

штовхуючись від критеріально обґрунтованих способів психологічних вимірювань та спираючись на вимоги принципу кватерності, автор виокремив чотири групи методик (об'єктивні, суб'єктивні, проєктивні, розвивальні) та аргументував окремі набори класів названих методик до кожної групи. Причому, на наш погляд особливо евристичною є класи четвертої групи, тобто розвивальної психодіагностики, в межах якої встановлена наявність двох великих підкласів – методики проблемно-ситуативні та проблемно-графічні.

Отже, у практиці професійного відбору використовується великий комплекс психодіагностичних методик, однак усі вони зорієнтовані на отриманий результат, завдяки яким особистість має можливість правильно використовувати свої природні і соціальні властивості та спрямовувати їх у потрібному напрямку, навчитися розуміти себе та оточуючих, керувати своїми діями і вчинками.

1. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: [уч. пос. для вузов] / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с.

2. Капустина А.Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла / А.Н. Капустина. – СПб.: Речь, 2004. – 104 с.

3. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д.Я. Райгородский. – М.: Бахрах-М, 2011. – 672 с.

4. Фурман А.В. Психодіагностика інтелекту в системі диференціації навчання: [кн. для вчителя] / А.В. Фурман. – К.: Освіта, 1993. – 224 с.

5. Фурман А.В. Психодіагностика: [навч.-метод. модульний комплекс із дисципліни] / Анастасій В. Фурман. – Тернопіль, 2012. – 76 с.

6. Шандрук С.К. Психологічні засади розвитку професійних творчих здібностей майбутніх практичних психологів: 19.00.07: дис. ... д-ра психол. наук / С.К. Шандрук; Тернопільський нац. ун-т. – Тернопіль, 2016. – 458 с.

НЕГАТИВНІ ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ЯК ВНУТРІШНЄ ДЖЕРЕЛО РУЙНІВНИХ ДУМОК ОСОБИСТОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА

Віктор РИБІН

**доцент кафедри психології та соціальної роботи
Тернопільського національного економічного університету**

Ефективний соціальний працівник – це завжди посередник між державою і громадянами, що особливо помітно у важких (проблемних, кризових або екстремальних) ситуаціях суспільного життя. Звідси зрозуміло, що, як посередник, він повинен уміти координувати соціальні зв'язки і відносини; керувати своєю власною поведінкою та емоціями у сфері міжособистісної взаємодії з потрібними допомоги особами (клієнтами надання соціальних

послуг). Проте й соціального працівника переповнюють негативні емоції, особливо в напружених невизначених ситуаціях взаємодії із клієнтами, що актуалізує проблему руйнівних думок у його особистісному житті та розвитку.

Емоційні стани – це самостійний клас психічних станів та особлива цілісна характеристика психічної діяльності людини. В будь-якому емоційному стані відображається складний характер переживання особою свого ставлення як до себе, так і до інших – залежно від актуальної життєвої ситуації (ситуаційна складова), попереднього стану (транситуаційна складова), особливостей особистості (особистісна складова). При цьому негативні емоційні стани людини, котрі актуалізуються у важкій професійній ситуації міжособистісної взаємодії у самостійний процес переживання, виконують інтеграційну функцію, спрямовану на її вирішення (див. [1]).

Психологічно важка для особи ситуація – це перш за все цілісна сукупність зовнішніх, здебільшого об’єктивно складних, умов і водночас внутрішніх (суб’єктивних), психічно напружених станів. Основними ознаками такої ситуації міжособистісної взаємодії є непродуктивний стиль спілкування і негативні емоційні реакції всіх задіяних у ситуацію осіб. Негативні емоційні стани як внутрішнє джерело руйнівних думок соціального працівника у важких ситуаціях взаємодії з клієнтами можуть приводити до: а) порушення його самоідентичності – деривації структурних ланок самосвідомості; б) спонтанних проявів механізму ідентифікації-відособлення. Тому психокоректвальна робота з ним має бути спрямована на відшукання позитивних моментів у налагодженні продуктивного професійного спілкування з клієнтом (див. [2; 3]).

Очевидно, що емоційно-почуттєвий негатив соціального працівника пов’язаний із нестійкою (завищеною або заниженою) самооцінкою, деприваційними тенденціями знецінення власної професійної та особистісної значущості та схильністю до пригнічувальної і вибіркової тактик контактування з клієнтами. До цього часто додаються порушення у структурній ланці “психологічний час”, тобто в усвідомленні теперішнього часу і майбутнього, що унаслідок у самосвідомості працівника тенденцією самопозбавлення власних життєвих перспектив. З іншого боку, іноді виникають порушення у ланці “соціальний простір особи”, за яким легко углядіти професійно-особистий (внутрішній) конфлікт між: а) професійним обов’язком соціального працівника виступати у ролі посередника, помічника, котра вимагає продуктивного стилю взаємодії з клієнтом; б) правом його особистості переживати свої справжні почуття, зумовлені емоційними труднощами у спілкуванні з клієнтом.

