

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інститут управління, психології та безпеки

Кафедра теоретичної психології

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ  
У ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА**

**кваліфікаційна робота**

здобувача вищої освіти  
освітнього ступеня «бакалавр»

**Соломії МІК**

4 курсу денної форми навчання  
спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Психологія»

**Науковий керівник:**

доктор психологічних наук, професор  
**Зоряна КОВАЛЬЧУК**

**Рецензент:**

кандидат психологічних наук, доцент  
**Ольга ЗАВЕРУХА**

***Кваліфікаційна робота допущена до захисту***

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р., протокол № \_\_\_

завідувач кафедри теоретичної психології

доктор психологічних наук, професор

\_\_\_\_\_ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів

2023

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ</b> .....	7
<b>1.1. Теоретичний аналіз феномену «професійна деформація»</b> . ....	7
<b>1.2. Професійна деформація практичних психологів</b> . ....	14
<b>1.3. Чинники професійної деформації практичного психолога</b> .....	22
<b>Висновки до розділу 1</b> .....	29
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ У ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА</b> .....	31
<b>2.1. Організація дослідження, обґрунтування методик та опис вибірки</b> . ....	31
<b>2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей професійної деформації практичного психолога</b> . ....	37
<b>Висновок до розділу 2</b> .....	48
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	50
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	52

## ВСТУП

### **Актуальність дослідження.**

Професія психолога на даний час в Україні є широко затребуваною та престижною. Це зумовлює підвищення як наукового, так і прикладного та практичного інтересу до питань підготовки та становлення практичного психолога, а також до умов, які створюють можливості для досягнення успіху в професійній діяльності психолога в різних сферах практики. На даний час багато проблем, що пов'язані з професійним розвитком практичного психолога, є недостатньо вивченими, однією з них є проблема впливу професії на особистість практичного психолога. Зараз центром дослідження у відносинах людини та професії є психологічні аспекти: вплив професійної діяльності на особистість та на життя людини взагалі.

Питанням професійної деформації присвячено праці як вітчизняних дослідників, так і закордонних. Питанням професійної деформації у різних професіях присвятили свої роботи вітчизняні психологи-дослідники. А саме: професійна деформація у практичних психологів (Н.П. Берегова, М.С. Великодна, М.В. Войтович, О.Б. Дубчак, Н.М. Панасенко, О.Ю. Повстюк, О.В. Романенко, Н.В. Циба, Ю.М. Чемодурова та інші), працівників органів внутрішніх справ (Ю.В. Александров, Р.В. Кісіль, О. Кирбят'єв, С.В. Ковальчишина, І.О. Моцонелідзе, І.М. Слюсар, І.М. Хоржевська, В.В. Хоржевська та інші), у працівників аварійно-рятувальних підрозділів ДСНС України (Н.Є. Афанасьєва, Ю.В. Бідило, Оніщенко Н.В., Старик В.А., Тімченко О.В., Христенко В.Є. та інші), у працівників освіти (В.В. Байдик, Л.І. Березовська, С.В. Грищенко, О.Б. Дубчак, Т. А. Колтунович, О. М. Поліщук та інші), у менеджерів (С.В. Заваленко, Т.В. Муращенко, О.А. Притула, О.І. Санніков, О. Сидоренко, Е. Яновська та інші), у лікарів (Лотоцька-Голуб Л.Л., Астремська І.В. та інші). В українській психології в основному професійна деформація практичних психологів розглядається в контексті професійного вигорання (Н.П. Берегова, Л.І. Березовська, А.С. Борисюк, М.С. Великодна, М.В.

Войтович, О.Б. Дубчак, Н.М. Панасенко, О.Ю. Повстюк, О.В. Романенко, Н.В. Циба, Ю.М. Чемодурова та інші).

У закордонній психології поняття «професійна деформація» найчастіше пов'язується з терміном «Психічне вигорання» та розглядається через призму деформації внутрішнього світу спеціаліста. Ця деформація виникає під впливом стресів у професійній діяльності виявляються через фізичне та емоційне виснаження, неможливість гармонійного професійного та особистісного розвитку (Р. Александр, К. Маслач, К. Кондо, Г.Дж. Фрейндербергер, А. Пайнс, С. Черніс та інші).

Аналіз наукових розвідок показав, що проблема професійних деформацій практичних психологів розкрита фрагментарно та недостатньо в сучасній науковій психологічній літературі, також немає спеціально розробленого психодіагностичного інструментарію, що дозволить дослідити прояв професійної деформації у практичних психологів.

Актуальність проблеми, її практична значущість, а також недостатній рівень розробленості у вітчизняній та закордонній психологічній науці визначили вибір теми кваліфікаційної роботи: «Особливості професійної деформації у практичного психолога».

**Об'єкт дослідження** – професійна деформація.

**Предмет дослідження** – особливості професійної деформації практичного психолога.

**Мета дослідження** – полягала у теоретико-емпіричному дослідженні особливостей професійної деформації у практичного психолога.

Для досягнення мети дослідження та відповідно до об'єкта та предмета дослідження, поставлено такі завдання:

1. На основі наукових розвідок вчених розкрити особливості професійної деформації психолога.
2. Описати чинники професійної деформації практичного психолога.
3. Емпірично дослідити особливості професійної деформації у практичного психолога.

**Гіпотеза дослідження** полягає у припущенні про те, що професійна деформація практичних психологів проявляється через емоційне вигорання, рефлексивність та застосування стратегій подолання стресових ситуацій.

**Теоретичною основою дослідження** стали розуміння професійної деформації як відчуження від Самості на користь професії (С. Асадулліна, В. Зінченко, А. Каргузова, М. Корольчук, А. Лукіяничук, Б. Мещерякова, І. Моцонелідзе, В. Семиченко, Д. Трунова, І. Хоржевська, Н. Циби та ін.); як викривлення професійної ролі (А. Баженова, С. Белан, Т. Ковалевська, О. Косолапов, Т.Луценко, І. Шпекторенко); як будь-які зміни особистості фахівця (С. Безносова, О. Євдокімова, В. Медведєв, І. Хоржевська та ін.).

**Наукова (теоретична) значущість дослідження** полягає в тому, проведено аналіз наукових розвідок щодо проблеми професійної деформації практичного психолога. полягає у розкритті, а також у емпіричному дослідженні.

**Практична значущість дослідження** полягає у тому, що отримані емпіричні дані та зроблені висновки можуть бути використані психологами під час надання психологічної допомоги практичним психологам та викладачами психології під час лекційних та семінарських занять.

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених у роботі завдань використано комплекс методів: метод *оглядово-аналітичний* (огляд та аналіз сучасної зарубіжної та вітчизняної літератури; *оглядово-порівняльний*; *теоретичний* (узагальнення наукових книг, наукових статей, монографій, дисертацій та авторефератів щодо професійної деформації у практичного психолога).

Для проведення емпіричного дослідження: обрано психологічний інструментарій: методика «Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина», особистісний опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Водоп'янової Н.Є., Старченкова О.С.), методика визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова), анкета, а також методи математичної статистики: описова статистика, кореляційний аналіз.

**Структура і обсяг роботи.** Робота складається із вступу, двох розділів, висновків до них і загальних висновків, списку використаних джерел, що включає 52 вітчизняні та 4 закордонні літературні джерела. У тексті роботи є 6 рисунків і 4 таблиці. Загальна кількість сторінок роботи 59, з них 52 сторінки основного тексту.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

#### 1.1. Теоретичний аналіз феномену «професійна деформація».

Професійна діяльність впливає на особистість людини. Робота може мати як позитивний вплив, так і негативний. В якості позитивного впливу є вплив через сприяння в розвитку особистості, так і мати негативний вплив: коли наслідки професійної діяльності для особистості виявляються через різні порушення, проблеми. Звичайно, професійна діяльність в будь-якому випадку має негативні наслідки. Проте найголовнішим є знайти певний баланс, а саме: співвідношення негативних та позитивних змін в особистості працівника, що виконує певну професійну діяльність. Ті ж професії чи та конкретна робота, де баланс не на користь позитивних змін, спричиняє професійне вигорання та професійну деструкцію. Професійне вигорання та професійна деструкція проявляються через зниження ефективності праці, через погіршення стосунків з оточуючими, через погіршення стану здоров'я, а головне – через формування негативних якостей особистості, і навіть через розпад у працівника цілісності особистості.

Поняття професійної деформації є відносно молоде, яке утвердилося у лексиконі не так давно (початок ХХ століття). У другій половині ХХ століття тема професійної деформації стала безпосереднім об'єктом наукових досліджень. Найбільше розглядається в контексті досліджень функціональних можливостей людини.

Словосполучення «професійна деформація» вперше використано Х. Ландероком у «Професіоналізм: дослідження професійної деформації» (початок ХХ століття), опублікованій в *American Journal of Sociology*. Автор прогнозує, що «тривале виконання певної професії створює в індивіда спотворення процесів мислення і викривлення здорової оцінки важливості своєї діяльності в загальній

роботі групи, до якої він належить» [37, с.30]. Термін «професійна деформація» ввів у науковий обіг П. Сорокін, під яким позначають негативний вплив професійної діяльності на особистість людини. Дослідник передбачив, що велику деформуючу роль відіграє професійна діяльність. П. Сорокіним організував першу соціологічну програму, де предметом дослідження виступили професійні деформації людини. Ретельна розробка програми та методики дослідження професійних груп сприяла розробці в соціології проблем професійної деформації особистості та пошуку шляхів подолання деформацій у особистості у процесі професійної діяльності.

Певні традиції щодо тлумачення змісту психологічного феномену професійних деформацій утвердилися у психологічній науці. На даний час професійні деформації розглядаються як патологічні (небажані) відхилення у професійному розвитку, які виникають під впливом змісту професійної діяльності, від індивідуально-психологічних властивостей особистості та умов праці, а також вони змінюють рівень прояву якостей фахівця, що є професійно важливими [47], спотворюють конфігурацію особистісного профілю фахівця та негативно впливають на продуктивність діяльності особистості [47].

У психологічному словнику термін «професійна деформація» трактується як: «когнітивне викривлення, психологічна дезорієнтація особистості, яка формується внаслідок постійного тиску зовнішніх і внутрішніх по відношенню до професійної діяльності факторів і призводить до формування специфічного професійного типу особистості» (Б.Г. Мещеряков, В.П. Зінченко) [46].

В даний час є багато визначень «професійної деформації особистості», які тим чи іншим чином відрізняються один від одного.

Перелічимо найпоширеніші.

Психологічний словник містить таке визначення поняття «професійна деформація»: «зміна структури, якостей особистості під впливом виконання професійних обов'язків, у деяких випадках зниження рівня професійних знань, навичок умінь, до неприйняттого рівня» [37].



Словник з управління персоналом дає подібне визначення професійної упередженості. «Професійна деформація – це зміна особистісних якостей людини (стереотипів сприйняття, ціннісних орієнтацій, характеру, способів спілкування й поведінки), які відбуваються під впливом тривалого виконання професійної діяльності. У результаті нерозривної єдності свідомості й специфічної діяльності формується професійний тип особистості». [37].

Як бачимо, феномен професійної деформації відображає основний принцип психології – нерозривну єдність свідомості, особистості та діяльності. І спільним у даних визначеннях є зазначений процес зміни властивостей особистості в результаті професійної діяльності.

В подальшому будемо зазначати в сучасному науковому дискурсі теоретичні та методологічні уявлення про професійну деформацію в особистості.

Більшість вітчизняних дослідників розглядають проблему професійної деформації у двох аспектах – діяльнісному та особистісному, акцентуючи увагу на деформації особистості [16] та на деформації трудової діяльності чи поведінки трудової [23].

Тобто деформація поведінки і діяльності є зовнішніми проявами деформації особистості.

А. К. Маркова виділила такі тенденції розвитку кар'єрних деструкцій [8]: відставання, уповільнення кар'єрного розвитку по відношенню до вікових і соціальних норм; відсутність підготовки до професійної діяльності (працівник ніби «застряг» у своєму розвитку); дезінтеграція професійного розвитку, дезінтеграція професійної свідомості і, як наслідок, нереалістичні цілі, хибні сенси роботи, професійні конфлікти; низька професійна мобільність, нездатність адаптуватися до нових умов праці та погана адаптація; неузгодженість зв'язків індивідуального професійного розвитку, коли одна сфера виявляється випереджаючою, а інша – відстаючою (наприклад, мотивація до професійної діяльності є, але цьому заважає відсутність цілісної професійної свідомості); обмеження наявних раніше професійних даних, зниження професійної майстерності, послаблення професійного мислення; викривлення професійного

розвитку, виникнення негативних якостей, яких раніше не було, вияв відхилення від індивідуальних та соціальних норм розвитку у певній професії, зміна профілю особистості; поява деформацій особистості (наприклад, емоційна виснаженість і виснаженість, а також неповноцінна професійна позиція, особливо в професіях з яскраво вираженою владою і популярністю); переривання професійного розвитку внаслідок професійного захворювання або втрати працездатності.

