

необходимым элементом карьерного роста специалиста является овладение системой компетенций, практическими умениями и навыками.

Ключевые слова: кадровый потенциал, карьера, карьерный рост, профессиональный рост, успешное должностное (служебное) продвижение, компетенции, компетентность, процесс, развитие, внутриорганизационная карьера, иерархическая структура.

Matviienko L.I., Ortikova N.V. The concept of career and career growth of the state employment service specialists. *In the article, the essence and ratio of the concepts of "career" and "career growth" are considered on the basis of the analysis of approaches of domestic and foreign scholars. The authors' own interpretation of career growth in the context of the activity of the state employment service specialists is given. The scientific provisions on career development within the framework of in-organizational career are extended, taking into account changes that took place in the State Employment Service of Ukraine. Also, the authors focus on the fact that the necessary element of specialist's career development is the mastery of a system of competences, practical skills and abilities.*

Keywords: *personnel potential, career, career growth, professional growth, successful position (administrative) growth, capacities, competence, process, progress, in-organizational career, hierarchical structure.*

УДК 159.923

Мищенко Н.В.

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ОСІБ З КРИЗОВИМИ СТАНАМИ: ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНОЛОГІЙ

Відомості по автору: *Мищенко Наталія Василівна* – здобувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля.

В статті розкриваються особливості психосоціальної підтримки осіб із кризовими станами в умовах сучасного соціуму. Показано, що психосоціальна підтримка – це інтегративна технологія, мета якої – створення умов для розвитку і саморозвитку особистості. Наявність психосоціальної підтримки робить процес надання допомоги особам з кризовими станами більш ефективним, контрольованим і дозволяє максимально задіяти всіх суб'єктів цього процесу. Виокремлено види кризового втручання: особистісно-центроване і середовищно-центроване. Зазначається, що найбільш ефективним є одночасний вплив і на середовище, і на особистість. Зазначається, що у психосоціальній підтримці осіб з кризовими станами, як процесі, що розгортається в часі, можна виділити три етапи: діагностико-аналітичний, що є основою для постановки цілей;

діяльнісно-практичний – відбір і застосування методичних засобів; моніторингово-аналітичний – аналіз кінцевих і проміжних результатів, що дозволяє коригувати хід роботи.

Ключові слова: *особистість, кризові стани, психосоціальна підтримка.*

Постановка проблеми. Як відомо, для осіб з кризовими станами притаманне спотворення центрального утворення самосвідомості – суб'єктивного образу світу, тобто уявлень і ставлення до себе і навколишнього світу в цілому [4; 7]. В якості глибокого психологічного захисту «включається» відчуження, порушується адаптація людини [3; 8; 11].

Найбільш поширені такі деформації образу світу і порушення адаптації, як комплекс жертви, що виражається поєднанням психічних реакцій (апатії, відмови від відповідальності за себе та інших, безпорадності, безнадійності, зниження самооцінки тощо), комплекс знедоленої людини, що характеризується роз'єднаністю, холодністю [2; 5; 6; 9]. Особи з кризовими станами сповнені катастрофічних очікувань і передчуттів, побоюються негативного впливу будь-яких подій на своє життя. Цей стан поєднується із зовнішнім локусом контролю – екстернальністю, пояснюючи основну частину життєвих невдач зовнішніми обставинами. Подібне емоційне самопочуття впливає на душевне благополуччя людини, на її відносини з оточуючими і підсилює соціально-психологічні та особистісні конфлікти, психологічну напруженість [1; 10].

