

level of awareness of yourself, the desire to plan for the future, having goals in the future, the ability to own self-development.

Key worlds: hardiness, self-attitude, sense of life orientation, somatic diseases.

УДК 159.922

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Сердюк Л.З., Соколюк А.О.

У статті визначено психологічний зміст та особливості процесу самодетермінації професійного становлення особистості. Обґрунтовано чинники та складові професійної самодетермінації особистості; розкрито особливості взаємозв'язку професійної самодетермінації людини та її психологічного благополуччя, що сприяє розвитку особистісних ресурсів для досягнення актуальних цілей.

Ключові слова; самодетермінація, професійне становлення, автономія, психологічне благополуччя, самореалізація.

Актуальність дослідження. Психологічні чинники професійного становлення та особистісно-професійного розвитку людини в учбово-професійній діяльності є актуальною проблемою в психології.

Значна увага в психологічних дослідженнях приділена вивченню процесу професіоналізації та особистісного розвитку студентів, не завжди особливостей його спрямування, наслідкам та ін. (Ж.П.Вірна, В.О.Бодров, О.І.Бондарчук, Н.О.Євдокимова, Є.О.Климов, Л.М.Карамушка, С.Д.Максименко тощо).

До нових і, безсумнівно, позитивних тенденцій в розвитку сучасної освіти можна віднести глобалізацію освіти і її гуманізацію, демократизацію і гуманітаризацію, неперервність і міждисциплінарну інтеграцію, індивідуалізацію і інформатизацію. Такі зміни в освіті і науці обумовили також виникнення ряду принципово нових ідей, серед яких, на перше місце виступає ідея саморозвитку як феномена самодетермінації особистості. Тому на сучасному етапі розвитку психологічної науки на передній план виступають проблеми дослідження процесів саморозвитку та їх рушійних сил.

Аналіз останніх публікацій. Сучасний етап розвитку психологічної науки характеризується передусім дослідженням проблеми саморозвитку особистості, самореалізації, самодетермінації особистості та їх рушійних сил.

Одним із основних наукових підходів до вивчення зазначених проблем є теорія самодетермінації особистості [1, 4, 6-10 та ін.]. На передній план у проблемі самодетермінації особистості висувається її власна активність, здатність самостійного вибору напрямку самореалізації.

У пострадянській психології в розвитку проблеми самодетермінації особистості слід відмітити напрацювання Г.О.Балла, Е.В.Галажинського, О.Р.Калітеєвської і Д.О.Леонтьєва, О.І.Кузьміної, О.М.Колишко, В.Є.Клочко, Н.І.Сарджвеладзе, С.Р.Пантілеєва, І.Р.Пригожина, В.В.Століна, Г.Хакена, В.І.Чиркова тощо.

Класичними в цьому ключі вважаються дослідження Е.Десі та Р.Райана. Їх праці відносять до позитивної психології, метою якої є звернути увагу психологічної науки не лише на виправлення негативного, а й на побудову позитивних складових психології людини.

Теорія самодетермінації та особистісної автономії Е.Десі та Р.Райана націлена на визначення факторів, які стимулюють вроджений потенціал людини, що визначає зростання, інтеграцію і здоров'я, та на дослідження процесів і умов, що сприяють здоровому розвитку та ефективному функціонуванню індивідів, груп і співтовариств. В такому контексті *самодетермінація* означає відчуття свободи по відношенню як до сил зовнішнього оточення, так і до внутрішніх сил особистості. Ключовим поняттям цієї теорії є також поняття *автономії*. Автономною є така людина, яка діє як суб'єкт, виходячи із глибинного відчуття себе.

Формулювання мети статті. Метою статті є визначення психологічного змісту та особливостей процесу самодетермінації професійного становлення особистості, а також чинників, складових та особистісного потенціалу для її розвитку.