Розглядаючи професійну деформацію в цілому, Е. Ф. Зеєр вважає, що багаторічне заняття однією і тією ж професійною діяльністю призводить до появи професійної втоми, збіднення репертуару форм здійснення діяльності, втрати професійних умінь і навичок, зниження працездатності. А також підкреслює, що вторинний етап професіоналізації багатьох видів професій типу «людина – техніка», «людина – природа» змінюється депрофесіоналізацією, а розвиток професійної деструкції відбувається на етапі професіоналізації. Професійні деформації – є змінами сформованої структури діяльності та особистості, які поступово накопичувалися і негативно впливають на продуктивність праці та взаємодію з іншими учасниками цього процесу, а також на розвиток самої особистості [8].

У роботах Е. Ф. Зеєра приділено увагу основним концептуальним положенням, важливим для аналізу формування та розвитку професійних деструкцій (Березовська):

- професійний розвиток є водночас надбанням і втратою (вдосконаленням і руйнуванням).

- професійна деструкція в найзагальнішому вигляді є порушенням вже засвоєних способів діяльності; але це також зміни, пов'язані з переходом на більш пізні етапи професійного розвитку; змінами, які мають зв'язки з віковими змінами, фізичне і нервово виснаження.

- подолання професійної деструкції супроводжується психічною напругою, психологічним дискомфортом, а іноді й кризовими явищами (без

зусиль і внутрішніх страждань не відбувається професійного та особистісного зростання).

- руйнування, викликані багаторічною практикою однієї і тієї ж професійної діяльності, породжують професійно небажані якості, змінюють професійну поведінку людини - ми маємо справу з "професійними деформаціями": це як хвороба, яку не виявлено вчасно. і що призвело бути необережним; найстрашніше, що сама людина цим знищенням непомітно принижує себе.

- вся професійна діяльність вже в стадії освоєння та розвитку, коли вона здійснюється, спотворює особистість, адже багато якостей людини залишаються незатребуваними. В міру розвитку професіоналізації успішність діяльності починає бути визначається набором професійно важливих якостей, які «експлуатуються» роками. Деякі з них поступово стають професійно небажаними якостями; При цьому повільно розвиваються професійні акцентуації - надмірно виражені якості та їх сукупність, які негативно впливають на діяльність і поведінку фахівця.

- багаторічна професійна діяльність не може постійно супроводжуватися її вдосконаленням. Неминучими, хоч і тимчасовими, є періоди стабілізації. На початкових етапах професіоналізації ці періоди є короткочасними. На пізніх стадіях у деяких фахівців період стабілізації може тривати довго. У таких випадках доречно говорити про початок професійної стагнації особистості.

- сензитивними періодами формування професійних деформацій є кризи професійного становлення особистості. Непродуктивний вихід із кризи спотворює професійну орієнтацію, сприяє виникненню негативної професійної позиції та гальмує професійну діяльність.

Зеєр Е. Ф. також описав рівні професійної деструкції [8]:

1. Загальна професійна деструкція, характерна для працівників певної професії. Наприклад: для лікарів: синдром «втоми від співчуття» (емоційна байдужість до страждань пацієнтів); для правоохоронних органів – синдром «асоціального сприйняття» (коли кожен сприймається як потенційний

злочинець); для керівників – синдром «вседозволеності» (порушення професійно-етичних норм, прагнення маніпулювати підлеглими).

2. Спеціальні (особливі) професійні деструкції, що проявляються в процесі спеціалізації. Наприклад, у професіях юриста та правозахисника: у слідчого є підозрюваний; у оперативного працівника актуальна агресія; адвокат має професійну майстерність, прокурор має судимість. У медичних професіях: у терапевтів є бажання поставити «загрозливі діагнози»; хірурги мають цинізм; медсестрам властива жорстокість і байдужість.

3. Професійно-типологічна деструкція, зумовлена накладенням індивідуально-психологічних властивостей особистості на психологічну структуру професійної діяльності. У результаті формуються професійно-особистісно детерміновані комплекси: 1) спотворень професійної спрямованості особистості (викривлення мотивів діяльності, перебудова ціннісних орієнтацій, песимізм, скептичне ставлення до нововведень), 2) викривлень, що розвиваються на основі таких здібностей: організаторські, комунікативні, інтелектуальні та ін. (комплекс переваги, рівень гіпертрофічного булінгу, нарцисизму); 3) спотворення, зумовлені рисами характеру (розширення ролей, жага влади, «втручання позиції», домінування, байдужість...). Все це може проявлятися в найрізноманітніших професіях.

4. Індивідуальні деформації є зумовленими характеристиками працівників різних професій, коли надмірно розвинені ті чи інші професійно важливі і небажані якості, що породжує видимість недооцінки або підкреслення. Наприклад: надмірно відповідальний, надмірно чесний, гіперактивний, фанатизм у роботі, професійний ентузіазм, нав'язлива педантичність тощо. Ці деформації, на думку Зейера Е. Ф., можна назвати професійним кретинізмом. (Березовська).

Сучасні вітчизняні вчені [13; 23] вивчають професійну деформацію в таких варіаціях:

- негнучка професійна адаптація особистості до вимог професійного середовища таким чином, що не сприяє розвитку суб'єкта діяльності та і самої діяльності [23];

- в результаті розчарування в професії, кризи кар'єри, втрати авторитету [25], що виявляється в спрощенні поглядів, стереотипах, стереотипах, а також перенесенні професійних звичок у позапрофесійну сферу [27];

- оскільки когнітивні спотворення, дезорієнтація особистості, що виникають внаслідок тиску внутрішніх і зовнішніх чинників професійної діяльності, сприяють формуванню специфічного професійного типу особистості [27].

Існує кілька класифікацій видів професійної деформації. Перелічимо декілька. В. Кирилишин запропонував розглядати професійну деформацію на таких рівнях [23]:

- когнітивний – характеризується зміною уявлень особистості про оточуючий світ, про інших людей, про здатність оцінювати людей за ознаками, що пов'язані з професійною діяльністю.

- емоційний рівень, що характеризується зміною емоційних реакцій на звичайні професійні ситуації (синдром професійного вигорання, «прикраптома»).

- поведінковий рівень, що характеризується через зміну форм і методів взаємодії з навколишнім середовищем, перенесенням прийомів професійного спілкування в ситуації поза ситуацією професії. [23].

Професійна деформація є природною, оскільки будь-яка професійна діяльність спотворює людину незалежно від її здібностей. Здійснення певного виду діяльності вимагає певних якостей фахівця, а інші залишаються бездіяльними. З часом ділові досягнення визначаються низкою важливих професійних рис, які використовувалися роками. Деякі з них поступово стають професійно небажаними якостями [4].

До штучних відносяться викривлення особистості, викликані дією зовнішніх факторів, які від людини не залежать (особливості виховання,

ситуації, що виявляються у житті, умови життя тощо), але сприяють виникненню та формуванню внутрішніх соціальних та психологічних факторів деформацій.

Повна та часткова деформації вказують на те, який рівень деформації є. Для часткової деформації характерним є те, що змінюється один або кілька структурних елементів, загалом — зміною всіх елементів особистості людини. До часткових відхилень належать спотворення у сприйнятті, уяві, мисленні. Спочатку відбувається часткова деформація (ураження психіки є частковим), яка позначається на психічних процесах людини, що є загальними, а потім досягає все більш значних розмірів та поширюється на сферу світогляду людини [4].

Подібну класифікацію пропонує І. Хоржевська. Дослідниця виділяє наступні типи: епізодичні або стійкі, поверхневі або глобальні, позитивні або негативні [45].

Український психолог М. Великодна, спираючись на дослідження особливостей професійної деформації, виділяє три значення цього явища [13]:

- професійна деформація як відчуження Я на користь професії;
- професійна деформація як спотворення професійної ролі внаслідок дезадаптації до виконання професійної діяльності;
- професійна деформація як будь-яка особистісна зміна (навіть позитивна), пов'язана з оволодінням і реалізацією професії [13].

## **1.2. Професійна деформація практичних психологів.**

Зміни, що відбуваються в Україні на сучасному етапі (війна російської федерації проти України, соціально-економічна нестабільність, загострена конкуренція на ринку праці, соціальна напруженість, матеріальна та соціальна поляризація, значна кількість людей, що змушено переселилися на інші території), відображаються на зростанні вимог суспільства до професіоналізму особистості. Однак не кожен може адаптуватися, ефективно виконувати свою професійну діяльність і відігравати соціальну роль у таких стресових умовах. Існує ряд професій, в яких людина систематично піддається професійному стресу, внаслідок чого може відбутися професійна деформація особистості, коли

під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів відбувається зміна якостей і властивостей особистості, форми спілкування і поведінки [4, с. 18].

Сучасні психологічні дослідження показали високу схильність до професійних упереджень працівників професій «людина – людина» (лікарів, психологів, педагогів). Досить часто виявляються такі негативні прояви у представників згаданих професій як синдром «емоційного виснаження», який вважається однією з форм професійної деформації особистості [6, с. 91]. Для фахівців системи «людина-людина» проявом деформації особистості є виснаження, зажуреність у себе та відчуженість від контактів, що відбуваються внаслідок духовного перенапруження, емоційної «розтяжки» у професійній діяльності. На цьому ґрунті виникають спотворення як у мотиваційній сфері особистості (замовкання емоцій, зникнення почуттів і гострих переживань, поява конфліктів), так і в операційно-виконавській сфері діяльності (здатність оновлювати арсенал свого професійного техніки зникає) [503, с. 38].

Отже, ознаки «емоційного виснаження» є невід'ємними ознаками професійної деформації працівників сфери «людина – людина», що дозволяє вважати «емоційне виснаження» основним показником негативний вплив професії на людину і як центральний прояв (форма) деформацій професійної особистості. Ще одним підтвердженням цього є велика кількість досліджень В.В. Бойка, Т.В. Муращенко, Л.В. Кондрацька, А.С. Борисюк, С.В. Петрович, Н.І. Кривоконь, Б.П. Томчук про особливості професійної деформації у представників соціальних професій [51, с. 5].

Найчастіше проблема професійних деформацій у психології розглядається у двох аспектах – діяльнісному та особистісному, акцентуючи увагу відповідно на деформації особистості [47] і трудово-діяльнісному чи поведінковому деформації [47]. При цьому зовнішніми проявами деформацій особистості вважаються деформації поведінки та діяльності [47 Чемодурова]. Такий підхід не дозволяє трактувати це явище як фатальне: оскільки особистість формується і розвивається в діяльності, то поява деформацій більше є пов'язаною з

неконструктивним професійним стилем та неправильними рольовими установками особистості [47], а це є доступним корекції.

Українськими дослідниками (Ж. Вірна, М. Великодна, С. Грищенко, С. Ковальчишина, О. Рева та інші) професійні деформації розглядаються: як варіант суворої професійної адаптації особистості до вимог професійного середовища в конкретному, довготривалому шляху, що стає перешкодою для розвитку суб'єкта діяльності та самої діяльності [12; 24]; або внаслідок розчарування в професії, кризи кар'єри, втрати авторитету [14], що виявляється в надмірній стереотипності діяльності, опорі новому, стереотипності підходів, спрощеному погляді на проблеми та перенесенні професійних звичок, корисних для роботи в непрофесійній сфері (наприклад, сімейне і дружнє спілкування) [40].

Науковцями доведено, що в професіях системи «людина-людина» поява професійної деформації під впливом як індивідуальних особливостей особистості, так і під впливом специфіки самої професійної діяльності.

На думку Ю.В. Александрова професійна деформація – це зміни, що відбуваються в структурі особистості в процесі професійної діяльності при виконанні трудових функцій. Професійна деформація представлена як вихідна схильність, яка проявляється у відсутності рис характеру, необхідних для успішної діяльності, і як сама професійна деформація внаслідок негативного впливу на особистість певних чинників [1, с. 12].

Розглянемо основні чинники, які можуть зруйнувати динаміку прогресивного процесу професійного становлення особистості практичного психолога:

1. Деадаптація щодо професії. Професія привносить у свідомість людини свою систему світоглядів і смислів. Вміння плавно увійти в систему професійного світогляду та смислу, прийняти професію, органічно навчитися в ній жити є найбільш важливим завданням професійної адаптації в психологічному аспекті. Розрізняють також біологічну адаптацію, яка включає фізичне пристосування організму до умов праці (робочого часу, трудового



процесу). За видами адаптації деформація практичного психолога є можливою в обох напрямках: біологічному та соціально-психологічному.

Психологи характеризуються більш вираженими ознаками емоційно-моральної дезорієнтації, ніж інші групи досліджуваних. Вони за власним вибором вирішують проблеми своїх підопічних, визначають зручних та незручних клієнтів, «хороших» і «поганих». На думку О. П. Приткової, це пояснюється тим, що в нашому суспільстві прийнято виконувати обов'язки за настроєм і суб'єктивними уподобаннями [6, с. 220].

2. Синдром емоційного виснаження. В. Л. Бозаджиев відзначає, що симптом найбільш гостро проявляється внаслідок переживання психотравмуючих обставин, пов'язаних з професійною діяльністю, його непереборність призводить до відчаю, обурення і появи інших проявів «виснаження». Імовірно тому у фахівців системи «людина-людина» досить високі показники симптомів тривоги та депресії, які проявляються у вигляді переживання ситуативної чи особистісної тривоги, розчарування собою, в обраній професії, в одному конкретному місці чи місці служби [7, с. 69].