Людина, яка перебуває у кризовому стані не бачить виходу з проблемної ситуації. З одного боку, відчуття безвиходдя тягне за собою важкі переживання, з іншого – людина максимально відкрита новому досвіду в цей момент. Криза може бути результатом впливу тривалого процесу або раптової дії одного чи декількох факторів, що може виникнути у відповідь, як на катастрофу, так і на незначну подію, може привести до позитивних особистісних змін і стати важливим життєвим досвідом [4; 11]. Водночас відсутність єдиної точки зору в питаннях соціальної підтримки осіб з кризовими станами вносить різночитання в розуміння дослідниками як спектру її функцій, так і їх психологічного наповнення, що могло б прояснити певні аспекти її надання, пов'язані з якістю життя осіб з кризовими станами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наразі дослідження проявів соціальної підтримки переважно стосуються сфери філософського вчення, соціології та соціальної роботи, які лише частково торкаються її психологічних аспектів, зокрема з точки зору існуючих ресурсів соціальної мережі та оцінки їх доступності (Ф. Броунелл, Б. Готліб, М. Гор, К. Каніасті, Г. Каплан, С. Коен, М. Корі, Ф. Норріс, Н. Пендер, Б. Сарасон, Т. Уиллс, Б. Учіно, К. Хеллер, Б. Хендерсон, С. Шумаєр), в контексті теорії прямих ефектів, надаючи значення впливу когнітивним репрезентаціям на самооцінку і емоції (А. Бек, Г. Мід, Дж. Келлі), з позиції психології здоров'я та благополуччя (Н. Бредб'орн, А. Вотермен, Е. Дінер, Н. Завацька, А. Кронік, К. Ріфф, Ж. Сидоренко), а також як чинника попередження і компенсації впливу соціальних негараздів (Н. Кабаченко, О. Карагодіна,

Р. Кравченко, Н. Лядова, В. Полтавець, Е. Холостова, Н. Щукіна). У міжособистісній взаємодії феномен підтримки вивчається як зв'язок між недостатністю соціальних зв'язків, зниженням рівня соціальної інтеграції та ризиком самогубств (Е. Дюркгейм), виконання ролі буфера від стресових впливів та чинника підвищення спротиву кризі (С. Кассел) й опанування копінг-стратегіями (Р. Лазарус, С. Фолкман). Значення підтримки у соціальному функціонуванні людини розкривається в контексті теорії психологічного обміну (І. Альтмен, Г. Блумберг, Р. Кричевський, Д. Тейлор), комунікативної теорії та групової взаємодії (І. Волков, Д. Лівайн, Р. Морленд, М. Новіков, Н. Обер, Г. Стенфорд, Л. Уманський, Б. Такмен), концепції життєвої та рольової компетентності у подоланні кризи (П. Горностай, С. Максименко, Т. Титаренко).

Мета статті – розкрити особливості психосоціальної підтримки осіб із кризовими станами в умовах сучасного соціуму.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Базова ситуація порушення адаптації до життя – зміни, які прямо або побічно порушують відносно стійку динамічну рівновагу зовнішніх і внутрішніх умов буття особистості, створюючи тим самим потенційну або актуальну загрозу існуванню і задоволенню її основних життєвих потреб. Перед особистістю виникає проблема, від якої не можна піти і в той же час неможливо вирішити за допомогою вироблених раніше способів адаптації.

Непродуктивна (захисна) адаптація до життя – фіксована, негнучка побудова людиною відносин з собою, своїми близькими і з зовнішнім світом на основі дії механізму відчуження; спроби вирішити важку життєву ситуацію неадекватними способами. Позитивна адаптація до життя – процес свідомої побудови, упорядкування або досягнення людиною щодо рівноважних відносин між собою, іншими людьми і світом в цілому. Втрату світу і себе неможливо заповнити, застосовуючи звичні засоби соціальної допомоги: матеріальну підтримку, професійну перепідготовку і працевлаштування або заклик взяти себе в руки.

Основною формою надання такої підтримки має стати спеціально організований процес – соціально-психологічний супровід особистості з кризовими станами. Супроводжувати – значить проходити з ким-небудь частиною його шляху в якості супутника або провідника. Супровід передбачає підтримку реакцій, процесів і станів особистості, які природно розвиваються. Більше того, успішно організований соціально-психологічний супровід відкриває перспективи особистісного зростання, допомагає людині увійти в ту зону розвитку, яка їй поки що не доступна. Супровід особлива форма пролонгованої психологічної та соціальної допомоги патронажу.

