

**Коkun О.М. Чинники та психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення особистості / О.М. Коkun // Національна академія педагогічних наук України — 25 років [інформаційний довідник]. – К.: Видавничий дім «Сам», 2017. – С. 134 - 140.**

УДК: 159.938

**О.М. КОКУН**

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

### **ЧИННИКИ ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

Бурхливі зміни, постійним пришвидшенням яких позначено розвиток сучасного суспільства, природним чином призводять до зміни внутрішньої сутності діяльності фахівців багатьох професій. Все більшого значення набувають питання професійної самостійності, автономії, саморозвитку, самоорганізації, самореалізації, самовтілення тощо у співвідношенні із ширшим онтологічним контекстом. Ці особистісно-професійні явища можна поєднати у одному феномені професійного самоздійснення, яке є однією із найважливіших складових, а для більшості людей – й основною формою особистісного самоздійснення. Тому визначення чинників та сприяння професійному самоздійсненню особистості можна розглядати в якості однієї з найважливіших проблем сучасної психологічної науки.

Величезні можливості для розвитку людини та її реалізації в різних галузях діяльності, що пропонуються сучасним суспільством, одночасно ставлять її і перед необхідністю постійного вибору, необхідністю приймати рішення в складних питаннях, перед проблемою пошуку свого місця в житті і пошуку стратегій здійснення себе. Ефективне вирішення цих питань безпосередньо пов'язане з самою особистістю, з її можливістю реалізації потенційних можливостей, з визначенням своїх бажань, з ресурсним потенціалом, що забезпечує процес самоздійснення [1], яке відносять до найвищого життєвого завдання людини в онтогенезі [2].

Саме недостатня вивченість проблеми самоздійснення, на що вказують сучасні науковці, визначає актуальність експериментального вивчення питань взаємозв'язку способів самоздійснення з віковими та особистісними особливостями людини, ролі мотиваційно-сміслових, особистісних, біографічних чинників самоздійснення в контексті вікового розвитку, особливостей індивідуально-типологічних варіантів самоздійснення [5].

Перспективність подібних досліджень, ми вважаємо, зумовлена постійним прискоренням науково-технічного прогресу та характерними для сучасного етапу розвитку світового суспільства швидкими економічними, соціальними та духовними перетвореннями. Такі дослідження мають допомогти створити для фахівців різних професій як стійкі смисложиттєві орієнтири у мінливому світі, так і знайти особистісний сенс професійної самореалізації.

Один із провідних дослідників проблеми самоздійснення А. Gewirth досить стисло визначає його як переведення у дійсність найглибших бажань лю-

дини або найгідніших здібностей. Автор зазначає, що пошук гідного людського життя є пошуком самоздійснення [7].

*Особистісне самоздійснення* нами визначено як свідомий саморозвиток людини, в процесі якого розкриваються її потенційні можливості у різних життєвих сферах, результатом чого є постійне досягнення особистісно та соціально значущих ефектів, формування власного "простору життя".

*Професійне самоздійснення* – як одну із найважливіших форм життєвого самоздійснення, що характеризується високим рівнем розкриття особистісного потенціалу фахівця у обраній професії, розвитком його здібностей, взаємопоєднанням із професією, повсякчасною затребуваністю його професійної кваліфікації, широким використанням його професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями [6].

У професійному самоздійсненні виділено дві загальні *форми*: зовнішньо-професійна (досягнення значущих здобутків у різних аспектах професійної діяльності) та внутрішньо-професійна (професійне самовдосконалення, спрямоване на підвищення професійної компетентності та розвиток професійно-важливих якостей).

Також нами виділено *10 ознак професійного самоздійснення*:

1. *Внутрішньо-професійні*:

- 1.1. Потреба у професійному вдосконаленні.
- 1.2. Наявність проекту власного професійного розвитку.
- 1.3. Переважаюче задоволення власними професійними досягненнями.
- 1.4. Постійна постановка нових професійних цілей.
- 1.5. Формування власного "життєво-професійного простору".

2. *Зовнішньо-професійні*:

- 2.1. Досягнення поставлених професійних цілей.
- 2.2. Визнання досягнень фахівця професійним співтовариством.
- 2.3. Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями.
- 2.4. Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії.
- 2.5. Вияв високого рівня творчості у професійній діяльності [6].