Значною проблемою в діяльності практичного психолога є емоційна відстороненість, яка вважається формою емоційного захисту, за якої людина практично повністю виключає емоції зі сфери професійної діяльності, у неї починається реагування без почуттів і емоцій. Цей симптом може посилюватися рядом інших проявів «емоційного виснаження»: особистісною відстороненістю, емоційним дефіцитом, появою психосоматичних і психовегетативних розладів. Внаслідок цього у практичних психологів все менше проявляється позитивних емоцій, з'являються такі комунікативні та поведінкові риси, як: грубість, різкість, дратівливість, образливість, примхливість, які супроводжуються порушенням фізичного та психічного самопочуття. Робота з людьми перестає бути цікавою для спеціаліста, не приносить задоволення та втрачає ця робота соціальну цінність. Це свідчить про те, що практичного психолога емоційний захист у формі «вигорання» стає сформованим та обов'язковим атрибутом особистості, що свідчить про професійну деформацію працівника.

Емоційне виснаження підвищується у тих фахівців, які працюють з людьми з повною віддачею. Така емоційно напружена робота супроводжується надмірними витратами внутрішніх сил і психічної енергії, які людина важко переносить, і в результаті в процесі роботи у неї розвивається психосоматична втома (вигорання) і емоційне виснаження, коли професіоналізм здається «застряг» у своєму розвитку.

3. Професійний стрес. Практикуючий психолог часто потрапляє в непередбачену ситуацію, що посилюється почуттям невпевненості в правильності обраного рішення, відсутністю чітко визначеного і видимого результату його роботи. Все це створює у внутрішньому стані практичного психолога суперечність, що має подвійність. Є як об'єктивні, так і суб'єктивні фактори, які можна назвати «стресом відповідальності». Професійна відповідальність психолога пов'язана зі збереженням цінностей і місії професії, з використанням і розвитком знань і принципів роботи. [49, с. 847].

4. Професійні кризи. Під час професійної діяльності практичного психолога професійні кризи проявляються неодноразово. Ці кризи супроводжуються зниженням професійної самооцінки, появою відчуття вичерпання власних можливостей (так званий синдром «фінальної зупинки»), страхом піти навіть на виправданий ризик, посиленням механізмів захисту, зниженням інтересу. у подальшому професійному зростанні тощо. Психологи-практики гостріше та чіткіше за інших відчувають симптоми невдоволення собою, «замкненості», тобто стану безнадійної інтелектуальної та емоційної задухи.

5. Послаблення мотивації. Людина під час вибору професії психолога керується якимись певними бажаннями або ж мотивами. Деякі з них вважаються «благородними» («хочу допомагати людям»), інші «не зовсім доречними», наприклад, для вирішення якихось особистих проблем, і, нарешті, «негідними» причинами, такими як інтерес до життя інших людей, до їхнього приватного життя. Підрив мотивації відбувається, коли причина вибору професії суперечить конкретній ситуації. Наприклад, бажання допомогти дітям «на робочому місці»

наштовхується на реальні, повсякденні професійні труднощі. Нерідко при повному задоволенні потреби відбувається ослаблення і навіть виснаження мотиву, зникає потреба продовжувати роботу. Наприклад, практичний психолог вирішив свої особисті проблеми, задовольнив свою цікавість, випробував себе, то виникає байдужість до результатів роботи, втрата інтересу до діяльності.

6. Надмірне спілкування. Через специфіку діяльності практичного психолога може також виникати професійна деформація. Згідно з дослідженнями, близько п'ятої частини працівників, які займаються індивідуальним спілкуванням, страждають від так званого синдрому «втоми від співчуття», який може спотворювати особистість, проявляючись у станах байдужості та депресії, поступово інтегруючись у такі особисті якості, як нечутливість, холодність, цинізм. Це є пов'язаним з тим, що на особистість практичного психолога впливає спілкування з іншими людьми, яке є обов'язким у даній професії. Надмірне професійне спілкування психолога-практика змушує його здаватись своїм клієнтам емоційним донором.

7. Когнітивні, поведінкові, афективно-мотиваційні та інші стереотипи. Н.В. Циба вказує, що однією з характеристик професійної деформації практичного психолога є розвиток надмірного контролю над власною поведінкою. Під час консультацій, групової роботи, психотерапевтичних сеансів практичний психолог повинен суворо контролювати власну поведінку: слова, пози та жести. Цей навик автоматично переноситься у неформальне спілкування. Психолог миттєво реагує на зміну пози співрозмовника, постійно стежить за напрямом його погляду, в тому числі за зміною частоти і глибини дихання. Підкоряючись професійному «інстинкту», він постійно ранжує інших людей в ієрархії, «ставить діагноз», хоча це не є конче обов'язковим [49].

Вся діяльність практичного психолога у професії виражається в тому, що фахівець самостійно та творчо підходить до вирішення професійних завдань, що поставлені перед психологом. А також досягти результатів, що мають відповідність до необхідних стандартів, можливість та вміння реагувати гнучко на будь-які зміни тощо. В діяльності практичного психолога проявляються

стереотипи, де кожен конкретний випадок є індивідуальним і одним із головних завдань практичного психолога є надання адресної індивідуальної допомоги, можуть негативно впливати на якість роботи та формувати негнучку поведінку, стереотипність мислення, нечуйність до клієнта та їхні проблеми.

Основними ознаками професійної деформації у практичного психолога є:

- через погане виконання роботи виявляється відчуття емоційного виснаження;
- якщо у клієнта звичне споживацьке ставлення до життя, то психолог має негативні почуття до нього;
- через неоцінені зусилля може сформуватися негативна самооцінка;
- на невиправдані очікування проявляється образа як реакція;
- через усвідомлення неможливості досягти швидкого результату виникає почуття тривоги, провини та гніву;
- через занурення в чужі проблеми клієнтів відбувається згасання життєвих настанов, що є позитивними;
- бажання змінити соціальну ситуацію є, а можливості через невіру немає тощо [6].

Будь-який із зазначених ознак свідчить про початок процесу професійної деформації.

Характерними рисами професійної деформації практичних психологів є:

- затримка, уповільнення професійного розвитку. Для психолога це може бути пов'язано з тим, що на роботі «все набридає» і втрачається стимул до оволодіння новими способами діяльності, бажання вирішувати нові проблеми;
- невідповідна професійна діяльність. Для психолога це може бути пов'язано з «застопорюванням» у професійному та особистісному розвитку;
- дезінтеграція професійного розвитку, дезінтеграція професійної свідомості і, як наслідок,
- нереалістичні цілі, хибні сенси роботи та виникають на цьому ґрунті професійні конфлікти;

- низька професійна мобільність, нездатність адаптуватися до нових умов праці, що призводить до повної або часткової дезадаптації;

- неузгодженість окремих галузей професійної діяльності, коли одна сфера ніби випереджає, а інша відстає. У результаті не формується цілісна професійна свідомість, де органічно доповнюють один одного різні методи і способи діяльності, де поєднується все позитивне, накопичене в різних напрямках психології та в різних наукових школах;

- послаблення професійних якостей, що раніше сформовані, зниження професійного мислення. Відомо, що надмірна експлуатація якості призводить не тільки до її становлення і розвитку, але в певний момент і до її зникнення;

- поява деформацій особистості у зв'язку з перевантаженнями;

- переривання професійного розвитку внаслідок професійного захворювання або втрати працездатності. На жаль, у психологів можуть виникати і психічні захворювання, причиною яких є звичайний нервовий зрив через надмірну старанність і самопожертву «зادля інтересів і блага клієнтів», але на шкоду власним інтересам. Іноді причиною психічних захворювань у психологів (і навіть у деяких «вразливих» студентів) може бути занадто сильний удар від «кризи омани» в професії;

– якщо говорити про варіанти професійної деформації, то варто згадати ще одну причину. Багато психологів зазвичай обмежуються формуванням тільки тих чи інших властивостей, якостей і особливостей власної особистості, з яких нібито складається особистість, хоча сутність особистості полягає в її цілісності, в спрямованості на пошук головного сенсу власної особистості.

Практичний психолог – це фахівець, який постійно внутрішньо рухається. Його почуття цілісності формується на основі виділення (або творчого пошуку) внутрішнього стрижня, який може стати основою для створення сенсу існування особистості та її професійної діяльності. Тобто професійна деформація – це деструкція, яка виникає в процесі виконання професійної діяльності та негативно впливає на її продуктивність. До основних психологічних детермінант професійних упереджень відносяться також стереотипи професійної діяльності,

психофізіологічні зміни, стагнація професійного розвитку, акцентуації характеру та психологічний захист.

Ю.М. Чемодурова [47] вважає, що професійні деформації практичного психолога визначаються як особливий особистісно-професійний феномен, який проявляється у зміні структури особистості фахівця під впливом професійної діяльності, спотворення його професійної Я-концепції внаслідок фіксація та узагальнення деструктивного ставлення. Виділяють професійні деформації практичних психологів загальнопрофесійного, спеціально-професійного, професійно-типологічного та індивідуалізованого типів, які відрізняються ступенем участі людини в професійній діяльності, її зануреності в цей процес і, отже, ступенем оборотності процесу.

Отже, практичний психолог під час професійної діяльності зустрічається із специфічними проблемами, оскільки у своїй роботі практичний психолог зустрічається з різними проблемами, недоліками, стражданнями та труднощами, що є у житті людей, що є клієнтами. Через прояв підвищеного рівня психологічної напруги і це може призвести психолога до формування деформацій, і тоді продуктивність і ефективність праці неможливі. Для нейтралізації цього небажаного стану, необхідно знати причини та наслідки негативного впливу професії, особливості реагування особистості, шляхи попередження негативних станів, а також методи корекції професійної деформації з метою зберегти продуктивність і професійне зростання.

### **1.3. Чинники професійної деформації практичного психолога.**

На основі вивчення психологічних джерел [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 12; 13; 15; 20; 22; 25; 27; 29; 34; 36; 41; 44; 47 та ін.] можна об'єднати всю різноманітність факторів розвитку професійних деформацій практичних психологів у три великі групи: особистісні; організаційні та статусно-рольові.

Сучасна психологічна наука особистісні чинники розвитку професійних деформацій практичних психологів розглядає з двох сторін. Так, з однієї

сторони, це відбувається через об'єктивні умови зміни особистісного профілю фахівця (вікові зміни; зниження інтелекту; стереотипність психічних функцій). А з іншої сторони, визначенням індивідуально-психологічних особливостей особистості, які можуть прискорювати процес розвитку індивідуалізованих професійних деформацій.

До об'єктивних особистісних факторів розвитку професійних деформацій практичного психолога належать:

1) психологічне старіння, яке проявляється на трьох рівнях: а) соціально-психологічному (зміни в мотиваційно-емоційній сфері, поява дезадаптивних форм поведінки, підвищення потреби в схваленні тощо); б) морально-етичні (нав'язливе моралізаторство, скептичне ставлення до молодіжної субкультури, протиставлення сьогодення минулому, перебільшення заслуг власного покоління тощо); в) професійні (неприйняття інновацій, канонізація індивідуального та поколінного досвіду, труднощі в освоєнні нових засобів і технологій праці, уповільнення виконання професійних функцій) [81]. Дослідники в галузі геронтології та психології старіння зазначають, що немає фатальної неминучості професійного старіння, але що фізичне та психологічне старіння спотворює професійний профіль людини;

2) згасання інтелектуальних функцій, що можливо є пов'язаним як з віковими змінами психолога, так і з особливостями професійної діяльності, що є нормативною. Психологи зазначають, що ті інтелектуальні здібності, які є непотрібними у процесі життєдіяльності людини, мають тенденцію поступово згасати. І, навпаки, якщо професійна діяльність вимагає від практичного психолога вирішення професійних завдань, планування робочого процесу, постійного аналізу професійних ситуацій, а сам фахівець прагне до розвитку та вирішення професійних завдань, то інтелект залишається на високому рівні. Завершення професійного життя;

3) стереотипізація психічної діяльності, яка є одним із результатів розвитку психіки, але водночас спотворює сприйняття дійсності та створює психологічні бар'єри. Закріплені професійні стереотипи можуть призвести до того, що навіть

просте і очевидне рішення не сприймається; нові підходи і методи погано засвоюються і недостатньо усвідомлюється їх необхідність. Наприклад, одна з деформацій практичного психолога проявляється у появі хибного уявлення про те, що навіть без нових знань накопичені стереотипи забезпечать необхідну швидкість, точність і успішність діяльності. Але надмірна трафаретність у підходах, спрощені погляди на трудові питання призводять до зниження рівня професіоналізму фахівця, а також проявляються у перенесенні професійних навичок на дружнє, сімейне спілкування.

Індивідуально-психологічні особливості особистості, що є сприятливим «грунтом» для деформуючого впливу професії та сприяє формуванню неконструктивної професійної позиції практичного психолога, є такими:

1) наявні особистісні схильності, риси характеру, властивості, які можуть сприйматися психологом, прийматися як бажані і викликати почуття гордості (наприклад, бажання допомогти людям), або бути неусвідомленими, пригнічений і прихований (наприклад, інтерес до особистого життя інших людей). Тоді діяльність практичного психолога виправдовує ці небажані риси, дозволяє їм існувати та проявлятися. У таких психологів формується професійна позиція, що є неконструктивною, а також вона супроводжується окремими професійно значущими якостями, що надмірно розвинуті і які з роками перетворюються на соціально небажані. А це може приводити до спотворення професійної Я-концепції особистості, а також розвиток професійних деформацій.