Патронаж в даному випадку розуміється як цілісна і комплексна система соціальної підтримки та психолого-педагогічної допомоги, що надається в рамках діяльності соціально-психологічних служб. На відміну від корекції він передбачає не виправлення недоліків і переробку, а пошук ресурсів особистості і сім'ї, опору на власні можливості і створення на цій основі психологічних, соціальних і педагогічних умов для відновлення продуктивних зв'язків з соціумом.

Істотною характеристикою супроводу – створення умов для переходу особистості до самопомоги. Інакше кажучи, в процесі супроводу створюються умови, і надається необхідна підтримка для переходу від позиції «Я не можу» до позиції «Я можу сам справлятися зі своїми життєвими труднощами». У кожному конкретному випадку завдання супроводу визначаються особливостями особистості, якій надається підтримка, і ситуації, в якій вона здійснюється. Діяльність супроводжуючих заходів має тривати до тих пір, поки не буде пройдено кризовий період. Результатом соціально-психологічного супроводу особистості в процесі адаптації до життя стає нова життєва якість – адаптивність, тобто здатність самостійно досягати відносної рівноваги у відносинах з собою і оточуючими, як в сприятливих, так і в екстремальних життєвих ситуаціях. Адаптивність передбачає прийняття життя (і себе як її частини) у всіх проявах, відносну автономність, готовність і здатність змінюватися в часі і змінювати умови свого життя – бути її автором і творцем.

Основними принципами психосоціальної підтримки особистості з кризовими станами стають гуманне ставлення до неї і віра в її сили; комплексний підхід до надання кваліфікованої допомоги.

Таким чином, психосоціальна підтримка – це інтегративна технологія, мета якої – створення умов для розвитку і саморозвитку особистості. Наявність соціально-психологічної підтримки робить процес надання допомоги особам з кризовими станами більш ефективним, контрольованим і дозволяє максимально задіяти всіх суб'єктів цього процесу.

Виокремлюють особистісно-центроване і середовищно-центроване кризове втручання. Найбільш ефективним є одночасний вплив і на середовище, і на особистість.

У психосоціальній підтримці осіб з кризовими станами, як процесі, що розгортається в часі, можна виділити три етапи:

- діагностико-аналітичний, що є основою для постановки цілей;
- діяльнісно-практичний – відбір і застосування методичних засобів;
- моніторингово-аналітичний – аналіз кінцевих і проміжних результатів,

що дозволяє коригувати хід роботи.

Діагностико-аналітичний етап передбачає оцінку ситуації: встановлення контакту, з'ясування, що відбувається, визначення, чи має місце гостра криза, і встановлення робочого контакту для подальшої діяльності. При цьому використовуються різні методи: бесіда, тестування, анкетування, спостереження, аналіз документації.

Пам'ятаючи про складові елементи загальної кризової ситуації, фахівець із супроводу спочатку зосереджується на факті, події, яка змусила клієнта звернутися за допомогою в даний момент. Потім він намагається виявити первинну психотравмуючу подію, що призвела до стану психічного дисбалансу, до якої можуть входити як суб'єктивні реакції на подію, так і більш ранні спроби впоратися з ситуацією. Оцінюються також даний кризовий стан клієнта, ступінь його нездатності до звичної життєдіяльності.

Нарешті, ставиться діагноз поточного стану і визначається аспект, на якому слід сконцентруватися. Клієнту надають оцінку ситуації і разом із ним

розробляють подальші кроки спільної діяльності, що включає основні цілі, завдання та графік найближчих зустрічей.