Виклад основного матеріалу. Визначаючи основну ідею цієї теорії, слід зазначити, що найбільш суттєвим в ній є те, що постулювало наявність у людини здібностей і можливостей для здорового і повноцінного життя. Тому важливим прикладним завданням, яке може допомогти вирішити теорія самодетермінації, є *визначення умов і чинників, які допомагають або заважають нормальному розвитку особистості і пошук тих її ресурсів, що могли б допомогти їй протистояти негативному впливу середовища.*

Під самодетермінацією розуміють здатність людини вибирати і здійснювати вибори, відчувати себе, а не підкріплення, стимули або якісь інші сили, які також можуть виступати детермінантами її поведінки. При цьому саме людина, її переконання, бажання і прагнення виступають джерелом і причиною її поведінки, а успіхи або невдачі в діях пояснюються ефективністю саморегуляції.

Це свідчить про велику роль *внутрішнього локуса контролю і волі* в забезпеченні самодетермінації поведінки. Її відмінною особливістю є гнучкість людини в управлінні і взаємодії між собою і оточенням, тобто людина здатна таким чином збудувати поведінку в конкретних умовах, щоб діяти відповідно до висунутих вимог і досягти поставленої мети.

Одним із ключових понять теорії самодетермінації є поняття *компетентності* [8], що виявляється в типах поведінки, пов'язаних із самовинагородою за здійснювану активність. Переживання компетентності – це реалізація потреби та один із типів внутрішньої задоволеності, що досягається людиною і забезпечує її розвиток як саморозвиток. Потреба в компетентності та самодетермінації (автономії) забезпечує можливість зрозумілого пояснення широкого кола дослідницьких і виконавських типів поведінки та ідеї про те, що люди прагнуть до розвитку своїх інтересів і здібностей.

Одним із типів мотивації, необхідної для особистісного розвитку є *внутрішня мотивація* [7]. Розрізнення внутрішньої і зовнішньої мотивації відбувається за критерієм нагороди за здійснювану активність. При внутрішній мотивації винагородою є активність людини сама по собі. Е. Десі вважає, що внутрішньо мотивована поведінка базується на потребах людини бути компетентною і самодетермінованою при взаємодії з іншими людьми та середовищем. Відповідно кожна інтенційна дія може бути описана з використанням континууму сприйманого локусу *каузальності* і, таким чином, буде в певній мірі самодетермінованою. Локус каузальності визначається як когнітивний конструкт, що представляє міру, з якою людина є самодетермінованою при плануванні і здійсненні нею будь-якої поведінки [10]. Локус каузальності також може бути зовнішнім і внутрішнім. При зовнішньому локусі каузальності поведінкові реакції сприймаються як незалежні одна від одної; якщо ситуація сприймається людиною як негативна, то у неї знижується рівень мотивації і рівень виконання завдання. Наявність внутрішнього локусу каузальності означає, що людина поводиться відповідно до своїх внутрішніх вимог і намірів, а не керується тими сигналами, що поступають з боку середовища.

Важливою складовою теорії самодетермінації є поняття *волі*. Основою волі є внутрішня мотивація, зокрема людська потреба бути компетентною у поєднанні з самодетермінацією в стосунках із середовищем. Воля, у свою чергу, вирішує конфлікти між потребами, підпорядковуючи їх і є необхідним аспектом здорового функціонування людини.

Тому, на думку автора соціально-когнітивної теорії особистості і регуляції поведінки А.Бандури, немає істотнішого механізму суб'єктності, ніж переконання у власній *самоефективності*. Самоефективність (self-efficacy) – це переконання у власних здібностях організувати і здійснювати дії, необхідні для того, щоб отримати відповідні результати. Якщо люди не впевнені в своїх можливостях щодо отримання бажаних результатів, то у них буде мало рішучості діяти.