У статті ми викладемо узагальнені результати наших емпіричних досліджень, спрямованих на визначення психологічних чинників професійного самоздійснення особистості, та визначені, відповідно до них, основні технологічні підходи з психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення.

При проведенні досліджень ми засновувалось на використанні розробленої нами *концепції дистанційної професійної психодіагностики* [3] та розробленого відповідно до неї діагностичного Інтернет-сайту (<http://prof-diagnost.org>). Всього у дослідженнях взяли участь 1452 фахівці. Для обробки отриманих результатів були відібрані результати 368, які пройшли діагностику за всіма методиками (опитувальник професійного самоздійснення [6], опитувальник для визначення етапів та чинників професійного становлення фахівців [4], Самоактуалізаційний тест Е. Шострома – САТ, Модифікація опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію – МВІ «Мотивація професійної діяльності» (методика К. Замфір у модифікації А. Реана), Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, Методика «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою», Методика

виявлення «Комунікативних та організаційних здібностей» - КОЗ-2). Визначення чинників професійного самоздійснення засновувалося на використанні лінійного регресійного аналізу (метод Stepwise).

### **Психологічні чинники професійного самоздійснення особистості**

Проведене дослідження дозволило виділити за силою впливу три групи загальних чинників професійного самоздійснення фахівців.

Найбільш вираженим предиктором досягнення фахівцями високого рівня професійного самоздійснення, як загального, так і внутрішньо професійного самоздійснення (перша група) виявилися рівень задоволеності фахівців змістом власної професійної діяльності. Регресійні моделі, що включають цей показник характеризується високою прогностичністю ( $R = 0,74 - 0,75$ ;  $R^2 = 0,54 - 0,55$ ). А разом із показником стану здоров'я (щодо внутрішньо професійного самоздійснення), досягають інформативності:  $R = 0,80$ ;  $R^2 = 0,65$ .

До другої групи, щодо трьох узагальнених показників професійного самоздійснення, відносяться: ступінь задоволеності своєю професією і роботою ( $R = 0,62 - 0,70$ ;  $R^2 = 0,38 - 0,48$ ); шкала «ціннісних орієнтацій» ( $R = 0,58 - 0,68$ ;  $R^2 = 0,34 - 0,50$ ); показник комунікативних здібностей ( $R = 0,48 - 0,59$ ;  $R^2 = 0,23 - 0,33$ ), який разом з організаційними здібностями щодо внутрішньо професійного самоздійснення має інформативність: ( $R = 0,63$ ;  $R^2 = 0,40$ ) та «рівень професійної самоефективності» ( $R = 0,43 - 0,48$ ;  $R^2 = 0,2 - 0,24$ ). Для рівня зовнішньо професійного самоздійснення найвагомим чинником стала задоволеність власним соціальним становищем ( $R = 0,63$ ;  $R^2 = 0,39$ ). В якості негативного чинника загального та внутрішньо професійного самоздійснення визначено «редукцію особистих досягнень» ( $R = 0,48 - 0,55$ ;  $R^2 = 0,23 - 0,30$ ).

У третю групу ввійшли показник «внутрішньої професійної мотивації» ( $R = 0,32 - 0,35$ ;  $R^2 = 0,10 - 0,12$ ) та, як негативний чинник щодо зовнішньо професійного самоздійснення – узагальнений показник виразності професійної деформації ( $R = 0,33$ ;  $R^2 = 0,11$ ).

У професійному аспекті, провідні чинники професійного самоздійснення серед шкал САТ, вирізняючись високою інформативністю, відрізняються у фахівців різних професійних груп. Основним предиктором узагальнених показників професійного самоздійснення у фахівців професій типу "людина-людина" є шкала «самоповаги». У фахівців професій обслуговування – така інтегральна шкала САТ як "компетентність в часі".

