воспоминания о дружбе / Р. Мэй ; перевод с англ. Е. Семеновой. – М. : ИОИ, 2013. – 192 с.

90. Мэй Р. Сила и невинность: в поисках истоков насилия / Р. Мэй ; перевод с англ*.* – М. : Смысл, 2001. – 319 с.

91. Мэй Р. Смысл тревоги / Р. Мэй ; перевод с англ. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2011. – 416 с.

92. М’ясоїд П. А.Загальна психологія: Навчальний посібник / П. А. М’ясоїд. – К. : Вища школа. 1998. – 479 с.

93. Набоков В. Лекции о «Дон Кихоте» / В. Набоков ; пер. с англ. И. Бернштейн, М. Дадяна, Г. Дашевского, Н. Кротовской. – СПб. : Издательская группа «Азбука-классика», 2010. – 320 с.

94. Нарский И. С. Негативная философия Адорно / И. С. Нарский // Социальная философия Франкфуртской школы. – М. : Мысль, 1975. – С. 89–127.

95. Наративні психотехнології. / Н. В. Чепелєва, М. Л. Смульсон, О. М. Шиловська, С. Ю. Гуцол ; за заг. ред. Чепелєвої Н. В. – К. : Главник, 2007. – 160 с.

96. Нестик Т. А. Социальное конструирование времени / Т. А. Нестик // Социологические исследования. – 2003. – № 8. – С. 12–21.

97. Ніцше Ф. Так казав Заратустра. Жадання влади. / Ф. Ніцше ; переклад з нім. А. Онишка, П. Таращука. – К. : Основи, 1993. – 415 с.

98. Ницше Φ. К генеалогии морали Ф. Ницше // Сочинения в 2 т., – Т. 2. – M. : Мысль, 1990, – С. 472–524.

99. Ортега-и-Гассет Х. Восстание масс / Хосе Ортега-и-Гассет // Вопросы философии. – 1989. – № 3. – С. 119.

100. Ортега-и-Гассет Х. Восстание масс / Хосе Ортега-и-Гассет // Вопросы философии. – 1990. – № 4. – С. 114.

101. Особистість як суб’єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія / За ред. С. Д. Максименка, С. Б. Бузікової, В. Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 540 с.

102. Павлишин Л. Г. Проблема сенсу життя у філософії Фрідріха Вільгельма Ніцше. / Л. Г. Павлишин ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.05 – історія філософії. – Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2009. – 23 с.

103. Пілецька Л. С. Виявлення найбільш важливих корелятів емпіричного дослідження професійної мобільності особистості / Л. С. Пілецька // Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського : зб. наук. праць. – Серія : Психологічні науки / За ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. – Миколаїв, 2014. – С. 152–157.

104. Пілецька Л. С. Психологічні критерії професійної мобільності особистості / Л. С. Пілецька // Зб. наук. праць Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. – Серія : філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2014. – Вип. 19. – Ч.1. – С. 152–159.

105. Пілецька Л. С. Феноменологія соціалізації в контексті проблеми професійного становлення майбутніх фахівців / Л. С. Пілецька // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка Національної АПН України / За ред. С. Д. Максименка. – Т. ХІ, Ч.1 – К. : Міленіум, 2009. – С. 435–443.

106. Поваренков Ю. П. Системогенетическая концепция профессионального становления человека / Ю. П. Поваренков  // Идея системности в современной психологии / Под ред. В. А. Барабанщикова. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – С. 360–384.

107. Пряжников Н. С. Психология труда и человеческого достоинства / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. – 3-е изд. – М. : Академия, 2005. – 480 с.

108. Психологічні закономірності розвитку громадської свідомості та самосвідомості особистості: У 2-х т. Т. 1. / За загальною редакцією М. Й. Боришевського. – К. : Дніпро, 2001, – 244 с.

109. Психологічні закономірності розвитку громадської свідомості та самосвідомості особистості: У 2-х т. Т. 2. / За загальною редакцією М. Й. Боришевського. – К. : Дніпро, 2001, – 308 с.