Крім теорії Е. Десі та Р. Райана, наукова розробка проблеми самодетермінації ведеться також в рамках таких споріднених напрямків як: екзистенціально орієнтовані теорії свободи (Е. Фромм, В. Франкл, Р. Мей), теорія суб'єктності (Р. Харре), теорія самоефективності

(А. Бандура), теорія самоактуалізації (А. Маслоу), часової перспективи (Ж. Нюттен), теорії “поток” (М. Чікзентміхалі) та ін. З позицій екзистенціальної психології характерною особливістю самодетермінації особистості є її акцент на відсутності жорсткої детермінованості та передбачуваності тих дій людини, джерелом яких є її рефлексивна свідомість (Д.О. Леонт'єв, Є.М. Осін.).

Таким чином, становлення особистості як самодетермінованого суб'єкта передбачає наявність п'яти послідовних кроків сходження до екзистенціального світогляду:

- феноменологічна установка, чутливість до того, що відбувається тут-і-тепер, на протипагу орієнтації на задані категорії;
- розгляд усіх видів активності в контексті динамічної взаємодії зі світом;
- включення конкретних подій і процесів в загальний смисловий контекст особистісного досвіду;
- прийняття невизначеності, непередбачуваності і мінливості життя;
- самодетермінація, що ґрунтується на розвитку рефлексивної свідомості особистості.

Заслугує на увагу концепція самодетермінації О.Р. Калітеєвської і Д.О. Леонт'єва, яка не містить принципових протиріч з теорією самодетермінації Е. Десі і Р. Райана. Її можна сформулювати в наступних положеннях:

1. Здатність до самодетермінації – реальність, властива зрілій особистості; самодетермінація при цьому визначається як протилежність детермінації, здатність діяти непередбачуваним для зовнішнього спостерігача чином, не піддаючись зовнішнім тискам, відповідно до логіки, що ґрунтується на власних ціннісно-смислових орієнтаціях.

2. Здатність до самодетермінації виникає на основі свободи і відповідальності в ході індивідуального розвитку. Під свободою розуміється вища форма активності, що виражається в здатності ініціювати, припинити або змінити напрям діяльності у будь-якій її точці; під відповідальністю розуміється вища форма саморегуляції, що виражається в усвідомленні і використанні себе як причини змін в собі і в оточуючому середовищі.

3. Свобода і відповідальність мають різні генетичні корені і в онтогенезі розвиваються відносно незалежно одна від одної: свобода – через поступове надбання спонтанною активністю ціннісного обґрунтування, особистісної доцільності і смислової регуляції, а відповідальність – через перехід від «інтер-» до «інтра-» інтеріоризації механізмів регуляції поведінки усе більш високого рівня. Шляхи їх розвитку перетинаються в підлітковому віці. Саме їх інтеграція у вільній самодетермінованій активності зрілої особистості забезпечує здорове розв'язання підліткової кризи.

4. Інтеграція свободи і відповідальності відбувається далеко не завжди. Найчастіше це відбувається із-за нерозвиненої саморегуляції, без якої свобода вироджується в імпульсивне бунтарство, або у зв'язку з нерозвиненою суб'єктною активністю, без якої відповідальність обмежується добросовісним виконанням або у зв'язку з конформною відмовою і від свободи, і від відповідальності. Подальший розвиток особистості гальмується, його динаміка приймає непослідовні, деструктивні, або інволюційні форми.

Таким чином, на підставі викладеного вище, можна виділити ряд ключових аспектів проблеми самодетермінації особистості:

1. Процеси взаємодії і регуляції людини із навколишнім світом є багаторівневими; регулюючі інстанції, розташовані на вищих рівнях, дозволяють суб'єктові звільнитися від детермінуючого впливу нижчих, трансцендитувати їх. Зрушення на більш високий рівень регуляції, трансценденція закономірностей, що діють на рівнях, що пролягають нижче, дають людині відносну свободу, звільняючи її від багатьох видів детермінації.

2. В людській поведінці в певній точці (точці біфуркації) може відбуватися розрив детермінації: нестабільний процес може піти або в одному, або в іншому напрямі, причому цей «вибір» не детермінований, він може залежати від випадкових чинників.