Фахівці професій типу "людина-знак" вирізняються достатньо високою різноманітністю виявлених серед шкал САТ чинників професійного самоздійснення. Для загального рівня професійного самоздійснення такими чинниками стали шкали «сензитивності до себе» та «креативності». Для внутрішньо професійного самоздійснення – шкали «сензитивності до себе», «ціннісних орієнтацій» та «пізнавальних потреб». Для зовнішньо професійного самоздійснення – шкала «сензитивності до себе»

Регресійні моделі предикації узагальнених показників професійного самоздійснення показниками комунікативних та організаційних здібностей у фахівців професій типу "людина-людина" несподівано виявилися менш інформативними, порівняно із моделями фахівців професій обслуговування та типу

"людина-знак". Якщо висока інформативність цих моделей, в які ввійшли комунікативні здібності, є досить очевидною для професій обслуговування, то пояснення суттєвого переважання за інформативністю моделей для професій типу "людина-знак" над професіями типу "людина-людина", на наш погляд, потребує додаткового вивчення.

До інформативних регресійних моделей фахівців професій типу "людина-людина" ввійшли такі чинники професійного становлення фахівців як задоволеність змістом професійної діяльності (основний показник) та позитивності стосунків з колегами (додатковий). А для фахівців професій типу "людина-знак" – показники задоволеності зарплатою (основний показник) та стан здоров'я.

### **Основні технологічні підходи з психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення**

*Психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення особистості* являє собою систему послідовних заходів, спрямованих на сприяння здобуттю певним фахівцем максимально можливого для нього рівня професійного самоздійснення на основі врахування актуальних соціально-економічних умов, чинників, загальних та специфічних психофізіологічних закономірностей професійного самоздійснення.

При здійсненні такого забезпечення можливе застосування достатньо широкого арсеналу діагностичних, розвивальних та корекційних методів сучасної психологічної та психофізіологічної практики. Це відповідає науковим уявленням про людину як цілісну біопсихосоціальну систему, що передбачає необхідність урахування різних рівнів системної організації людської індивідуальності (фізіологічного, психічного, поведінкового, особистісного, соціально-психологічного тощо) у взаємозв'язку із значущими аспектами професійної діяльності та соціальних взаємодій людини. Адже, наприклад, відсутність належної мотивації у фахівця, перекреслює щодо ефективності діяльності і успішного його професійного розвитку, всі інші позитивні моменти – наявність в нього високого рівня розвитку необхідних психофізіологічних властивостей, професійних знань та досвіду, гігієнічно та ергономічно сприятливих умов праці, відмінного здоров'я та інших. І таких прикладів можна навести безліч...

### **Основні задачі психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення**

Відповідно до визначених нами у емпіричному дослідженні чинників професійного самоздійснення фахівців, *загальні заходи*, спрямовані на вирішення *основних задач* його психофізіологічне забезпечення, у першу чергу, мають бути спрямовані на забезпечення наявності у фахівців високого рівня:

- 1) задоволеності змістом власної професійної діяльності;
- 2) задоволеності своєю професією і роботою;
- 3) вираженості цінностей, властивих особистості, що самоактуалізується;
- 4) комунікативних здібностей;
- 5) професійної самоефективності.

Також важливе значення відіграють заходи, спрямовані на розвиток у фахівців внутрішньої професійної мотивації, формування індивідуального стилю

професійної діяльності, збільшення професійної мобільності, профілактику виникнення таких негативних особистісно-професійних явищ як професійні вигорання та деформації.

Підвищенню рівня *внутрішньо-професійного самоздійснення* фахівця можуть суттєво сприяти заходи, спрямовані на підтримку в нього гарного стану здоров'я та розвиток організаційних здібностей.

Згідно до отриманих емпіричних результатів, у заходах психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення *чоловіків* більшу увагу слід приділити формуванню цінностей, властивих особистості, що самоактуалізується, розвиткові творчої спрямованості особистості та комунікативних здібностей, підвищенню зацікавленості у власній професійній діяльності, стимулюванню до підвищення власного професійного рівня.

У *жінок* – розвитку організаційних здібностей та професійної самоефективності; підвищенню задоволеності змістом професійної діяльності, опануванню засобів підвищення професійної працездатності, профілактиці редукації особистих досягнень.

У наймолодших фахівців (*до 25 років*) та досвідчених (*від 40 років*) слід окрему увагу приділити розвитку здатності до цілісного сприйняття світу і людей. У фахівців *26 - 30 років* – розвитку творчої спрямованості, здатності до повного переживати теперішнього моменту свого життя та бачення його цілісним, збільшенню прагнення до набуття знань про навколишній світ. У фахівців *31 - 40 років* – збільшенню самоповаги (здатності цінувати свої достоїнства та позитивні якості).