Діяльнісно-практичний етап присвячений вирішенню специфічних проблем кризової ситуації клієнта. Перш за все, проводиться робота по зняттю гостроти переживання, формуванню адекватної самооцінки; здійснюється допомога в усвідомленні як зовнішніх, так і внутрішніх проблем, що призвели до кризи і що перешкоджають зміні дезадаптивних форм поведінки на адаптивні, а також формування поведінки опонування стресу в процесі індивідуальної і групової роботи.

У міру того як клієнт стає все більш активним у вирішенні поставлених завдань (і таким чином втрачає відчуття, що знаходиться під контролем), психотерапевт займає більш пасивну позицію, виступаючи переважно в якості підтримуючого. Особлива увага приділяється побудові нових взаємин клієнта з оточуючими, тобто формуванню мережі психосоціальної підтримки. У кожної людини має бути можливість поділитися своїми бідами, печалями і радощами, відчувти підтримку значущого іншого. Вона є не у всіх. Тому важливо навчити клієнта соціально підтримуючій поведінці, мотивувати його на надання допомоги рідним і близьким, активізувати його ресурси для пошуку підтримки в разі необхідності. Особи, у яких сформована мережа соціальної підтримки (сім'я, друзі, значущі інші), легше справляються з проблемами, можуть ефективно долати важкі життєві ситуації. Крім роботи з родичами і найближчим оточенням необхідний пошук можливостей надання підтримки з боку людей з подібними проблемами або тими, які знаходяться в аналогічних ситуаціях (робота зі спільнотою осіб, що пережили кризу).

Моніторингово-аналітичний етап – період осмислення результатів діяльності щодо вирішення тієї чи іншої проблеми, обговорення досягнутого прогресу, аналіз змін (в поведінці, відновленні когнітивного контролю над ситуацією, психологічного стану). Якщо проблему можна вважати вирішеною і клієнт відчуває надію і відчуває, що ситуація може бути поліпшена їм самостійно, то цей етап може стати останнім. Якщо змін не спостерігається або вони незначні, цей етап може стати стартовим в проектуванні процесу підтримки (відбувається повернення на перший етап, або надаються рекомендації відвідування групи взаємодопомоги).

На третьому етапі супроводу позитивними і сприятливими змінами в поведінкових реакціях людей, які потрапили в кризові ситуації, є:

- підтримка позитивних соціальних контактів, взаємодія з оточуючими;
- адекватне формулювання думки і обговорення проблем;
- позитивні взаємини з найближчим оточенням;
- відсутність скарг на погане фізичне самопочуття;
- контроль за виразом своїх емоцій (емоції стали багатшими і стабільними);
- поява настрою на позитивне вирішення проблеми, віра у власні сили;
- поява і обговорення планів на майбутнє.

Таким чином, основним завданням психосоціальної підтримки є актуалізація вміння розуміти і об'єктивно оцінювати, що в конкретній ситуації залежить від особистості, а що від самої ситуації, від інших людей, тобто вміння оцінювати свій внесок у вирішення психотравмуючої ситуації.

Соціально-психологічна підтримка робить процес надання допомоги особистості в кризовій ситуації більш ефективною, контрольованою і дозволяє максимально задіяти всіх суб'єктів цього процесу.

Висновки. Сутність психосоціальної підтримки осіб з кризовими станами полягає в тому, щоб допомогти в розкритті свого внутрішнього потенціалу, внутрішнього ресурсу, до якого у самої особистості не завжди є доступ. Психологічна підтримка полягає в емоційній, смисловій і екзистенціальній підтримці людини чи спільноти у важких ситуаціях, що виникають в ході їх особистісного або соціального буття. Вона заснована на технології «кризової інтервенції». Кризова інтервенція істотно відрізняється від консультування або психотерапії і передбачає: проведення роботи, спрямованої на вираження сильних емоцій; зменшення сум'яття завдяки процесу повторення; відкриття доступу до дослідження гострих проблем; формування розуміння поточних проблем для підтримки клієнта; створення фундаменту для прийняття пережитого досвіду. Цей метод заснований на роботі з інтенсивними почуттями і актуальними проблемами і центрований на проблемі.