3. Вирішальним в звільненні від детермінації є усвідомлення чинників, що впливають на поведінку людини. Усвідомлення людиною *наявних можливостей*, а також *передбачення варіантів майбутнього* має дуже високий потенціал розвитку її самодетермінації.

4. Категорія свободи має певні ресурси (зовнішні ресурси, що задаються об'єктивною ситуацією, і внутрішні, такі, що задаються інструментальною оснащеністю суб'єкта). Сукупність внутрішніх і зовнішніх ресурсів визначає ступінь свободи даного суб'єкта в даній ситуації.

5. Ціннісно-сміслові обґрунтування самодетермінації людини, відрізняючи позитивну «свободу для» від негативної «свободи від», дає система цінностей людини. Зокрема, таку систему Дж. Річлак називає «цілеагуванням». Також ціннісну основу свободи можна пов'язати з буттєвими цінностями А.Маслоу.

6. Потреба в самодетермінації включає прагнення людини самостійно контролювати власні дії і поведінку, а також бути їх незалежним ініціатором. Самодетермінація обов'язково включає, здійснюваний людиною контроль власного оточення або результатів дій.

Емпіричними критеріями самодетермінації є такі психологічні характеристики, як спонтанність, креативність, інтерес і особистісна значущість як причини дій, відчуття себе вільним, а також деякі психолінгвістичні індикатори (переважання в мові дієслова «хочу» над «повинен»).

Становлення самодетермінації людини сприяє *автономності* її поведінки, що дозволяє їй стати автентичною і діяти відповідно до власних цілей і планів.

Отже, *професійна самодетермінація* людини створює умови для досягнення нею високих результатів діяльності і, тим самим, укріплення її *психологічного благополуччя*, оскільки дозволяє погоджувати наявні у неї ресурси (здібності, особистісні риси, нерозкриті можливості, задатки) для організації власної життєдіяльності в цілому і досягнення поставлених цілей зокрема. Таким чином, професійна самодетермінація дозволяє людині визначати хід її власного життя, втілюючи свої рішення, цінності, а не на вимоги оточення і чинники ситуації.

Висновки. На основі узагальнення викладеного можна зробити такі висновки:

1. Під самодетермінацією розуміють здатність людини вибирати і здійснювати вибори, відчувати себе, а не підкріплення, стимули або якісь інші сили, які також можуть виступати детермінантами її поведінки. При цьому саме людина, її переконання, бажання і прагнення виступають джерелом і причиною її поведінки, а успіхи або невдачі в діях пояснюються ефективністю саморегуляції.

2. В структурі феномена самодетермінації професійного становлення особистості можна виділити такі компоненти: цілі, цінності, смисли, усвідомленість свого життєвого шляху; перспектива професійного майбутнього, професійна ідентичність майбутнього фахівця; мотивація саморозвитку та самореалізації; самоефективність особистості, її самоставлення та автономія, розуміння свого потенціалу та віра в свої можливості; здатність свідомого контролю і оцінки власних досягнень і перспектив.

3. Відмітною особливістю самодетермінації поведінки особистості є її гнучкість в управлінні і взаємодії між собою і оточенням, тобто людина здатна таким чином збудувати поведінку в конкретних умовах, щоб діяти відповідно до висунутих вимог і досягти поставленої мети, що свідчить про велику роль *внутрішнього локуса контролю і волі* в забезпеченні самодетермінації; становлення самодетермінації людини сприяє *автономності* її поведінки, що дозволяє їй стати автентичною і діяти відповідно до власного Я.

4. *Професійна самодетермінація* людини створює умови для досягнення нею високих результатів діяльності і, тим самим, укріплення її *психологічного благополуччя*, оскільки дозволяє людині погоджувати наявні у неї ресурси (здібності, особистісні риси, нерозкриті можливості, задатки) для організації власної життєдіяльності в цілому і досягнення поставлених цілей зокрема.