У *професійному* аспекті, для фахівців професій типу "людина-людина", особливо актуальним є підвищення задоволеності змістом професійної діяльності, забезпечення гарних стосунків з колегами, підвищення самоповаги. Для фахівців професій типу "людина-знак" – розвиток творчої спрямованості, формування цінностей, властивих особистості, що самоактуалізується, збільшення прагнення до набуття знань про навколишній світ, підвищення здатності рефлексувати свої потреби і почуття. Для фахівців професій типу "людина-знак" – матеріальна винагорода за виконану роботу та підтримка гарного стану здоров'я

При здійсненні психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення слід враховувати, що порівняно найвищий рівень професійного самоздійснення властивий фахівцям творчих професій, а найнижчий – фахівці професій обслуговування.

Вищенаведені основні та додаткові задачі психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення фахівця, повністю відповідають викликам умов серйозних соціально-економічних перетворень, які є властивими для українського суспільства впродовж тривалого часу. Пов'язана з цим виражена політична, соціальна та економічна нестабільність, закономірно утруднює досягнення людиною особистісного благополуччя (психічного, професійного, матеріального тощо). Відповідно, у мінливому світі актуальним стає пошук дієвих особистісно-професійних концептів, що надади б людині можливість розкрити внутрішні ресурси, не тільки з метою підвищення власної стійкості до бурхли-

вих соціально-економічних перетворень, але й для отримання бажаного вектору особистісного розвитку. Саме до таких особистісно-професійних концептів відноситься феномен професійного самоздійснення, на сприяння досягнення якого й спрямовані виокремлені вище задачі.

### ***Основні етапи психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення***

Здійснення психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення фахівця передбачає два послідовні етапи: *загальний* та *індивідуальний*.

*Загальний етап.* Передбачає заходи, які в цілому сприяють підвищенню рівня професійного самоздійснення усіх фахівців. Відповідно до обґрунтованого вище спрямування, вони мають забезпечити підвищення у фахівців рівня задоволеності змістом власної професійної діяльності, своєю професією і роботою, вираженості цінностей, властивих особистості, що самоактуалізується; комунікативних здібностей; професійної самоефективності тощо.

Організаційно цей етап може здійснюватись у певній організації (установі) чи групі організацій (установ), об'єднаних єдиним підпорядкуванням (міністерство, відомство, корпорація тощо). Здійснюватись як для всіх фахівців організації (установи), так і лише для фахівців окремих професій.

Вибір і послідовність заходів, засобів та методів психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення фахівців здійснюються з урахуванням специфіки діяльності організації (установи), а також професійних, статевих та вікових особливостей фахівців, які в ній працюють.

Загальний етап складається з *чотирьох підетапів*:

1) організаційний – визначення специфіки діяльності організації, основних вимог, які ставляться до фахівців різних професій, умов, в яких вони працюють тощо;

2) діагностичний – здійснення діагностики фахівців з використанням опитувальника професійного самоздійснення та шести психодіагностичних методик (Самоактуалізаційний тест Е. Шострома – САТ, «Мотивація професійної діяльності» (методика К. Замфір у модифікації А. Реана), Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, Методика «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою», Методика виявлення «Комунікативних та організаційних здібностей» - КОЗ-2, Модифікація опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію – МВІ);

3) формувальньо-розвивальний – на основі аналізу отриманих на попередніх двох підетапах результатів, визначаються та здійснюються відповідні заходи, спрямовані на підвищення у фахівців рівня професійного самоздійснення;

4) контрольний – здійснення повторного дослідження, спрямованого на визначення ефективності комплексу заходів, що були застосовані на попередньому підетапі.

*Індивідуальний етап.* Передбачає індивідуальну практичну роботу з окремим фахівцем (фахівцями) у залежності від їх діагностичних результатів, і передбачає індивідуалізований підбір певних заходів та методів, спрямованих на допомогу у професійному самоздійсненні певному фахівцеві.