Дослідники зазначають, що стрімкий розвиток професійних деформацій може бути зумовлений такими психологічними особливостями особистості, як: схильність до інтроверсії (низька соціальна активність і адаптивність, увага до свого внутрішнього світу); реактивність (сила і швидкість емоційного реагування) і агресивність; жорсткість і авторитарність; низький рівень самооцінки; неадекватна самооцінка; «робоча залежність»; фанатизм; інтенсивна інтеріоризація обставин професійної діяльності, підвищення відповідальності за результати своїх дій; надмірно висока або низька мотивація



успіху; низька стійкість до стресу, що призводить до посилення проявів тривоги, депресії та гніву, виснаження функціональних ресурсів забезпечення діяльності; високий рівень емпатії, надмірна відповідальність і страх невдачі, схильність до ідеалізації інших людей, акцентуація характеру;

2) низький рівень мотивації професійної діяльності, який проявляється, з одного боку, в тому, що практичний психолог не вважає за потрібне (або не зацікавлений) проявляти симпатію до клієнта, що стимулює байдужість і нечуйність; з іншого боку, психолог не звик або не вміє сприяти саможалінню (система самооцінки базується на матеріальних чи посадових досягненнях, альтруїстична емоційна віддача відсутня, тобто фахівець не потребує воно);

3) моральна дезорієнтація, яка або вже існує в структурі особистості, або формується в процесі діяльності. Це, перш за все, невміння практичного психолога при взаємодії з клієнтом використовувати моральні категорії (совість, гідність, порядність, чесність, повага до прав іншої людини тощо), або невміння відрізнити добро від погане, добре від поганого. У цьому випадку, наприклад, сприяє формуванню таких професійних деформацій, як емоційна холодність (байдужість до клієнта) і апатія до виконуваних завдань;

4) різні форми психологічного захисту, які можуть стати першопричиною формування та розвитку професійних деформацій. У загальному вигляді психологічний захист визначається як несвідомий психічний процес, що є спрямований на мінімізацію негативних переживань у гострих ситуаціях, що порушують «психологічну безпеку» особистості. Проте, діючи на рівні підсвідомості та створюючи відчуття безпеки, захисні механізми, перш за все, спотворюють реальність, перешкоджають особистісному та професійному зростанню.

Група організаційних факторів пов'язана з соціально-професійним середовищем, характеристики якого визначаються специфікою виконуваних професійних функцій. До таких факторів розвитку професійних деформацій практичного психолога відносяться:

1) професійна спеціалізація як небезпека стереотипів, «ущільнення» професійного мислення, що, у свою чергу, призводить до рутинності діяльності, закріплення непотрібних стереотипів у підходах, спрощених поглядів на професійні проблеми, блокує професійну творчість, підготовку до самовдосконалення, накопичення та передачу раціоналізаторського досвіду;

2) напружена професійна діяльність, тривале емоційне напруження загалом сприяє зниженню психологічної стійкості практичного психолога, послабленню активності фахівця, що в свою чергу змінює спосіб життя, що є звичним та штовхає його до пошуку інших моделей і методів діяльності або поведінки.

3) дестабілізуючі організаційні умови діяльності практичного психолога: інформаційне перевантаження; нечітка організація та планування діяльності; неефективне делегування повноважень та/або розподіл функціональних обов'язків; відсутність психодіагностичного, методичного, корекційного інструментарію; неструктурована або розпливчата інформація; наявність «бюрократичного шуму» (дрібні деталі, протиріччя); неоптимальний режим роботи; завищені норми контингенту (учні класу, пацієнти, клієнти), з якими має справу практичний психолог протягом дня. Наслідком дестабілізуючих обставин є множинний негативний вплив, що позначається як на самому спеціалісті, так і на суб'єкті спілкування (клієнти, пацієнти), і на процесі їх взаємодії;

4) несприятливий соціально-психологічний клімат в організації (установі), де працює психолог. Наявність високого рівня конфліктності як в системі «керівник-підлеглий», так і в системі «колега-колега», прояв напруженої психологічної атмосфери призводить до нервової ситуації, емоцій «зносу» і пошуку. на способи збереження психічних ресурсів (наприклад, бажання триматися подалі від усього і всіх, не приймати все близько до серця, берегти нерви тощо).

До статусно-рольових факторів належать ті, які безпосередньо пов'язані з процесом реалізації професійних функцій, виконанням професійної ролі. На основі суб'єктно-діяльнісного підходу розвиток професійних деформацій

відбувається тому, що фахівець ідентифікується з професійною роллю; при цьому спостерігаються «паперова манера», яскраво виражені професійні акценти характеру тощо.

Специфіка предмета праці організовує всю психічну діяльність людини, насамперед увагу, яка, у свою чергу, спрямовує всі прагнення людини, всі її психічні процеси, всю суб'єктивну внутрішню архітектуру психіки - пам'ять, емоційні переживання, почуття, стосунки тощо». У процесі професійної діяльності суб'єкт повинен «не тільки відображати об'єкт, а й наповнювати свою свідомість специфічними характеристиками суб'єкта праці». Проживаючи значну частину часу в логіці своєї діяльності, розумово і емоційно зливаючись з нею, фахівець ризикує потрапити під переважний вплив суб'єкта праці, який може «сформувати або деформувати психіку суб'єкта діяльності».

Ознаки професійних деформацій можна виявити шляхом порівняння процесу і результату дій спеціаліста з правилами дій, що характеризують цілі, принципи, технології, методи роботи та зміст професійної етики та деонтології. Згідно з цим, професійні деформації практичного психолога є результатом невідповідності (внутрішньої боротьби або конфлікту) в конкретній професійній ситуації між компонентами єдиної структури особистості та професійними нормами. Якщо правила професійної діяльності переносяться на життєвий простір індивіда (сферу його особистого і ділового спілкування, його поведінку, побут і т.д.), це призводить до помилкових дій і закріпленню деформацій професійний у структурі особистості.

Таким чином, аналіз особливостей професійно-психологічної діяльності дає змогу назвати такі основні статусно-рольові фактори, що провокують розвиток професійних деформацій практичних психологів:

- 1) незадоволеність потребою в соціальній справедливості та гарантії роботи;

- 2) більша відповідальність за виконання професійних функцій. Практичні психологи, як правило, працюють у режимі зовнішнього та внутрішнього контролю, вони перебувають під тиском спеціальних соціальних інститутів

(конкретні рольові призначення, загальні права особистості, закони ринку та конкуренції, ліцензування, безробіття тощо), які регулюють правила діяльності та покласти певну відповідальність за виконання обмежень професійних обов'язків;

3) інтенсивність спілкування, спрямована на сприйняття клієнтів і вплив на них. Процесуальним змістом психологічної діяльності є постійне входження і перебування в стані суб'єкта взаємодії; спостереження, слухати; емпатія, співчуття (передбачення слів, настрою, вчинків); постійне прийняття «енергетичних розрядів» клієнтами;

4) наявність рольового конфлікту, зумовленого протиріччями між функціональними завданнями та ситуативною адекватністю рольової поведінки практичного психолога;

5) невизначеність ролі, яка пов'язана з наявністю нечітких і незрозумілих вимог до фахівця з боку вищих органів влади та управління. Невідповідність повноважень практичного психолога покладеним на нього завданням створює передумову для емоційного виснаження;

6) «психологічно важкий» контингент, з яким працює психолог (клієнти з аномаліями характеру, нервової системи, затримкою психічного розвитку, розладами поведінки, акцентуаціями, адиктивною поведінкою, неврозами, ознаками психопатизації, конфліктні люди тощо);

7) ізоляція від референтної групи. Так, наприклад, практичний психолог у системі освіти належить до особливої категорії педагогічних працівників, які часто є єдиними представниками в освітньому закладі, що ускладнює процес отримання підтримки та обміну досвідом з більш досвідченими колегами та психологами.

Таким чином, дія особистісних, організаційних і рольових факторів може кардинально змінити або порушити характеристики нормального функціонування професійного психолога. Проте виявлені фактори діють у настільки складному взаємозв'язку та взаємозалежності, що передбачити стовідсоткове виникнення деформацій у кожному окремому випадку досить

складно. Зазвичай розвиток професійних упереджень є результатом комбінації кількох факторів, але індивідуальна ситуація професійного розвитку може посилити або пом'якшити його вплив.

### **Висновки до розділу 1.**

На основі проведеного теоретичного аналізу можемо зробити узагальнення:

На даний час професійні деформації розглядаються як патологічні (небажані) відхилення у професійному розвитку, які виникають під впливом змісту професійної діяльності, від індивідуально-психологічних властивостей особистості та умов праці, а також вони змінюють рівень прояву якостей фахівця, що є професійно важливими

Виділяють наступні рівні професійної деструкції: загальна професійна деструкція, характерна для працівників певної професії; спеціальні (особливі) професійні деструкції, що проявляються в процесі спеціалізації; професійно-типологічна деструкція, зумовлена накладенням індивідуально-психологічних властивостей особистості на психологічну структуру професійної діяльності; індивідуальні деформації зумовленими характеристиками працівників різних професій.

Основними чинниками, які можуть зруйнувати динаміку прогресивного процесу професійного становлення особистості практичного психолога є дезадаптація щодо професії, синдром емоційного виснаження, професійний стрес, професійні кризи, послаблення мотивації, надмірне спілкування, когнітивні, поведінкові, афективно-мотиваційні та інші стереотипи.

Характерними рисами професійної деформації практичних психологів є: затримка, уповільнення професійного розвитку; невідповідна професійна діяльність; дезінтеграція професійного розвитку, дезінтеграція професійної свідомості; нереалістичні цілі; низька професійна мобільність; неузгодженість окремих галузей професійної діяльності; послаблення професійних якостей, що раніше сформовані; поява деформацій особистості у зв'язку з перевантаженнями;

переривання професійного розвитку внаслідок професійного захворювання або втрати працездатності.

Сучасна психологічна наука особистісні чинники розвитку професійних деформацій практичних психологів розглядає з двох сторін. Так, з однієї сторони, це відбувається через об'єктивні умови зміни особистісного профілю фахівця (вікові зміни; зниження інтелекту; стереотипність психічних функцій). А з іншої сторони, визначенням індивідуально-психологічних особливостей особистості, які можуть прискорювати процес розвитку індивідуалізованих професійних деформацій.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ У ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

#### **2.1. Організація дослідження, обґрунтування методик та опис вибірки.**

Емпіричне дослідження було побудоване на результатах теоретичних та емпіричних дослідженнях професійної деформації психологів таких дослідників, як: Н.П. Берегова, М.С. Великодна, М.В. Войтович, О.Б. Дубчак, Н.М. Панасенко, О.Ю. Повстюк, О.В. Романенко, Н.В. Циба, Ю.М. Чемодурова та інших; на основі досліджень професійного вигорання психологів таких науковців, як: Н.П. Берегова, Л.І. Березовська, А.С. Борисюк, М.С. Великодна, М.В. Войтович, О.Б. Дубчак, Н.М. Панасенко, О.Ю. Повстюк, О.В. Романенко, Н.В. Циба, Ю.М. Чемодурова та інших, а також на результатах розвідок таких закордонних науковців, як Р. Александр, К. Маслач, К. Кондо, Г.Дж. Фрейндербергер, А. Пайнс, С. Черніс та інших.

Оскільки в сучасній психологічній науці феномен професійних деформацій практичного психолога вивчений недостатньо, закономірно, що сьогодні у закордонній та вітчизняній психології відсутні спеціальні методики його психодіагностики. Проте існують ряд діагностичних методик, які опосередковано досліджують професійну деформацію через окремі психологічні стани, що супроводжують розвиток професійних деструкцій (до них відносять професійне вигорання, рівень емоційного виснаження, стресові стани тощо), або ж окремі компоненти професійної Я-концепції, що викривлена в процес здійснення професійної діяльності.

Таким чином, суттєву діагностичну інформацію щодо поведінкових проявів професійних деформацій можна отримати від практичного психолога на основі:

- аналіз змісту документальних джерел про результати діяльності психолога в закладі: статистичні дані дослідження психологічного клімату колективу, учасником якого є психолог; довідка про службові матеріали тощо;

- експертні оцінки, спостереження більш досвідчених та компетентних спеціалістів. Експертна оцінка як узагальнення незалежних характеристик забезпечує отримання переважно фактичних даних за всіма основними показниками штамів і найбільш ефективна в поєднанні зі спостереженням та обговоренням;

- індивідуальна бесіда (діагностика): інтерв'ю надає фактичні та причинно-наслідкові дані, що стосуються всіх основних показників професійних спотворень;

- спостереження за поведінкою спеціаліста: хоч використання спостереження як самостійного методу діагностики має деякі обмеження, але використання спостереження у поєднанні з бесідою, тренінгами та елементами проєктивних методик дозволяє отримати суттєву інформацію про вияви професійних деформацій.

Ю.М. Чемодурова [47] виявила тенденції використання стандартизованих методів психодіагностики та проєктивних методів у вивченні професійних деформацій особистості:

1. Використання мультидисциплінарних опитувальників для оцінки рівня розвитку професійних деформацій на рівні особистісних структур.