Список використаних джерел

1. Богомаз С.А. Оценка личностного потенциала и выявление основных типов ориентации на профессиональную деятельность у современной вузовской молодежи / С.А. Богомаз, В.В. Мацута // Психология обучения. М. : СГУ, 2010. Вып. 12. – С. 77-88.
2. Дергачева О.Е. Личностная автономия как предмет психологического исследования : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.

3. Деркач, А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Изд. МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2004. – 752 с.
4. Сердюк Л. З. Самодетермінація учіння в процесі професійної підготовки студентів ВНЗ / Л. З. Сердюк // Особистість у сучасному світі: III Всеукраїнський психологічний конгрес з міжнародною участю (Київ, 20-22 листопада 2014р.). – К. – ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2014. – С. 467-470.
5. Чиксентмихайи, М. Поток : психология оптимального переживания / М. Чиксентмихайи ; пер. с англ. – М. : Смысл : Альпина нон-фикшн, 2011. – 461 с.
6. Чирков, В. И. Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека / В. И. Чирков // Вопросы психологи. – 1996. – №3. – С. 116-132.
7. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum press, New York, 1985. – 375 p.
8. Deci, E. L. Self-determined teaching: opportunities and obstacles / E. L. Deci, T. Kasser, R. M. Ryan ; In J.L. Bess (ed.) ; Teaching well and liking it. Motivation faculty to teach effectively. – Baltimore and London : The Johns Hopkins University Press. –1997. – P. 57-71.
9. Osin E., Boniwell I. Self-determination and well-being. Poster presented at the Self-Determination Conference. Ghent, Belgium, 2010.
10. Ryan R. M. and Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. // American psychologist, 2000, vol. 55, N 1, p. 68-78.
11. Seligman M. E. P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology. // American psychologist, 2000, vol. 55, N 1, p. 5-14.

Spisok vikoristanih dzherel

1. Bogomaz S.A. Ocenka lichnostnogo potentsiala i vyjavlenie osnovnyh tipov orientacii na professional'nuju dejatel'nost' u sovremennoj vuzovskoj molodezhi / S.A. Bogomaz, V.V. Macuta // Psihologija obuchenija. M. : SGU, 2010. Vyp. 12. – S. 77-88.
2. Dergacheva O.E. Lichnostnaja avtonomija kak predmet psihologicheskogo issledovanija : avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk. M., 2005.
3. Derkach, A.A. Akmeologicheskie osnovy razvitija professionala / A.A. Derkach. – М.: Изд. МПСИ; Voronezh: MODJeK, 2004. – 752 s.
4. Serdjuk L. Z. Samodeterminacija uchinnja v procesi profesijnoj pidgotovki studentiv VNZ / L. Z. Serdjuk // Osobistist' u suchasnomu sviti: III Vseukraïns'kij psihologichnij kongres z mizhnarodnoju uchastju (Kiïv, 20-22 listopada 2014r.). – К. – DP Informacijno-analitichne agentstvo, 2014. – S. 467-470.
5. Chiksentsmihaji, M. Potok : psihologija optimal'nogo perezhivanija / M. Chiksentsmihaji ; per. s angl. □ M. : Smysl : Al'pina non-fikshn, 2011. □ 461 s.
6. Chirkov, V. I. Samodeterminacija i vnutrennjaja motivacija povedenija cheloveka / V. I. Chirkov // Voprosy psihologi. – 1996. – №3. – S. 116-132.
7. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum press, New York, 1985. – 375 p.
8. Deci, E. L. Self-determined teaching: opportunities and obstacles / E. L. Deci, T. Kasser, R. M. Ryan ; In J.L. Bess (ed.) ; Teaching well and liking it. Motivation faculty to teach effectively. – Baltimore and London : The Johns Hopkins University Press. –1997. – P. 57-71.
9. Osin E., Boniwell I. Self-determination and well-being. Poster presented at the Self-Determination Conference. Ghent, Belgium, 2010.
10. Ryan R. M. and Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. // American psychologist, 2000, vol. 55, N 1, p. 68-78.
11. Seligman M. E. P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology. // American psychologist, 2000, vol. 55, N 1, p. 5-14.