Список використаної літератури

1. Бондаренко Н. Суперечність у системному тлумаченні поняття «соціальна підтримка» / Н. Бондаренко // Конфліктологічна експертиза: теорія та методика: матеріали XIV Міжнар.наук.-практ.конф. 20 лютого 2015р. – К., 2015. – С. 8 – 10.
2. Василенко М. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг-стратегій / М. Василенко // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України; за ред. С. Д. Максименка. – К., 2009. – Т. XI, ч. 7. – С. 95–107.
3. Васютинський В. Інтеракційні виміри особистісного і соціального буття / В. Васютинський // Соціальна психологія. – 2005.– № 3 (11).– С.8–19.
4. Завацька Н. Є. Оптимізація соціально-психологічної підтримки при реадaptaції: умови і принципи / Н. Є. Завацька // Теоретичні і прикладні проблеми психології: Зб. наук. праць Східноукраїнського нац. ун-ту імені Володимира Даля. – № 2(34). – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ імені Володимира Даля, 2014. – С. 7-12.
5. Карпиловська С.Я. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / С.Я Карпиловська, за ред. Т.М.Титаренко.– К.: Міленіум, 2005.– С.263.–275.
6. Корольчук М.С.Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: Навч. Посібник / М.С Корольчук, В.М. Крайнюк, А.Ф. Косенко, Т.І Кочергіна. Заг.редакція М.С. Корольчука.– К.: «ІНКОС», 2002. – 272с.
7. Коцан І. Психологія здоров'я людини: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів / І. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич. — Л. : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2011. — 352 с.

8. Крайнюк В. Психологія стресостійкості особистості : монографія / В. Крайнюк. – К. : Ніка-Центр, 2007. — С. 407.

9. Кривоконь Н. І. Життєві ситуації у вимірі психології соціальної роботи / Н. І. Кривоконь // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. — К., 2012.— Т. XIV, ч. 2. — С. 221–229.

10. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: навч. посіб. / В. І. Розов. – К. : Кондор, 2005. — 278 с.

11. Титаренко Т.М. Психологічні практики конструювання життя в умовах постмодерної соціальності: монографія / Т.М. Титаренко, О. М. Кочубейник, К. О. Черемних; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2014. – 206 с.

References transliterated

1. Bondarenko N. Superechnist' u sistemnomu tлумachenni ponyattya «social'na pidtrimka» / N. Bondarenko//Konfliktologichna ekspertiza: teoriya ta metodika: materiali HIV Mizhnar.nauk.-prakt.konf. 20 lyutogo 2015r. – К., 2015. –S. 8 – 10.

2. Vasilenko M. Suchasni napryami psihologichnih doslidzhen' koping-strategij / M. Vasilenko // Problemi zagal'noї ta pedagogichnoї psihologii : zб. nauk. pr. in-tu psihologii im. G.S. Kostyuka APN Ukraїni ; za red. S.D. Maksimenka. – К., 2009. – Т. HI, ch. 7. — S. 95–107.

3. Vasyutins'kij V. Interakcijni vimiri osobistynogo i societal'nogo buttya / V. Vasyutins'kij // Social'na psihologiya.– 2005. – № 3 (11). – S.8–19.

4. Z'avac'ka N.Є.Optimizaciya social'no-psihologichnoї pidtrimki pri readaptacii: umovi i principy / N. Є. Z'avac'ka // Teoretichni i prikladni problemi psihologii: Zb. nauk. prac' Skhidnoukraїns'kogo nac. un-tu imeni Volodimira Dalya.– №2(34).–Severodonec'k: Vid-vo SNU imeni Volodimira Dalya, 2014.– S.7-12.