2. Виявлення проявів психологічних захистів як непрямих ознак професійних деформацій особистості.

3. Вивчення копінг-стратегій і моделей поведінки (копінг-поведінки) як типів реакцій особистості на стресові ситуації.

4. Вивчення особливостей ціннісно-мотиваційного поля особистості.

5. Дослідіть рівень емпатії фахівця, оцінивши рівень емоційного реагування як здатність залучатися в емоційні переживання іншої людини.

6. Виявлення ознак професійних деформацій особистості шляхом вивчення симптомів професійного (емоційного) вигорання.



7. Оцінка професійних деформацій шляхом вивчення рівня розвитку саморегуляції та самоконтролю фахівця, а саме:

- а) вивчення стильових особливостей саморегуляції діяльності;
- б) визначення локусу контролю (його інтернальність/екстернальність);
- в) оцінка індивідуального рівня розвитку вольової регуляції (самоконтролю).

8. Оцінка розвитку рефлексивних здібностей особистості.

9. Використання в процесі діагностики проєктивних методів, які дозволяють отримати фактичну інформацію за всіма основними показниками деформації професійної Я-концепції.

Таким чином, сукупність діагностичних засобів визначення професійних деформацій особистості класифікується за структурою: а) оцінка спостерігачем ознак професійних деформацій іншої особистості; б) самооцінка особистості; в) проєкції моделі професійної поведінки.

У зв'язку з відсутністю єдиної системи дослідження професійних деформацій особистості загалом і практичного психолога зокрема, використаємо діагностичні методи вивчення професійного розвитку практичних психологів на основі їх самопізнання.

Під час відбору психодіагностичного інструментарію ми скористалися моделлю дослідження професійної деформації, що запропоновано Ю.М. Чемодуровою. Дослідниця професійну деформацію визначала за чотирма компонентами прояву: особистісно-смісловий, когнітивний, регулятивний та рефлексивний. У своїй роботі ми дослідили такі компоненти прояву професійної деформації, як регулятивний та рефлексивний. В якості регулятивного ми визначимо рівень професійного вигорання, характер домінуючих поведінкових стратегій подолання стресу, в якості рефлексивного – рівень рефлексивності та ставлення до власного професійного майбутнього.

Ми провели емпіричне дослідження професійної деформації серед психологів-практиків із застосуванням методів, які, на нашу думку, дозволять нам ефективно дослідити деталі його прояву. Використані методи:

- методика «Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина»;
- особистісний опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Водоп'янової Н.Є., Старченкова О.С.),
- методика визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова),
- анкета для визначення соціально-демографічних даних.

Ми провели дослідження професійної федормації серед практичних психологів м. Львова. В опитуванні брали участь 30 практичних психологів, які займаються приватною практикою.

Ми надаємо опис методів, що використані в нашому дослідженні особливостей професійного вигорання практичних психологів.

Методика синдром «вигорання» в професіях системи «людина-людина». Анкета стала першим інструментом для вивчення емоційного вигорання. Дана анкета має високий рівень валідності. В основу опитувальника покладено трикомпонентну модель синдрому професійного вигорання, запропоновану американськими психологами К. Маслачем і С. Джексоном. Тобто дає можливість вивчити рівень розвитку основних компонентів синдрому: емоційного виснаження, деперсоналізації, зниження особистих досягнень.

Емоційне виснаження вважається основною складовою професійного вигорання і характеризується емоційним фоном, байдужістю або емоційним перенасиченням.

Деперсоналізація проявляється через спотворення стосунків з іншими людьми. Це може бути як підвищена залежність від інших у міжособистісній взаємодії, так і зростання негативізму, цинічного ставлення та почуттів до тих, з ким працює фахівець: пацієнтів, клієнтів, підлеглих тощо.

Редукція (зниження) особистісних досягнень проявляється через схильність до негативної оцінки власних професійних досягнень і успіхів, негативізм щодо гідності та службових можливостей або через нівелювання особистої гідності, обмеження можливостей можливостей, відповідальності перед іншими.

Результати оцінюються за такими трьома рівнями: високий, середній і низький за трьома критеріями: емоційне виснаження, деперсоналізація та зниження особистих досягнень. Про високий рівень вигорання свідчать високі показники за шкалами «емоційне виснаження» та «деперсоналізація» та низькі показники за шкалою «зниження особистих досягнень».

Для визначення основних поведінкових стратегій подолання стресових ситуацій та моделей копінг-поведінки практичних психологів нами був використаний особистісний опитувальник «Strategic Approach to Coping Scale, SACS) (автор С. Хобфолл, адаптація Н.Є. Водоп'янової та О.С. Старченкової).

Опитувальник «SACS» містить дев'ять патернів копінг-поведінки як типів реакцій особистості на стресові ситуації (моделі поведінки): 1) асертивні дії, 2) встановлення соціального контакту, 3) пошук соціальної підтримки, 4) обережні дії, 5) імпульсивні дії, 6) уникнення, 7) маніпулятивні дії, 8) асоціальні дії, 9) агресивні дії. Відповідно до концепції С. Хобфолла, ці моделі характеризують індивідуальну спрямованість і активність особистості в системі «людина-людина» в тих ситуаціях, що містять проблемне спілкування. Стратегічну спрямованість такої поведінки за змістом необхідно описати за допомогою трьох координованих осей: просоціальна/антисоціальна стратегія; активний пасивний; пряма/непряма (маніпулятивна) поведінка. Стратегії подолання стресових ситуацій визначаються за трьома рівнями: низький ступінь вираженості (6-17 балів), середній ступінь (18-22 балів) та високий ступінь (23-30 балів).

Таким чином, на основі багатовісної моделі поведінки подолання стресу опитувальник дозволяє визначити домінуючу стратегію поведінки, її спрямованість (конструктивна/деструктивна) та активність особистості (активна/пасивна) у стресових ситуаціях спілкування [46]. Залежно від ступеня конструктивності стратегія і модель поведінки можуть сприяти або перешкоджати успішному подоланню професійного стресу, впливати на збереження здоров'я фахівця.

«Здоровий» копінг (coping) активний і просоціальний (А. Адлер, М. Еріксон, Н. Салліван). Активне подолання труднощів у поєднанні з позитивним

використанням соціальних ресурсів (контактів) підвищує стійкість людини до стресу (С. Хобфолл, М. Лерман).

Методика дослідження рефлексивності (автори А. Карпов та В. Пономарьова [86 Чемодурова]). Ця методика базується на теоретичній конструкції, яка конкретизує загальне тлумачення поняття «рефлексивність», а також стосується інших характеристик цієї властивості.

Автори розуміють рефлексивність як психічну властивість, яка є одним із головних аспектів рефлексії взагалі разом із двома іншими модальностями: рефлексією в процесуальному контексті та рефлексією як особливим станом душі [47, с. 48]. Всі три модуси є взаємозалежними і взаємообумовленими, які в процесі свого синтезу утворюють якісну детермінацію, що позначається поняттям «відображення». Тобто методика не лише безпосередньо націлена на рефлексивність як психічну властивість, а й опосередковано враховує її прояви двома іншими визначеними способами [47, с. 112].

Зміст теоретичного конструкту, а також спектр поведінкових проявів-індикаторів, характерних для рефлексивності зумовлених нею, свідчать про необхідність урахування трьох основних типів рефлексії, які виділено на основі «тимчасового» принципу: ситуативний (поточний), ретроспективний і перспективний [47].

Ситуативна рефлексія передбачає безпосередній самоконтроль практичного психолога власної поведінки в реальній професійній ситуації, його розуміння, аналіз, уміння фахівця співвідносити свої дії з ситуацією, координувати дії відповідно до умов, що змінюються. з їх станом.

Ретроспективна рефлексія проявляється в схильності аналізувати діяльність і події, що відбулися в минулому. Це виражається, зокрема, в частоті і тривалості процесу рефлексії та оцінки минулих подій, у схильності аналізувати минуле і себе в ньому.

Перспективна рефлексія пов'язана з функцією аналізу майбутньої діяльності та поведінки, її планування, передбачення можливих наслідків, що

проявляється в старанності планування подій, схильності до деталізації своєї поведінки, рефлексії та орієнтації на майбутнє [47].

Опитувальник рефлексії складається з 27 тверджень, з них 15 прямих, а 12 – зворотні. В результаті визначаються рівні рефлексивності:

Більше 7 балів – високий рівень рефлексивності,

Від 4 до 7 балів – середній рівень рефлексивності,

До 4 балів – низький рівень рефлексивності.

Розвинена рефлексивність проявляється через здатність практичного психолога дивитися ширше меж власного «Я», відходити від меж власного «Я» та порівнювати свій образ з образами інших. Вона виявляється через можливість робити аналіз та висновки, приймати рішення виважено та обдуманно, а також усвідомлювати наслідки своїх рішень.

А також нами була складена анкета для визначення соціально-демографічних даних та розуміння феномену «професійна деформація». Анкета містила питання щодо розуміння змісту явища професійних деформацій та причин їхнього розвитку.

Отримані дані оброблені за допомогою методів математичної статистики: порівняння незалежних вибірок U-критерій Манна-Уїтні, кореляційний аналіз r-Спірмена.

Особливості професійної деформації у практичних психологів досліджено за методикою «Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина», особистісним опитувальником «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Водоп'янової Н.Є., Старченкової О.С.), методикою визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова).

Отже, представлені методики психологічних особливостей прояву професійної деформації є широко вживаними, надійними та валідними.

## **2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей професійної деформації практичного психолога.**

Насамперед опишемо групу досліджуваних, що прийняли участь в опитуванні. Щодо віку, то вибірка мала такий склад: 60% (18 осіб) мали від 25 до 35 років, 40% (12 осіб) мали більше 35 років. За стажем професійної діяльності вибірка була такою: 40% (12 осіб) стаж мали до 5 років, 40% (12 осіб) стаж від 6 до 10 років, 20% (6 осіб) стаж професійної діяльності був більше, ніж 10 років. Результати щодо розподілу за віком та стажем професійної діяльності представлено на рисунку 2.1.

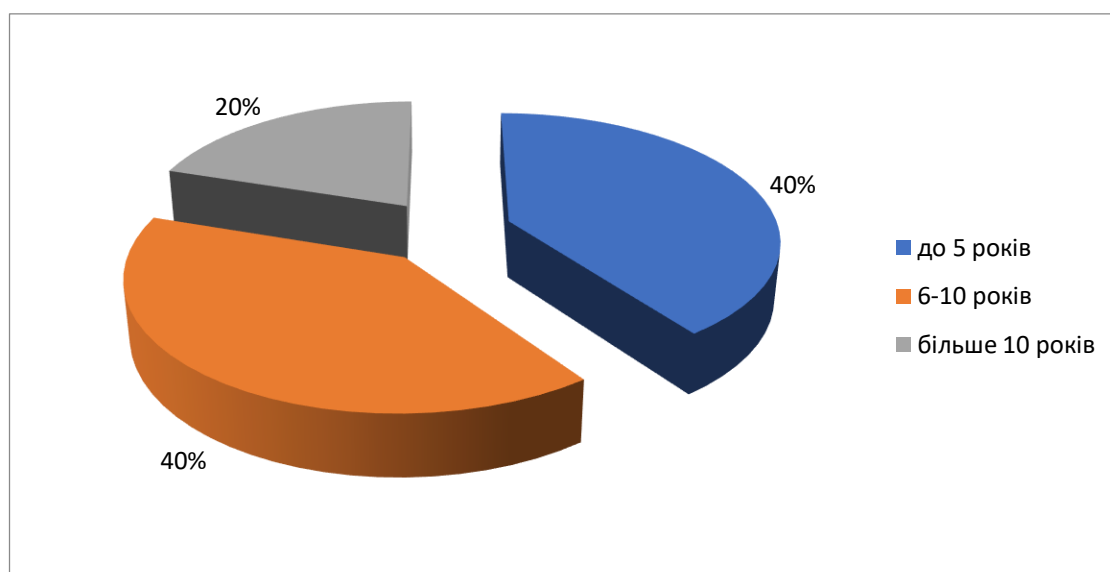


Рис. 2.1. Розподіл вибірки за стажем професійної діяльності.

Отже, як зазначено на рисунку 2.1 в опитуванні взяли участь частина практичних психологів, які пропрацювали незначний час, а також частина, що вже тривалий час здійснює професійну діяльність.

Опитування щодо розуміння та усвідомлення змісту поняття «професійна деформація» показало, що 23% практичних психологів розуміють та усвідомлюють поняття «професійна деформація», 43% досліджуваних ототожнюють з проявами професійного вигорання, 34% опитаних не змогли дати характеристику поняття «професійні деформації» або не знали змісту даного явища. Отже, більшість практичних психологів в основному обізнані з поняттям та змістом «професійна деформація».

Для розуміння ступеню зрощення з професією практичним психологам було запропоновано за 10-бальною шкалою оцінити ступінь цього зрощення, де

1 бал – мінімальний прояв ознаки, а 10 балів – максимальний прояв зрощення. Отримані результати представлено на рисунку 2.2.