Сердюк Л.З., Соколюк А.О. Психологические факторы самодетермінації професіонального становлення личности

В статье определены психологическое содержание и особенности процесса самодетермінації професіонального становлення личности. Обоснованы факторы и

составляющие профессиональной самодетерминации личности; раскрыты особенности взаимосвязи профессиональной самодетерминации человека и его психологического благополучия, что способствует развитию личностных ресурсов для достижения актуальных целей.

Ключевые слова: самодетерминация, профессиональное становление, автономия, психологическое благополучие, самореализация.

Serdiuk L., Sokoliuk A. Psychological factors of self-determination personality's professional development

The psychological meaning and the peculiarities of self-determination personality's professional development are determined in the article. Factors and components of professional self-determination personality's professional self-determination and his psychological well-being are. This promotes personal resources to achieve current goals.

Keywords: self-determination, professional development, autonomy, psychological well-being, self-realization.

УДК 159.964.

ВПЛИВ ДЕСТРУКЦІЙ ПСИХІКИ НА ПОВЕДІНКУ ОСОБИСТОСТІ У СОЦІУМІ

Сіпко Л.О.

Стаття присвячена огляду наукових концепцій щодо проблеми впливу деструктивних процесів психіки на дезадаптивну поведінку особистості в соціумі. Увага акцентується на деструктивних тенденціях психіки, які знаходять своє вираження в садизмі, мазохізмі, агресивності, алкогольній, наркотичній, гральній залежностях та інших проявах. Доведено, що причини виникнення порушення соціальної поведінки лежать в основі неусвідомлених механізмів психіки і травм, пережитих суб'єктом протягом життя. Акцентується увага на соціальних проявах деструктивних аспектів психіки, серед яких - суїцидальні прояви, агресивність (алкоголізм, наркоманія, нанесення ушкоджень або загроза життю оточуючих).

Ключові слова: деструкція психіки, мортідо, соціальна активність, соціальна дезадаптація, психологічна травма, соціальне життя, криза особистості.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку українського суспільства спостерігається виникнення нових проблем в адаптації особистості до плинних умов середовища. Процес пристосування суб'єкта до мінливих реалій життя нерідко супроводжується внутрішньою дисгармонією емоційного стану, що є небажаним для психолога-практика. З огляду на позначене вище актуальним у фаховому становленні практичного психолога є пізнання тенденцій психіки, що детермінують його поведінку. Вивчення несвідомої сфери психіки особистості передбачає розуміння психологом складної системи детермінант її психічної активності, зокрема глибинно-психологічних витоків тенденції до психологічної смерті. Адже психокорекція передбачає послаблення цієї тенденції, яка порушує процес спілкування та зумовлює особистісні деструкції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження деструктивної поведінки у науковій літературі зводиться до констатації факту (суїцид, наркоманія, алкоголізм), не вказуючи на глибинні детермінанти таких дезадаптивних явищ. У словнику практичного психолога [11, с. 115], енциклопедичному словнику [10, с. 382] поняття «деструкція» окреслюється як руйнування, порушення нормальної структури будь чого, знищення; руйнування системи та її функцій. У енциклопедичному словнику «деструкція окреслюється як руйнування вже існуючої структури, системи, явищ, процесів, що призводить до втрати їх функцій» [10, с. 64]. Як стверджується у філософському словнику, система характеризується єдністю та цілісністю взаємозв'язків між існуючими в ній елементами. Система характеризується рівновагою, яка підтримується між її складовими та дозволяє взаємодіяти з іншими системами.