110. Рассел Б. Історія західної філософії / Б. Рассел ; пер. з англ. Ю. Лісняка, П. Таращука. – К. : Основи, 1995. – 759 с.

111. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.

112. Рузавин Г. И. Парадигма самоорганизации как основа мировоззрения / Г. И. Рузавин // Свободная мысль. – 1993. – № 17–18. – С. 51–62.

113. Рузавин Г. И. Самоорганизация и организация в развитии общества / Г. И. Рузавин // Вопросы философии. – 1995. – № 8. – С. 62–72.

114. Русакова О. Ф. Основные разновидности современных теорий политического дискурса: опыт классификаций / О. Ф. Русакова // Политэкс. – 2006. – № 3. – С. 191–212.

115. Савельева М. Ю. Лекции по мифологии культуры / М. Ю. Савельева. – К. : Видавець ПАРАПАН, 2003. – 272 с.

116. Сартр Ж.-П. Бытие и ничто: Опыт феноменологической онтологии / Ж.-П. Сартр ; пер. с фр., предисл., примеч. В. И. Колядко. – М. : Республика, 2000. – 639 с.

117. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр // Сумерки богов. – М. : Политиздат, 1989. – С. 319–345.

118. Свинаренко Р. М. Відображення часової складової в картині світу суб'єкта. / Р. М. Свинаренко ; дис. … к. психол. н. за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна. – Харків, 2008. – 18 с.

119. Сенека Л. А. Нравственные письма к Луцилию / Л. А. Сенека; перевод, послесловие и примечания С. А. Ошерова. – Кемеровское кн. изд-во, 1986. – 464 с.

120. Солдатова Е. Л. Нормативные кризисы развития личности взрослого человека. / Е. Л. Солдатова ; автореф. дис. … д-ра психол. наук: 19.00.01 / Урал. гос. ун-т им. А. М. Горького. – Екатеринбург, 2007. – 43 с.

121. Соловьев В. С. Сочинения: В 2 т. 2-е изд. – Т. 1. / В. С. Соловьев. – М. : Мысль, 1990. – 892 с.

122. Соловьев В. С. Сочинения: В 2 т. 2-е изд. – Т. 2. / В. С. Соловьев. – М. : Мысль, 1990. – 822 с.

123. Соколова Е. Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен / Е. Т. Соколова // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С. 67–80.

124. Солонько Л. А. Проблема особистісного самовизначення людини / Л. А. Солонько // Філософська і соціологічна думка. – 1995. – № 9–10. – С. 50–87.

125. Семенов И.Н. Проблема предмета и метода психологического изучения рефлексии / И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов // Исследование проблем психологии творчества. – М. : Наука, 1983. – С. 154 182.

126. Степанов С. Ю. Психология рефлексии: Проблемы и исследования / С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов // Вопросы психологии. 1985. – №3. – С. 31–40.

127. Семенов И. Н., Степанов С. Ю. Рефлексия в организации творческого мышления и саморазвитии личности / И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов // Вопросы психологии. – 1983. – № 2. – С. 39–42.

128. Семенов И. Н. Типы и функции рефлексии в научном мышлении / И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов // Проблемы рефлексии в научном познании. – Куйбышев, 1983. – С. 76–82.

129. Смирнова Е. В. Рассуждение о рассуждениях (рефлективность сознания личности) / Е. В. Смирнова, А. П. Сопиков // Социальная психология личности. – Л., 1973. – С. 140–149.

130. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 285 с.

131. Сохань Л. В. Развитие личности: целеполагание и ответственность / Л. В. Сохань, Л. И. Грядунова // Человек: перестройка мышления и поведения: Сб. науч. тр. / АН Украины. Ин-т социологии; Отв. ред. Н. И. Михальченко. – К. : Наукова думка, 1991. – С. 86–94.