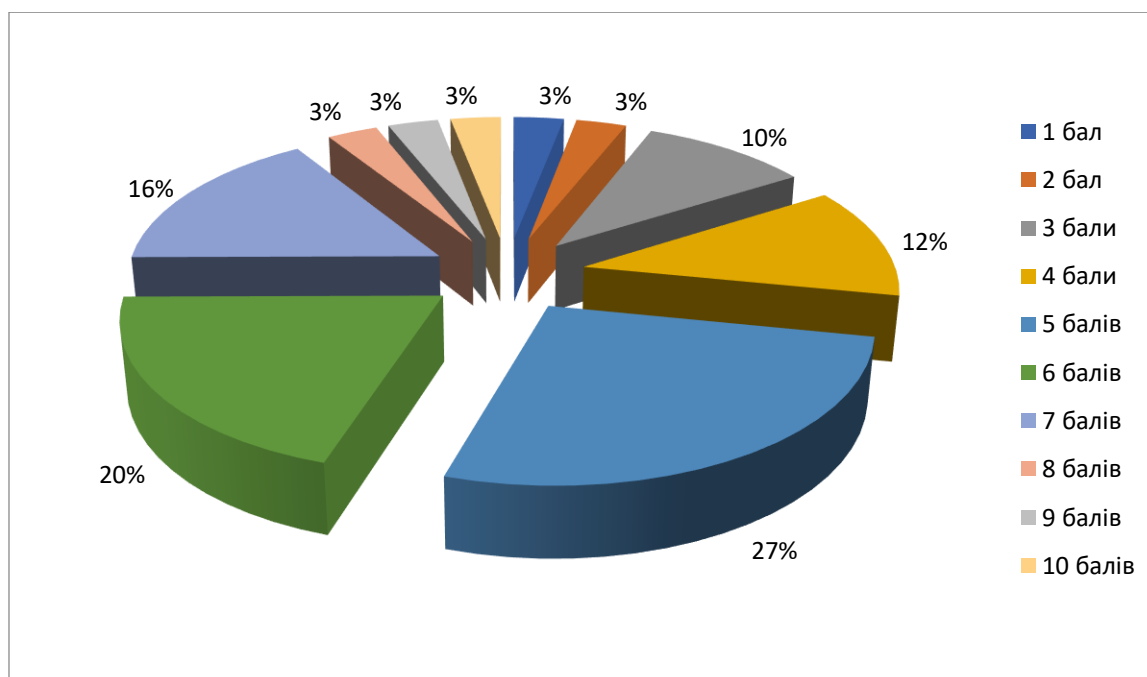


Рис. 2.2. Самооцінка практичними психологами зрощування з професією.

Отже, як зазначено на рисунку 2.2 біля половини опитаних (47%) практичних психологів зазначили, що вони на середньому рівні зрослися з професією, майже третина (28%) респондентів вважають, що зрослися з професійної діяльністю на низькому рівні, четверта частина (25%) вважає, що зрощення у них із професійною діяльністю є високим, що вважається як прояв професійної деформації.

Для визначення уявлень практичних психологів щодо особистісних якостей, які змінюються у процесі своєї професійної діяльності ми запропонували такий перелік позицій: комунікація, стресостійкість, емпатія, терплячість, рефлексія, безоцінне ставлення.

В результаті ми отримали дані, які представлено на рисунку 2.3.

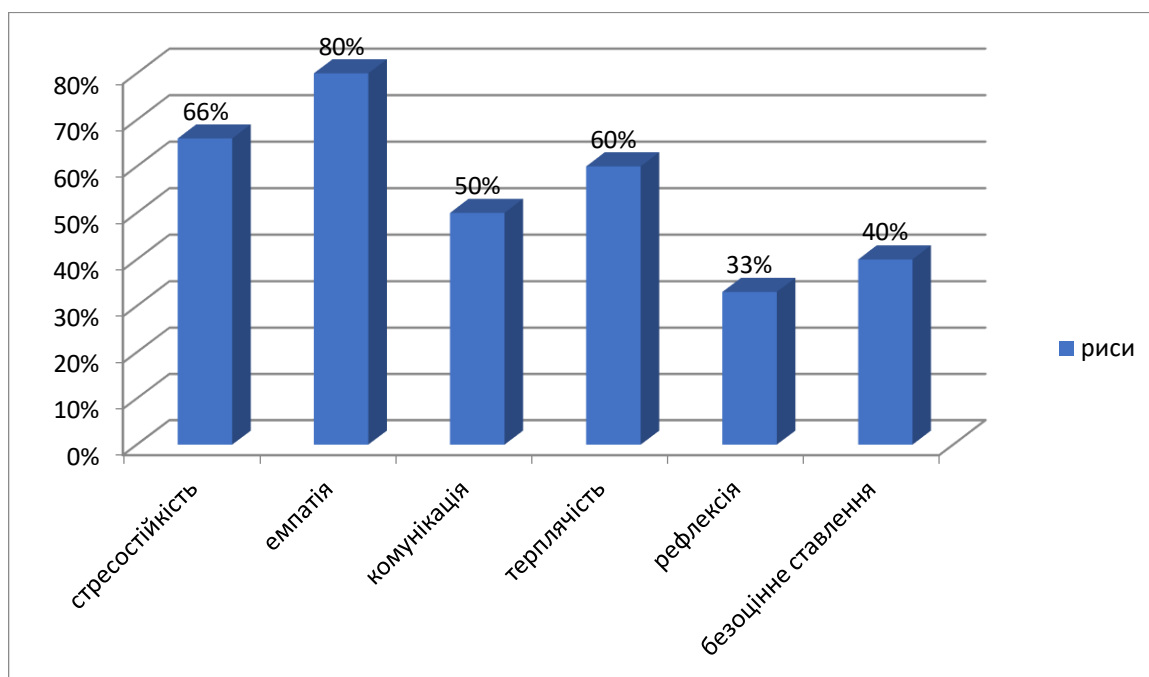


Рис. 2.3. Уявлення практичних психологів про особистісні якості, які змінюються у процесі своєї професійної діяльності.

Отже, як зазначено на рисунку 2.3 уявлення практичних психологів про особистісні якості, які змінюються у процесі своєї професійної діяльності є такими. Так, найменше змінюється така риса, як рефлексивність (33% опитаних), тобто психологи вважають, що впродовж своєї професійної діяльності вони удосконалюються і здатність рефлексувати у них не змінюється. Трохи більше опитаних (40%) зазначають, що безоцінне ставлення також у психологів не змінюється зі стажем професійної діяльності. Половина досліджуваних (50%) вважають, що комунікативна компетентність піддається змінам впродовж діяльності у галузі психології. Більше половини (60%) зазначають, що терпимість піддається змінам у процесі професійної діяльності та у 66% стресостійкість, тобто зазначені важливі якості для практичного психолога значно змінюються у процесі виконання професійних функцій. Найбільше респондентів (80%) вважають, що піддається змінам емпатія у практичних психологів під час своєї професійної діяльності.

Отже, вибірку склало третина тих, хто зазначив про слабе зрощення з професією, майже половина тих, хто посередньо зрісся з професійною



діяльністю та четверта частина опитаних мають високий рівень зрощення з професією психолога. За уявлення практичних психологів найменше змінюється така риса, як рефлексивність та безоцінне ставлення; більше – комунікативна компетентність, терпимість, стресостійкість та емпатія під час своєї професійної діяльності.

Подальший аналіз результатів буде спрямовано на опис отриманих даних за методиками: Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина», особистісний опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Водоп'янової Н.Є., Старченкова О.С.) та визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова).

Результати методики Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина» представлено в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

## Прояв компонентів професійного вигорання

	Емоційне виснаження		Деперсоналізація		Редукція особистих досягнень	
	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
Високий	6	20	0	0	8	26,6
Середній	17	56,7	8	26,6	16	53,4
Низький	7	23,3	22	73,4	6	20

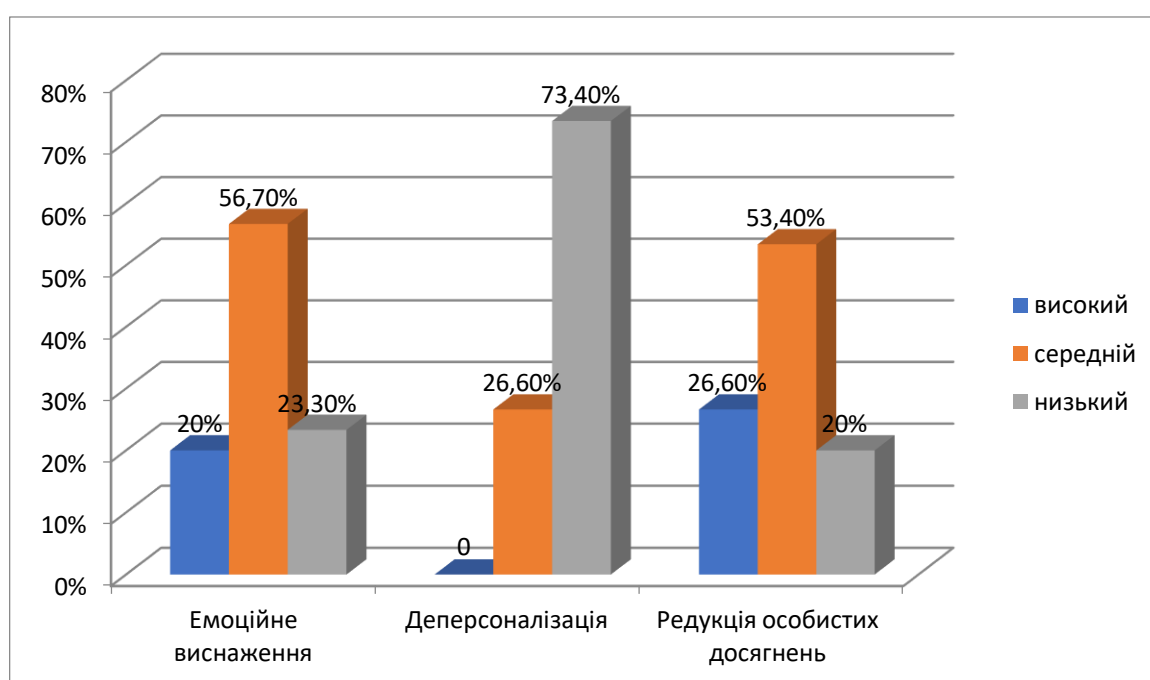
Отже, як зазначено в таблиці 2.1 серед опитаних 20% осіб, що мають високий рівень емоційного виснаження, тобто у них емоційний фон є зниженим, проявляється байдужість до клієнтів та їхня професійна діяльність перенасичена емоціями. У половини проявляється середній рівень прояву, тобто вони у процесі формування емоційного вигорання за компонентом «емоційне виснаження», в інших низький рівень, що свідчить про відсутність у респондентів вигорання у професії.

За компонентом «деперсоналізація» проявляється середній та низький рівень. У 26,6% опитаних практичних психологів починає формуватися емоційне вигорання, починається проявлятися деформація стосунків під час взаємодії з клієнтами. Може виявлятися двояко: або через зростання залежності від стосунків з клієнтами, або зростає цинічність установок, негативізм стосовно клієнтів або інших людей. В інших 73,4% - не проявляється деперсоналізація.

За компонентом «редукція особистих досягнень» виявлено всі три рівні. Так, високий рівень за даним компонентом проявляється у 26,6% опитаних. Редукція особистих досягнень виявляється двояко: або практичний психолог негативно оцінює себе, свої професійні успіхи та досягнення, проявляється негативізм щодо власних можливостей, або ж у психологів виявляється нівелювання особистої гідності, обмеження своїх можливостей та обов'язків щодо клієнтів. У 53,4% респондентів емоційне вигорання за компонентом «редукція особистих досягнень» у процесі формування. А у 20% практичних психологів не виявлено емоційного вигорання за даним компонентом.

Отже, серед досліджуваних, що склали вибірку біля 20% осіб мають високий рівень емоційного вигорання.

Графічно отримані дані прояву емоційного вигорання у практичних психологів представлено на рисунку 2.4.



#### Рис. 2.4. Прояв емоційного вигорання.

Отже, найбільш сильно емоційне вигорання проявляється через компонент редуція особистих досягнень та емоційне виснаження (високий рівень), найменше через компонент «деперсоналізація» (високий рівень не виявляється, більша частина має низький рівень прояву).

Стратегії, що застосовуються для подолання стресових ситуацій ми дослідили за особистісним опитувальником «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Н.Є. Водоп'янової, О.С. Старченкова). В.М. Крайнюк зазначає, що за ступенем оволодіння будь якою (в тому числі стресовою) ситуацією виділяються активні та пасивні стратегії подолання цих ситуацій. До активних стратегій відносять активно-когнітивний допінг (як оцінка ситуації), активно-поведінковий допінг (як уникнення та втручання в ситуацію [В.М. Крайнюк]).

Згідно методики визначаються наступні співвідношення стратегій подолання та моделей поведінки. Під час пасивної стратегії подолання стресових ситуацій застосовують такі моделі поведінки як уникнення та обережні дії. Під час асоціальної стратегії дві моделі поведінки: асоціальні та агресивні дії. Під час активної стратегії застосовують таку модель поведінки як асертивні дії. За прямої стратегії подолання застосовують модель імпульсивні дії, за непрямої – маніпулятивні дії. Під час застосування просоціальної стратегії подолання стресових ситуацій використовують такі моделі поведінки як вступ у соціальний контакт та пошук соціальної підтримки.