Індивідуальний етап також складається з *трьох підетапів*:

1) аналіз індивідуальних діагностичних результатів фахівців з метою визначення переліку тих, з якими є доцільна індивідуальна практична робота; розробка індивідуальних програм, спрямованих на сприяння професійному самоздійсненню певного фахівця;

2) формувально-розвивальний – виконання фахівцем індивідуальної програм при постійному супроводі цього процесу практичним психологом;

3) контрольний – визначення ефективності індивідуальної роботи, прийняття рішення про її завершення (з наданням рекомендацій щодо подальшої самостійної роботи фахівця) чи продовження.

Безпосередньо психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення фахівців здійснюється практичними психологами, які мають необхідну для цього кваліфікацію, у тісній співпраці з керівництвом організації та її підрозділів.

**Висновки.** Найвагомими чинниками професійного самоздійснення особистості є задоволеність змістом власної професійної діяльності та станом здоров'я. Також важливими чинниками є задоволеність своєю професією і роботою, потреба у самоактуалізації, розвинуті комунікативні та організаційні здібності, професійна самоефективність, внутрішня професійна мотивація.

Згідно до обґрунтованих технологічних підходів, *загальні заходи*, спрямовані на вирішення *основних задач* психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення особистості, мають сприяти розвитку у фахівців вищевказаних якостей та показників. Здійснення такого забезпечення передбачає два послідовні етапи: *загальний та індивідуальний*.

#### **Список використаних джерел**

1. Алонцева А.И. Самоосуществление личности в юношеском возрасте / А.И. Алонцева // Вектор науки ТГУ. – 2011. – № 3(6). – С. 23 – 25.
2. Большакова А.М. Особистісна реалізованість людини в онтогенезі: автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / А. М. Большакова ; Класич. приват. ун-т. – Запоріжжя, 2011. – 36 с.
3. Кокун О.М. Теоретико-методологічні та практичні засади дистанційної психодіагностики в професійній сфері / О.М. Кокун // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – № 7. – С. 65 – 68.
4. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: Монографія / О.М. Кокун. – К.: ДП "Інформ.-аналіт. агенство", 2012. – 200 с.
5. Лукина Е.А. Особенности самоосуществления человека в разные периоды взрослости: Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Лукина Е.А. – СПб., 2006 – 258 с.
6. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості : монографія [Електронний ресурс] / О.М. Кокун, В.В. Клименко, О.М. Корніяка, О.Р. Малхазов [та ін.] ; за ред. О.М. Кокуна. – К.: Педагогічна думка, 2015. – 297 с. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>.
7. Gewirth A. Self-Fulfillment / A. Gewirth. – Princeton, NJ.: Princeton University Press, 2009. – 235 p.

**Кокун О.М Чинники та психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення особистості.** Найвагомішими чинниками професійного самоздійснення особистості є задоволеність змістом власної професійної діяльності та станом здоров'я. Також важливими чинниками є задоволеність своєю професією і роботою, потреба у самоактуалізації, розвинуті комунікативні та організаційні здібності, професійна самоефективність, внутрішня професійна мотивація. Загальні заходи, спрямовані на вирішення основних задач психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення особистості, мають сприяти розвитку у фахівців вищенаведених якостей та показників. Здійснення такого забезпечення передбачає два послідовні етапи: *загальний* та *індивідуальний*.

*Ключові слова:* самоздійснення, професійне самоздійснення, чинники самоздійснення, психофізіологічне забезпечення, фахівці.

**Kokun O.M. Factors and psychophysiological support of personality's professional self-fulfillment.** Most important factors of personality's professional self-fulfillment are satisfaction of own professional activity and health. Also important factors are the satisfaction of own profession and work, the need of self-developed communication and organizational skills, professional self-efficacy, internal professional motivation. General measures to solve the major problems of support of personality's professional self-fulfillment should contribute to the development of of the above specialists' qualities and performance. Implementation of this support provides for two successive stages: general and personal.

*Key words:* self-fulfillment, professional self-fulfillment, factors of self-fulfillment, psychophysiological support, skilled people.

#### **Відомості про автора**

Кокун Олег Матвійович. Член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор. Заступник директора з науково-інноваційної роботи. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. м. Київ. Україна.