Часто негативні емоційні стани соціальні працівники виявляють у роботі з літніми людьми, безробітними, інвалідами, неадаптованими, колишніми ув’язненими. Водночас саме ці стани (незадоволеність, напруженість, виснаженість, емоційна слабкість) спричиняють професійні та особистісні проблеми, пов’язані як із порушеннями ставлення та оцінки, так і з аномаліями Я-концепції соціального працівника як центральної ланки його самосвідомості

(див. [5]). Так, зустрічаючись з труднощами адаптації клієнтів до несприятливих умов життя, він переживає несприятливі емоційні стани, які тиснуть на його думки, погляди, переконання, надміру хвилюється від своєї професійної неспроможності надати якісну соціальну допомогу реально нужденній людині, почасти відчуває фрустрацію з приводу дефіциту психологічних знань і навичок, а також у зв'язку із невмінням терпляче вислухати клієнта, врешті-решт переживає стан депресії й апатії унаслідок ідентифікації із негативними емоційними станами клієнтів, тривогу стосовно незмоги фахово й конструктивно вирішувати конфліктні ситуації.

Далі здебільшого саморуйнування особистості загострюється: неуспіх у професійному спілкуванні приводить до депривації домагання на визнання, до знецінення власної значущості соціального працівника. Фактично це стан невпевненості у власних професійних силах, можливостях, незадоволеність результатами роботи і своїм професійним статусом. Тим більше, що він в ідеалі покликаний поставати у ролі посередника, помічника, має грамотно реагувати на негативні реакції клієнтів, тримати психологічно вивірену дистанцію, проявляти емоційну стриманість, терпимість, увічливість. Насправді, недовіра, незадоволеність або агресія клієнтів викликає у нього час від часу фрустрацію. Надміру емоційно і навіть почуттєво стримуючи себе, у працівника соціальної сфери часто виникає амбівалентний стан, за яким перебуває внутрішній конфлікт: він прагне ідентифікації з клієнтами й одночасно відчуває відчуження до них. Ці загальні особливості емоційного стану тут природно мають свою специфіку у взаємодії із різними категоріями клієнтів.

Найінтенсивнішими емоційними станами соціального працівника є: а) емоційне напруження і відчуття провини у зв'язку із невдоволенням клієнтів; б) образа, викликана агресією, і фрустрація, спровокована недовірою останніх; в) цілком закономірна у відповідь емоційна реакція – незадоволеність і розгубленість. Одночасно, як показує досвід, його роздратування стосовно клієнта ретельно приховується, виникають психологічні бар'єри у професійному визначенні як особистості [4].

За окреслених умов праці соціальний працівник під впливом негативних відчуттів зазнає труднощів у зреалізації професійного обов'язку бути лідером у спілкуванні, впадає в залежність від клієнта. Його здатність до співпереживання поєднується із прагненням стримати власну активність й авторитарність, хоча при ворожому ставленні з боку клієнта він спонтанно використовує своє право на оборону. Причому пасивні оборонні реакції у професійному спілкуванні виявляються у підвладності клієнту, активні – у надмірній чутливості до критичних зауважень, у відчутті небезпеки, спричиненої недобррозичливістю клієнта, нарешті у самозвинуваченнях.

До прикладу, тенденція до спонтанних проявів механізму ідентифікації / відособлення виявляється в безпосередності та прямолінійності висловлювань і вчинків соціального працівника, у прагненні підпорядкувати свідомість клієнтів своїй волі. У скрутних проблемних ситуаціях він критично сприймає думку клієнта, тоді як власну позицію зводить у ранг догми,

ігноруючи активність і позицію того, кому надає допомогу; водночас легко приєднується до його переживань, виявляє пасивну емоційну співучасть у його життєвій ситуації, але утримується від конкретних дій, які могли б змінити ситуацію на краще. При посиленні емоційного напруження ділових контактів він переживає стан розгубленості, намагається уникнути емоційних хвилювань клієнта, демонструє відчуженість, відмовляється пережити травмувальні події клієнта як свої власні, прагне захистити себе від зростаючих труднощів і турбот “втечею” у світ внутрішніх колізій.

Очевидно, що ще зі студентської лави майбутні соціальні працівники мають опанувати продуктивним стилем міжособистісних стосунків. Якщо цього не відбувається, то потрібна психологічна корекція, мета якої полягає в активізації здатності особи до рефлексії та побудови довірливих стосунків відносин з клієнтами. Ідентифікація і відособлення з рівня спонтанного механізму має бути переведено на щабель продуктивних технологій спілкування завдяки методу глобального аналізу проблеми