Результати дослідження вираження стратегій подолання у досліджуваних практичних психологів представлено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

#### Прояв моделей поведінки у стресових ситуаціях

	Моделі поведінки	Стратегії подолання	Кількість осіб	%

1	Агресивні дії	Асоціальна	14	46,6
2	Асоціальні дії	Асоціальна	3	10
3	Асертивні дії	Активна	4	13,3
4	Маніпулятивні дії	Непряма	2	6,6
5	Імпульсивні дії	Пряма	10	33,3
6	Уникнення	Пасивна	16	53,3
7	Обережні дії	Пасивна	7	23,3
8	Вступ у соціальний контакт	Просоціальна	8	26,7
9	Пошук соціальної підтримки	Просоціальна	16	53,3

Отже, як бачимо в таблиці 2.2 основними стратегіями подолання у практичних психологів є 1) пасивна стратегія «уникнення» (53,3%); 2) просоціальна стратегія «пошук соціальної підтримки» (53,3%); 3) асоціальна стратегія «агресивні дії» (46,6%). Просоціальні стратегії виступають конструктивними моделями поведінки професійної діяльності (а саме: пошук соціальної підтримки). Пасивні стратегії подолання (а саме: уникнення та агресивні дії) відносяться до вирішення проблемних ситуаціях, що є нейтральними у професійній діяльності. Для них притаманне пристосування, фахівці підкорюються вимогам середовища та інтересам професійної діяльності. Також проявляється невпевненість у професійній компетентності, негнучкість у процесі освоєння нових способів реалізації себе, ці практичні психологи не прагнуть до свого розвитку, не вміють брати на себе відповідальність. А з часом це приводить до розвитку професійної деформації у практичного психолога.

Найменше проявляється непряма стратегія подолання стресу «маніпулятивні дії» (6,6%); асоціальна стратегія «асоціальні дії» (10%), активна стратегія «асертивні дії» (13,3%). Тобто непряма та асоціальна не є конструктивними стратегіями вирішення стресових ситуацій. Хоч їх вибирає незначна кількість респондентів, але можемо констатувати, що це також є ризиком виникнення професійної деформації для практичного психолога.

Графічно отримані результати щодо стратегій подолання стресових ситуацій представлено на рисунку 2.5.

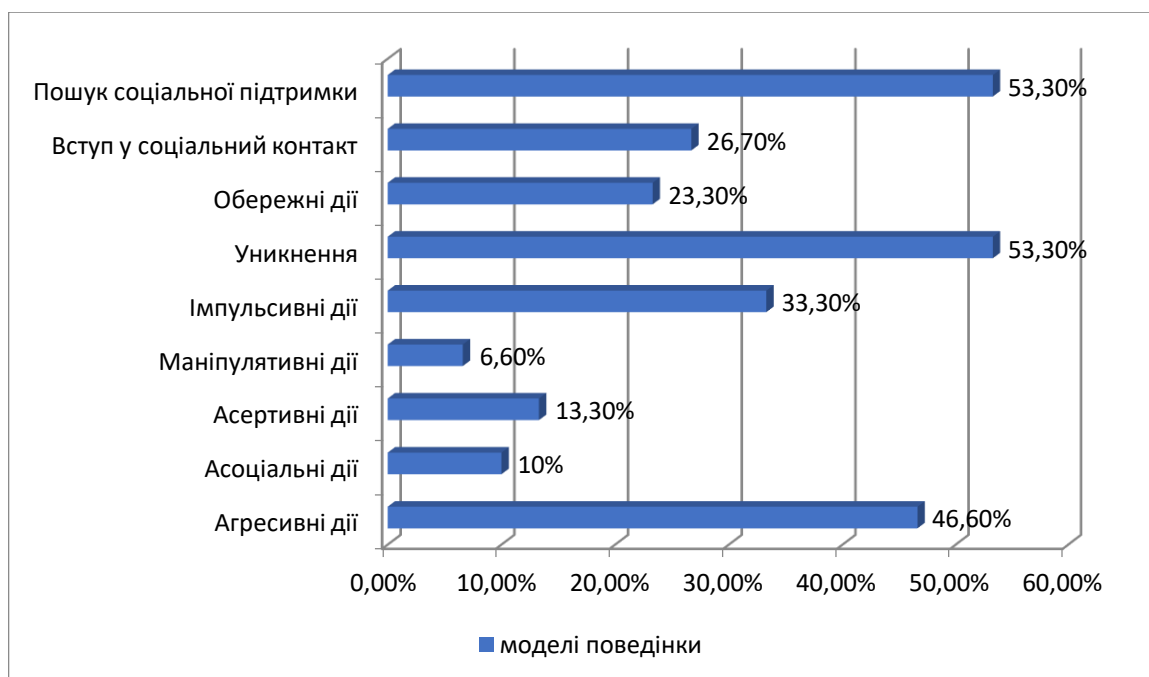


Рис. 2.5. Моделі поведінки практичних психологів у стресових ситуаціях.

Отже, найбільш застосовуваними стратегіями поведінки у стресових ситуаціях практичними психологами виступають неконструктивні: пасивна стратегія «уникнення» та асоціальна стратегія «агресивні дії» та конструктивна просоціальна стратегія «пошук соціальної підтримки».

З метою визначення особливостей рефлексивності у практичних психологів, розвиток або рецесія якої буде свідчити про професійну деформацію використано методику визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова). Результати представлено у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

#### Рефлексивність практичних психологів

	Рівень рефлексивності	Кількість осіб	%
1	Високий рівень	10	33,4
2	Середній рівень	16	53,3
3	Низький рівень	4	13,3

Отже, як бачимо в таблиці 2.3 третина респондентів (33,4%) має високий рівень рефлексивності, більше половини (53,3%) виявляють середній рівень рефлексивності та незначна частина (13,3%) проявляють низький рівень рефлексивності.

Графічно результати рефлексивності представлено на рисунку 2.6.

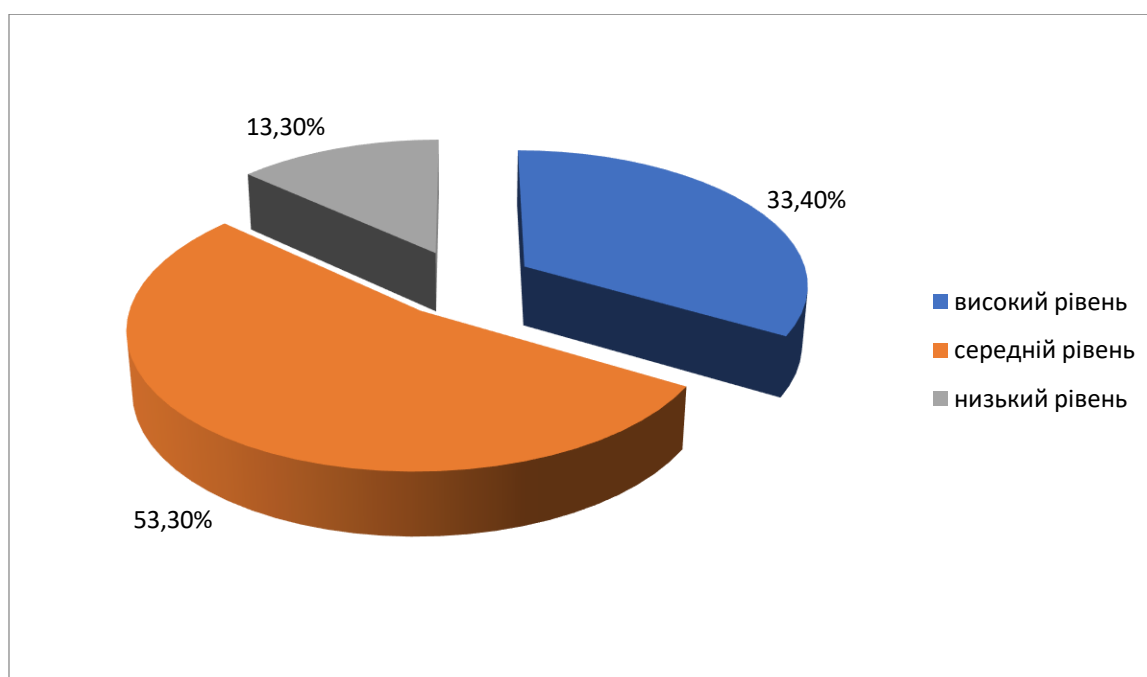


Рис. 2.6. Прояв рефлексивності практичних психологів.

Отже, майже 90% опитаних мають середній та високий рівні рефлексивності, що може свідчити про можливе формування професійної деформації.

В подальшому ми представимо опис взаємозв'язків між емоційним вигоранням, стратегіями подолання (моделей поведінки) та рефлексивністю практичних психологів. Для цього було проведено кореляційний аналіз отриманих даних з використанням програми SPSS. За непараметричним критерієм Колмогорова-Смірнова визначили, що розподіл даних є нормальним. Аналіз однорідності дисперсій показав, що значенню критерію у всіх випадках

перевищує 0,05. Тобто дисперсії у вибірці однорідні, а за шкалами розподіл нормальний. Тому для кореляційного аналізу було використано коефіцієнт Пірсона.

Отримані кореляції представлено у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Результати кореляційного аналізу.

	Емоційне виснаження	Деперсо- налізація	Редукція особистих досягнень	Рефлек- сивність
Агресивні дії	,398	,322	,402	-
Асоціальні дії	-	,305	-	-
Асертивні дії	-	-	-,503	,408
Імпульсивні дії	,506	-	-,456	-
Уникнення	-	,502	,478	-
Вступ у соціальний контакт	-	-	-	,506
Пошук соціальної підтримки	-	-	-	,482

Як бачимо в таблиці 2.4 між емоційним вигоранням, рефлексивністю та стратегіями поведінки в стресових ситуаціях є прямі та зворотні кореляційні зв'язки. Тобто, емоційне виснаження має два значимі кореляційні зв'язки, деперсоналізація має три взаємозв'язки, редукція особистих досягнень – чотири кореляційні зв'язки, рефлексивність – три взаємозв'язки.

Чим більше буде проявлятися емоційне виснаження, тим більше будуть проявлятися такі стратегії як «агресивні дії» та «імпульсивні дії», і навпаки. Практичні психологи з підвищенням емоційного вигорання будуть частіше застосовувати агресивні та імпульсивні дії під час стресових ситуацій.

Оскільки за шкалою «деперсоналізація» зниження показників свідчить про підвищення прояву емоційного вигорання, то прямі взаємозв'язки свідчать про

наступне. З підвищенням емоційного вигорання за компонентом «деперсоналізація» знижуються показники прояву стратегій реагування на стресові ситуації: «агресивні дії», «асоціальні дії» та «уникнення», і навпаки.

Чим вищі показники будуть проявлятися за компонентом «редукція особистих досягнень», тим більше будуть проявляти такі стратегії як «агресивні дії» та «уникнення» і менше такі як: «асертивні дії» та «імпульсивні дії», і навпаки. Емоційне вигорання буде підвищуватися, а агресивні дії і в той же час уникнення також будуть підвищуватися, і навпаки. Прояв емоційного вигорання буде підвищуватися, а прояв асертивних та імпульсивних дій знижуватися.

Щодо рефлексії, то з її підвищенням будуть підвищуватися показники асертивних дій, вступу у соціальний контакт та пошуку соціальної підтримки, і навпаки. Тобто з підвищенням вміння рефлексувати будуть проявлятися такі активні та просоціальні стратегії реагування у стресових ситуаціях.

Отже, кореляційний аналіз показав, що емоційне вигорання, рефлексивність та стратегії поведінки у стресових ситуаціях мають прямі та зворотні взаємозв'язки.

## **Висновок до розділу 2**

Емпіричне дослідження особливостей професійної деформації серед психологів-практиків визначено із застосуванням наступних методик: методика «Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина»; особистісний опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Водоп'янової Н.Є., Старченкова О.С.), методика визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова).

За результатами анкетування визначено, що вибірку склало третина тих, хто зазначив про слабе зрощення з професією, майже половина тих, хто посередньо зрісся з професійною діяльністю та четверта частина опитаних мають високий рівень зрощення з професією психолога. За уявлення практичних психологів найменше змінюється така риса, як рефлексивність та безоцінне



ставлення; більше – комунікативна компетентність, терпимість, стресостійкість та емпатія під час своєї професійної діяльності.

За методикою Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина» визначено, що найбільш сильно емоційне вигорання проявляється через компонент редукція особистих досягнень та емоційне виснаження (високий рівень), найменше через компонент «деперсоналізація» (високий рівень не виявляється, більша частина має низький рівень прояву).

За особистісним опитувальником «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Н.Є. Водоп'янової, О.С. Старченкова) визначено, що найбільш застосовуваними стратегіями поведінки у стресових ситуаціях практичними психологами виступають неконструктивні: пасивна стратегія «уникнення» та асоціальна стратегія «агресивні дії» та конструктивна просоціальна стратегія «пошук соціальної підтримки».

За методикою визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова) визначено, що майже 90% опитаних мають середній та високий рівні рефлексивності, що може свідчити про можливе формування професійної деформації.