132. Социальная философия Франкфуртской школы (Критические очерки) / Ред. коллегия: Б. Н. Бессонов и др. – М. : Мысль – Прага : Свобода, 1975. – 218 с.

133. Сурнина О. Е. Изучение оценки времени дошкольниками методом кросс-модального подбора / О. Е. Сурнина, В. И. Лупандин, Н. В. Пустуева, И. Н. Иежица // Вопросы психологии. – 1995. – № 3. – С. 133–138.

134. Суховій О. М. Антропологія К'єркегора: рух філософії до літературності. / О. М. Суховій ; автореф. дис. … канд. філос. н. за спеціальністю 09.00.04 – філософська антропологія, філософія культури. – Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна. – Харків, 2003. – 18 с.

135. Сыманюк Э. Э. Психологические барьеры профессионального развития личности. Практико-ориентированная монография / Э. Э. Сыманюк. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2005. – 252 с.

136. Табачковський В. Г. Феномен відчуження крізь призму перевтілених форм людського світовідношення / В. Г. Табачковський // Відчуження: минувшість і сьогодення. – К. : Наукова думка, 1995. – С. 5–28

137. Тертуллиан. Апология / Тертуллиан. – М.: ООО «Издательство АСТ», СПб. : «Северо-Запад Пресс», 2004. – 423 с.

138. Тиллих П. Мужество быть / П. Тиллих; перевод с англ. О. Седаковой. – К. : Дух і літера, 2013. – 200 с.

139. Турбан В. В. Психологія етичної свідомості: Монографія. / В. В. Турбан. – Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2012. – 372 с.

140. Турбан В. В. Становлення етичної свідомості в онтогенезі / В. В. Турбан ; Автореф. дис. … д. психологічних н. за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, 2013. – 38 с.

141. Турбан В. В. Концептуалізація часу в професійній діяльності / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Т. ІХ, Вип. 8. – К. ; Ніжин : ПП Лисенко, 2016. – С. 502 – 511.

142. Турбан В. В. Роль самообмеження в процесі самоорганізації особистості / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка. – Т. Х, Вип. 28 – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2016. – С. 891–899.

143. Турбан В. В. Соціально-психологічні передумови розвитку самообмеження особистості / В. В. Турбан // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. –№ 3 (44). – Т. 2. – С. 135–146.

144. Турбан В. В. Самообмеження та відчуження: соціально-психологічні прояви і смислові конотації понять / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Т. ІХ, Вип. 10. – К. ; Ніжин : ПП Лисенко, 2017. – С. 213–220.

145. Турбан В. Вікові й професійні кризи особистості та феномен часових децентрацій / В. Турбан // Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools, 2018. – № 25(1). – Р. 149–154.

146. Турбан В. В. Соціально-психологічні особливості самообмеження особистості: постановка проблеми / В. В. Турбан // Матеріали круглого столу «Сучасні проблеми психології у контексті історико-психологічного пізнання», 15 квіт. 2016 р., м. Київ. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2016. – С. 69–71.

147. Турбан В. В. Самообмеження як регулятивний фактор взаємодії з навколишнім середовищем / В. В. Турбан // Матеріали круглого столу «Провідні тенденції та закономірності становлення базових парадигм української психології», 1 черв. 2017 р., м. Київ. – К., 2017. – С. 40–41.

148. Турбан В. В. Психологічний супровід формування самообмеження й самоорганізації майбутніх фахівців / В. В. Турбан // Матеріали VІ Міжнар. наук.-практ. конф. «Сучасні проблеми гуманітарної науки і практики: філософський, психологічний та соціальний виміри», 25-26 груд. 2017 р., м. Сєвєродонецьк. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. – С. 124 – 127.

149. Улыбина Е. В. Психология обыденного сознания / Е. В. Улыбина. – М. : Смысл, 2001. – 263 с.

150. Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса /Л. Фестингер ; пер. с англ. – СПб. : «Ювента», 1999. – 318 с.