Саморуйнування або аутоагресія (автоагресія) – це активність, націлена на нанесення собі шкоди у психічній і фізичній сферах; може бути усвідомленою й неусвідомленою, є одним із механізмів психологічного захисту. Аутоагресія виявляється у самоприниженні, самозвинуваченні, нанесенні своєму тілу тілесних пошкоджень різного ступеня важкості, саморуйнівній поведінці (алкоголізмі, виборі екстремальних професій та видів спорту, ризикованій сексуальній і провокуючій поведінці). Зрештою може привести до самогубства [1]. Нормальній людині не властиво спрямовувати на саму себе агресію. Науковці розрізняють декілька причин виникнення саморуйнівних стереотипів і переконань у соціальних працівників. Ще із часів Зигмунда Фрейда аутоагресія аналізується як психічний захисний механізм (див. [2]). Подібна поведінка виникає унаслідок перенаправлення агресії, яка спочатку спрямовувалася на якийсь зовнішній об’єкт. Буває, що неможливо спрямувати на цей об’єкт агресію, або її прояв чекає покарання. Тоді агресія особи зорієнтовується на себе. Хоча запуск аутоагресії є достатньо проблематичним процесом для того, хто застосовує подібний захист. Принаймні для прояву саморуйнівних стереотипів потрібні три компоненти: 1) людина, котра пригнічує свою агресію (тобто має внутрішній конфлікт); 2) психотравмувальна ситуація, де реалізується захисна поведінка, зумовлена внутрішньоособистісним конфліктом; 3) внутрішня структура саморуйнівної активності-діяльності, котра прагне вивільнення, розрядки.

Життєві перспективи, що розкриваються перед людиною, мають не тільки позитивні, але і негативні можливості, аж до аутодеструкції. Аутодеструкція різнопланова, вона долучає не тільки суїцид як тотальну форму саморуйнування, а й різні форми деструктивних змін особи, себто наявність патологічного процесу руйнування структури особистості або окремих її складників. Зокрема, аутодеструкції можуть сприяти тривалі, інтенсивно виражені афектні переживання, несприятливі умови соціалізації чи професіоналізації, психічні й деякі інші захворювання. Деструктивні зміни

можуть мати як зворотній, так і незворотній характер, бути як наслідком аутодеструктивної діяльності соціального працівника, так і результатом цілеспрямованої зовнішньої дії. Загалом мовиться про патологічну деформацію потреб і мотивів, деструкції характеру і темпераменту, порушення вольової регуляції поведінки, наростання аутизму, формування неадекватної самооцінки й порушення міжособистісних стосунків, амнестичні розлади, тотальне недоумство і психічний маразм. Звісно, що більшість із цих психічних хвороб оминають долю соціального працівника.

Негативні тенденції, спричинені деструктивними і саморуйнівними думками, на жаль, сьогодні посилюються в умовах ціннісно-нормативної кризи в суспільстві, що є вкрай актуальним питанням для України. Відсутність загальноприйнятої системи цінностей та усталеної ідеології приводить до зростання ізольованості і відчуженості окремих членів суспільства і, як наслідок, – до деструкції. Проте й надмірна інтеграція особи в суспільні відносини, за якої пригнічується її індивідуальність, обмежується свобода і зменшується можливість у самореалізації, сприяють зростанню деструктивних поривань. Потенційним джерелом деструкції є також різка низхідна або перервана висхідна соціальна мобільність. Маргінальні прошарки суспільства, які позбулися соціального коріння, традиційно розглядаються як потенційне джерело екстремістських, насильних дій, що чітко показали недавні події на Донбасі.

В наш час працівникам сфери надання соціальних послуг треба звертати увагу на те, щоб у таких людей формувалася адекватна самооцінка, щоб вони не пред'являли до себе завищених вимог, важливо показати згубність недооцінки себе. Соціальні працівники повинні допомогти таким особам виробити у собі механізми психологічного захисту в складних життєвих ситуаціях: уміння переключатися з одних проблем на інші, здатність розслаблятися, бачити світле, радісне навіть у досить важких життєвих обставинах. Щоб деструктивна діяльність не набула широкого поширення, в суспільстві повинні бути створені умови для самоствердження і просування професіоналів соціальними щаблями, має бути чітко визначена система цінностей, що зорієнтовує особистість на конструктивну позитивну самореалізацію, а не на деструкцію.

1. Антропов А.П. Детермінанти переживання психічних станів членами екіпажу морського судна : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня кандидата психол. наук : 19.00.07 “Педагогічна і вікова психологія” / Анатолій Петрович Антропов. – Одеса, 2016. – 20 с.

2. Гумевскис Л.Б. Мысли и их реализация / Лев Борисович Гумевскис. – Казань: Букарам, 2013. – 188 с.

3. Журбин В. И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К. Роджерса / Виктор Иванович Журбин // Вопросы психологии. – 1990. – № 4. – С. 14–22.

4. Массанов А.В. Психологічні бар'єри у психологічному самовизначенні особистості : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня доктора психол. наук : 19.00.07 “Педагогічна і вікова психологія” / Анатолій Вікторович Массанов. – Одеса, 2010. – 38 с.

5. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості : [наук. вид.] / Анатолій Васильович Фурман. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 197 с.