За кореляційним аналізом визначено, що емоційне вигорання, рефлексивність та стратегії поведінки у стресових ситуаціях мають прямі та зворотні взаємозв'язки.

## ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі розкрито особливості професійної деформації психолога; описано чинники професійної деформації практичного психолога та емпірично досліджено особливості професійної деформації у практичного психолога.

В результаті теоретичного аналізу визначено, що на даний час професійні деформації розглядаються як патологічні (небажані) відхилення у професійному розвитку, які виникають під впливом змісту професійної діяльності, від індивідуально-психологічних властивостей особистості та умов праці, а також вони змінюють рівень прояву якостей фахівця, що є професійно важливими

Виділяють наступні рівні професійної деструкції: загальна професійна деструкція, характерна для працівників певної професії; спеціальні (особливі) професійні деструкції, що проявляються в процесі спеціалізації; професійно-типологічна деструкція, зумовлена накладенням індивідуально-психологічних властивостей особистості на психологічну структуру професійної діяльності; індивідуальні деформації зумовленими характеристиками працівників різних професій.

Основними чинниками, які можуть викликати професійну деформацію особистості практичного психолога є дезадаптація щодо професії, синдром емоційного виснаження, професійний стрес, професійні кризи, послаблення мотивації, надмірне спілкування, когнітивні, поведінкові, афективно-мотиваційні та інші стереотипи.

В результаті емпіричного дослідження особливостей професійної деформації серед психологів-практиків визначено, що вибірку склало третина тих, хто зазначив про слабе зрощення з професією, майже половина тих, хто посередньо зрісся з професійною діяльністю та четверта частина опитаних мають високий рівень зрощення з професією психолога. За уявлення практичних психологів найменше змінюється така риса, як рефлексивність та безоцінне ставлення; більше – комунікативна компетентність, терпимість, стресостійкість та емпатія під час своєї професійної діяльності.

За методикою Синдром професійного вигорання в професіях системи «людина-людина» визначено, що найбільш сильно емоційне вигорання проявляється через компонент редуція особистих досягнень та емоційне виснаження (високий рівень), найменше через компонент «деперсоналізація» (високий рівень не виявляється, більша частина має низький рівень прояву).

За особистісним опитувальником «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS), (С. Хобфолл, адапт. Н.Є. Водоп'янової, О.С. Старченкова) визначено, що найбільш застосовуваними стратегіями поведінки у стресових ситуаціях практичними психологами виступають неконструктивні: пасивна стратегія «уникнення» та асоціальна стратегія «агресивні дії» та конструктивна просоціальна стратегія «пошук соціальної підтримки».

За методикою визначення рівня рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова) визначено, що майже 90% опитаних мають середній та високий рівні рефлексивності, що може свідчити про можливе формування професійної деформації.

За кореляційним аналізом визначено, що емоційне вигорання, рефлексивність та стратегії поведінки у стресових ситуаціях мають прямі та зворотні взаємозв'язки.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Ю.В. Професійна деформація працівників органів внутрішніх справ і шляхи її корекції : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Харків, 2004. 17 с.
2. Астремська І. В. Детермінанти професійних деформацій та деструкцій. *Modern scientific researches*. 2018. № 1(04-02), С. 100-106.
3. Астремська, І. В. Професійна деформація лікарів: особливості, причини, наслідки. *Правничий вісник Університету «КРОК»*, (33), 2018. 170–175. вилучено із <https://lbku.krok.edu.ua/index.php/krok-university-law-journal/article/view/180>
4. Афанасьєва Н.Є., Бідило Ю.В. Детермінанти виникнення та розвитку професійної деформації у працівників аварійно-рятувальних підрозділів ДСНС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології* : збірник наукових праць. Вип. 14. Ч. IV. Харків : Національний університет цивільного захисту України, 2013. С. 17–25.
5. Байдик В. В. Психологічні характеристики професійної деструкції та професійного вигорання у працівників освіти. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2012. № 3 (29). С. 17-24. 2019.
6. Берегова Н. П., Повстюк О. Ю. Психологічні особливості професійної деформації практичних психологів. *Теорія і практика сучасної психології*. № 1. Т. 1. С. 16-19.
7. Березка С.В. Підходи до класифікації форм та видів деформації особистості у науковій літературі. *Молодий вчений*. 2017. № 1 (41). С. 225-227.
8. Березовська Л.І. Професійне вигорання працівників сучасних освітніх організацій. *Науковий вісник Мукачівського Державного Університету*. Вип. 1(1). 2015. С. 130-135.
9. Березовська Л.І. Професійне вигорання як форма професійної деформації працівників організацій. *Актуальні проблеми психології*:

- Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. 2014. Т.1, вип. 41. С. 66-70.
- 10.Бондар Н. Є. Пастки у психологічному консультуванні. Наукові студії із соціальної та політичної психології : збірник наукових праць. 2008. № 20. – Режим доступу: [http://archive.nbu.gov.ua/Portal/Soc\\_gum/Nsspp/2008\\_20/Bondar.htm](http://archive.nbu.gov.ua/Portal/Soc_gum/Nsspp/2008_20/Bondar.htm)
- 11.Борисюк А. С. Негативні чинники професійної ідентифікації майбутнього фахівця. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського: збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки» / за ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. Т. 2. Вип. 8. Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2012. С. 43-48.
- 12.Вірна Ж. П. Неврогенез професійних деструкцій особистості. Психологічні перспективи. 2012. Вип. 19. С. 84-90.
- 13.Великодна М. С. Професійна деформація особистості майбутнього практичного психолога як наукова проблема. Професіоналізація майбутніх практичних психологів: теоретичний і методичний аспекти : колективна монографія / кол. авт., наук. ред. З. М. Мірошник. Кривий Ріг : КП ДВНЗ "КНУ", 2013. С. 178-202.
- 14.Грищенко С. В. Стратегії самодопомоги в подоланні професійної деформації в діяльності соціальних педагогів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Педагогічні науки. 2012. Вип. 96. – Режим доступу: [http://archive.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum%20/VChdpu/ped/2012\\_96/Gris h.pdf](http://archive.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum%20/VChdpu/ped/2012_96/Gris h.pdf)
- 15.Дубчак О. Професійна деформація практичного психолога. – Режим доступу: <https://er.nau.edu.ua/bitstream/NAU/38278/3/%D0%94%D1%83%D0%B1%D1%87%D0%B0%D0%BA.pdf>

16. Дубчак О. Б. Профілактика професійної деформації особистості вчителя у системі післядипломної педагогічної освіти. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки. 2011. Т. 2, Вип. 6. – Режим доступу: [http://archive.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Nvmdu/psykh/2011\\_6/20.pdf](http://archive.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Nvmdu/psykh/2011_6/20.pdf)
17. Дудяк В. Емоційне вигорання. Київ.: Главник, 2007. 128 с.
18. Іванцова Н. Б. Періодизація професійного розвитку особистості. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць. 2010. Т. 8., Вип. 7. С. 105-114.
19. Калька Н. М. Психологічні особливості професійної індиферентності в контексті професійних деструкцій особистості. Психолого-педагогічні виклики сучасності: шляхи розв'язання та новітні перспективи : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 16-17 грудня 2011). Львів : Львівська педагогічна спільнота, 2011. С. 28-29.
20. Каширина Є. В. Соціально-психологічні чинники професійних деформацій у фахівців соціономічного профілю: дис. ...канд. псих. наук: 19.00.05 / Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. Сєверодонецьк, 2017. 302 с.
21. Кісіль Р.В. Професійна деформація та морально-психологічна реаксіологізація службової особи як форми мікросоціальних наслідків корупції: деонтологічний аналіз. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2013. №1. С. 153-163.
22. Кирбят'єв О. Професійна деформація особистості працівника правоохоронного органу як причина неналежного виконання своїх обов'язків. Юридичний вісник. 2019. №4. С.204-210.
23. Кирилишин В. 11 видів деформацій педагога та управлінця. Управління освітою. 2018. 07 липня. URL : <https://osvitaua.com/2018/08/65951/>
24. Ковальчишина С.В. Теоретико-методологічний підхід до питання феномена професійної деструкції правоохоронців. Кадровий вісник. 2012. № 1. С. 60-71.

25. Косигіна О. Профілактика професійних деформацій викладачів вищої школи. URL : <http://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/Lukasova3/subor/Kosyhina.pdf>
26. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К.: Ніка-Центр, 2007. 432 с.
27. Лічман С. Особливості професійних деформацій особистості вихователя дошкільного навального закладу. URL : <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v4/i10/13.pdf>
28. Лотоцька-Голуб Л. Л. Проблема дослідження чинників емоційного вигорання лікарів [Електронний ресурс] Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. 2013. Т. 2, Вип. 11. С. 178-183. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups\\_2013\\_2\\_11\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2013_2_11_33)
29. Лотоцька-Голуб Л.Л. Професійно-особистісні деформації у лікарів. Актуальні проблеми психології. 2015. Т. 7, Вип. 40. С. 55-68.
30. Моцонелідзе І. О. Диференціація понять «емоційне вигорання» та «професійна деформація» в діяльності працівників органів внутрішніх справ. Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць К-ПНУ ім. Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПНУ. 2010. Вип. 8. С. 736-745.
31. Моцонелідзе І. О., Слюсар І. М. Емоційне вигорання: історія, сучасний стан та перспективи досліджень в органах внутрішніх справ України. Проблеми загальної та педагогічної психології : Збірник наукових праць Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПНУ. Т. XII, Ч. 2. С. 159-166.
32. Муращенко Т. В. Специфіка організаційного стресу та емоційного вигорання у менеджерів. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2009. Вип. 32. С. 165-175.

33. Носко Л. А. Методологія поняття рефлексії як психолого-педагогічної категорії. Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 28. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015. С. 354-364
34. Особливості професійної деформації у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України: монографія. / Н.В. Оніщенко, В.А. Старик, О.В. Тімченко, В.Є. Христенко. Х.: НУЦЗУ, КП "Міська друкарня", 2012. 149 с
35. Осьодло, В. І. Вплив індивідуально-психологічних властивостей особистості на подолання стресових ситуацій. Психологічний журнал, № 3, 2020 – Режим доступу: <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/195941>
36. Панасенко Н.М., Войтович М.В. Профілактика професійної деформації практичних психологів системи середньої освіти. Актуальні проблеми психології. Том V. Випуск 15. С. 176-183.
37. Поліщук О. М., Колтунович Т. А. Особливості емоційних проявів у вихователів з різними рівнями професійних деформацій. Psychological journal. 2019. №2 (22). С. 99-115.
38. Притула О.А. Професійні деформації кризис-менеджерів: оцінка та перспективи. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Том VI . Психологія обдарованості. Випуск 11. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2015. С. 369-375.
39. Професійне вигорання працівників освіти : монографія / М.С. Корольчук, В.М. Корольчук, Л.І. Березовська. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. 304 с.
40. Рева О.М., Бойко С.В. Ірраціональність групової поведінки та групові деформації працівників у процесі спільної праці. *Вчені записки*. Університет економіки та права «КРОК». К. 2009. № 19. С. 225–235.



41. Романенко О. В. Особливості професійної деформації практичних психологів ОВС. Девіантна поведінка: соціологічний, психологічний, юридичний аспекти: Матеріали круглого столу (Харків, 16 квітня 2008 р.). Х.: Вид-во Харк. нац. ун-ту внутр. справ, 2008. С. 96-99.
42. Санніков О. І., Заваленко С.В. Професійні деструкції PR – менеджерів. Наука і освіта. 2009. №8. С. 168-173.
43. Сидоренко О., Яновська Е. Психологічні особливості синдрому емоційного вигорання у менеджерів комерційних організацій. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Випуск 9(54). 2020. С. 143-153.
44. Хижняк А.А. Психологічна корекція професійних деформацій тренера-викладача. дис. ...канд. псих. наук: 19.00.07 / Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ, 2018. 260 с.
45. Циба Н. В. Професійне самовизначення та феномен професійної деформації психологів. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2010. №2. С. 145-149.
46. Чемодурова Ю.М. Модель подолання професійних деформацій практичних психологів у системі післядипломної освіти. Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. 2018. № 6. Кн. 2. Том II (80). С. 371–382.
47. Чемодурова Ю.М. Психологічні умови подолання професійних деформацій практичних психологів у системі післядипломної освіти. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Націон. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Запоріжжя, 2019. 303 с.
48. Чуйко Г. В., Гуляс І. А. Синдром вигорання: коли він починається? Наука і освіта. 2008. № 8/9. С. 119-124.
49. Albee G.W. Commentary on prevention and counseling psychology. *The Counseling Psychologist*. 2015. № 28. P. 845–853.
50. Alexandr R.J. “Burning out” versus “punching out”. *Journal of Human*

*Stress*. 2015. № 6 (1). P. 37–41.

51. Cherniss C. Long-term consequences of burn out: An exploratory study.

*Organizational Behavior*. 1992. V. 13 (1). P. 1–11.

52. Teslenko V. Eco-approach as a way to overcome a syndrome of the professional burnout among the personnel of the educational organizations.

*Public Administration and Law Review. Theoretical and practical aspects of modern psychology* / Scientific Center of Innovative Researches. № 2.

Tallinn, Estonia, 2020. C. 63-73