5. Karpilovs'ka S.YA. Osobistisnij vibir: psihologiya vidchayu ta nadiї /S.YA Karpilovs'ka, za red. T.M.Titarenko. – К.: Milenium, 2005.– S.263.–275.

6. Korol'chuk M. S.Psihologichne zabezpechennya psihichnogo i fizichnogo zdorov'ya: Navch. Posibnik / M.S Korol'chuk, V.M. Krajnyuk, A.F. Kosenko, T.I Kochergina. Zag.redakciya M.S. Korol'chuka.– К.: Firma «INKOS», 2002.– 272s.

7. Kocan I. Psihologiya zdorov'ya lyudini: navch. posib. dlya stud. vishch. navch. zakladiv / I. Kocan, G. Lozhkin, M. Mushkevich. – L. : Volin. nac. un-t im. Lesi Ukraїnki, 2011. – 352 s.

8. Krajnyuk V. Psihologiya stresostijkosti osobistosti : monografiya / V. Krajnyuk. – К. : Nika-Centr, 2007. — S. 407.

9. Krivokon' N.I. ZHITtevi situacii u vimiri psihologii social'noї roboti / N.I. Krivokon' // Problemi zagal'noї ta pedagogichnoї psihologii : zб. nauk. pr. In-tu psihologii im. G.S.Kostyuka NAPN Ukraїni.– К., 2012.–Т.XIV, ch.2.–S.221–229.

10. Rozov V. I. Adaptivni antistresovi psihotekhnologii: navch. posib. / V. I. Rozov. – К. : Kondor, 2005. — 278 s.

11. Titarenko T. M. Psihologichni praktiki konstruyuvannya zhittya v umovah postmodernoї social'nosti: monografiya / T.M. Titarenko, O.M. Kochubejnik, K.O. SHERemnih; Nacional'na akademiya pedagogichnih nauk Ukraїni, Institut social'noї ta politichnoї psihologii. – К. : Milenium, 2014.– 206 с.

Мищенко Н.В., Психосоціальна підтримка осіб з кризовими станами: особливості технологій

В статті розкриваються особливості психосоціальної підтримки осіб з кризовими станами в умовах сучасного соціуму. Показано, що психосоціальна підтримка - це інтегративна технологія, метою якої - створення умов для розвитку та саморозвитку особистості. Наявність психосоціальної підтримки робить процес надання допомоги особам з кризовими станами більш ефективним, контролюваним та дозволяє максимально задіявати всіх суб'єктів цього процесу. Виділено види кризового втручання: особистісно-центрироване та середовище-центрироване. Відзначається, що найбільш ефективним є одночасне впливання як на середовище, так і на особистість. Відзначається, що в психосоціальної підтримки осіб з кризовими станами, як процесу, розгортаючись у часі, можна виділити три етапи: діагностико-аналітичний, який є основою для постановки цілей; діяльно-практичний - вибір та застосування методичних засобів; моніторингово-аналітичний - аналіз кінцевих та проміжних результатів, що дозволяє коректувати хід роботи.

Ключові слова: особистість, кризові стани, психосоціальна підтримка.

Mischenko N.V., Psychosocial support for people with crisis conditions: features of technology

The article reveals the peculiarities of psychosocial support of persons with crisis states in the conditions of modern society. It is shown that psychosocial support is an integrative technology whose purpose is to create conditions for the development and self-development of the individual. The presence of psychosocial support makes the process of helping people with crisis states more efficient, controllable and allows maximum use of all actors in this process. Types of crisis intervention are distinguished: person-centered and environmentally-centered. It is noted that the most effective is the simultaneous impact on both the environment and the individual. It is noted that in the psychosocial support of persons with crisis states, as a process unfolding in time, there are three stages: diagnostic-analytical, which is the basis for setting goals; activity-practical - selection and application of methodical means; monitoring-analytical - the analysis of final and intermediate results, allowing to correct a course of work.

Key words: personality, crisis conditions, psychosocial support.