

Грубі Тетяна Вікторівна,

доцент кафедри психології, педагогіки
та соціально-економічних дисциплін
Національної академії Державної прикордонної
служби України імені Б. Хмельницького,
кандидат соціологічних наук, доцент
ORCID: <https://orcidid.org/0000-0002-8844-5842>

ПОДОЛАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ДЕФОРМАЦІЙ ФАХІВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

В умовах сучасних викликів для України, детермінованих повномасштабним вторгненням росії на її територію у лютому 2022 р. та веденням військових дій, що наразі тривають на окремих територіях нашої держави, поряд із надважливими питаннями військового, політичного та соціально-економічного розвитку, особливої уваги потребують проблеми, пов'язані із психоемоційним станом українців. Кожен із нас відчув важливість вчасної та дієвої соціальної підтримки, а в окремих випадках – фахової психологічної допомоги.

Професійна діяльність людини будь-якої галузі має потужний вплив на її психічне та ментальне здоров'я. Адже, як слушно зауважував відомий вчений С. Геллерштейн, будь-яка фахова діяльність особистості вимагає від неї виконання великої кількості активних, реактивних дій, які пов'язані з її адаптацією та пристосуванням до їх специфіки. На фоні цього, ми дуже часто можемо спостерігати у фахівця різного роду деформації не тільки на тілесному рівні, але й психічному, які у подальшому набували стійкого характеру [3, с. 434–446].

Дослідники акцентують увагу на тому, що маркерами особистісних змін у фахівців, які фіксують наявність проблемних моментів й можливий розвиток у них деформаційних процесів, є зниження ступеня їх власної відповідальності, втрата альтруїзму, емоційне вигорання тощо.

Сьогодні в межах психології сформовано ряд підходів та методів мінімізації й профілактики професійного вигорання представників різних професій. Якщо вести мову про упередження професійного вигорання фахівців як передумови їх професійного розвитку, вітчизняна дослідниця М. Кононова звертає увагу на позитивний вплив механізмів протидії виникнення професійних деструкцій, таких як заходи профілактики та корекції їх негативних проявів та наслідків. Дослідниця фіксує також шляхи, які дозволять знизити прояв зазначеного нами феномену та його вплив на фахівця, зокрема: підвищення стійкості до стресу, покращення фізичного самопочуття та здоров'я людини, рефлексія особистісних труднощів і

проблем, впровадження різноманітних програм з психодіагностики, тренінгової, психокорекційної, просвітницької роботи, аутотренінгу, саморозвитку, тощо [2, с. 118].

Погоджуємося із позицією ряду дослідників, щодо того, що синдром вигорання (як одна із складових форм професійної деформації) сам по собі нікуди не зникає. Ефективними заходами щодо мінімізації його деструктивного впливу є низка рекомендацій, таких як: формування та підтримка позитивного психологічного клімату, «здорового робочого оточення»; визнання результатів роботи та моральне й матеріальне заохочення; залучення фахівців до прийняття важливих для колективу рішень; чіткий розподіл обов'язків; підтримка та покращення умов праці, визначення короткострокових та довгострокових цілей колективу; сприяння професійному розвитку та росту, самовдосконалення, обмін досвідом, тощо [4, с. 155].

Доречними, у цьому контексті, на наш погляд, є позиції науковців, які звертають увагу фахівців-керівників, що для підвищення рівня власної професійної діяльності та їх підлеглих, доцільно в організації праці створити кімнату/куточок психологічного оздоровлення, бути в курсі подій/настроїв, які панують/виникають в колективі, доцільним буде проведення різноманітних тренінгів із залученням підлеглих, використання діагностичних методик, за допомогою яких можна діагностувати наявність різноманітних проблемних моментів в житті кожного підлеглого та колективу в цілому, виявляти випадки професійного вигорання; проведення профілактичних заходів (бесіди, обговорення різноманітних тем, створення круглих столів тощо).

Заслуговує на увагу підбірка способів та шляхів професійної реабілітації фахівця щодо подолання різних видів деформацій, яка була запропонована Ю. Чемодуровою (підвищення соціально-психологічної компетентності та аутокомпетентності фахівця; вчасна діагностика професійних деформацій фахівців та розробка індивідуальних способів їх вирішення та ін.) [9; 10].

В свою чергу Н. Пенькова наголошує на важливості проведення профілактичних робіт (попереджувальних заходів), завдяки яким відбуватиметься зниження ймовірності розвитку передумов та проявів зазначеного феномену. Психологиня підкреслює, що комплекс заходів із запобігання професійної деформації повинен містити в собі систему організаційно-управлінського, виховного, психологічного характеру. Поряд з профілактичними заходами, важливо здійснювати психологічну корекційну роботу з професійної деформації фахівців. Н. Пенькова, посилаючись на думку окремих авторів досліджень, зазначає, що існують такі групи факторів, які перешкоджають або зводять до мінімуму можливість професійної деформації фахівців («ці групи безпосередньо мають відношення до рівня оволодіння

відповідними «психотехніками»). Вона також визначає найбільш ефективні методи психокорекції негативних стереотипів повсякденної свідомості людини, зокрема, методи особистісно-орієнтованої (реконструктивної) психокорекції, сугестивні методи (аутосугестивні), методи «поведінкової» психокорекції та ін. [5, с. 239–240].

Аналізуючи техніки психокорекційного впливу ряд дослідників (І. Билиця [1, с. 168–170], В. Петрович [6, с. 130–135], М. Савчин [7, с. 142–152] та ін.) рекомендують в якості корекції й профілактики професійної деформації фахівців дотримуватись таких принципів, як: уміння відрізнити головне від другорядного; внутрішній спокій як одна з головних умов збереження сформованих в людини системи особистісних цінностей й мотивів; емоційна зрілість та стійкість (мотиваційна саморегуляція); знання міри впливу на події; уміння підходити до події/проблеми зі різних точок зору; готовність до будь-яких неочікуваних подій; сприйняття того, що відбувається таким, яким воно є, а не таким, яким би нам хотілось би; прагнення до виходу за рамки проблемної ситуації; спостережливість; далекоглядність; намагання зрозуміти інших; уміння брати все корисне з того, що відбувається навколо тебе [7, с.142–145].

І. Билиця звертає увагу на тому, що в подоланні наслідків професійної деформації, для фахівця є особливо важливим пошук точок опори (в психологічному розумінні). На думку вченого, доросла людина самостійно, у більшості випадків, спроможна перенести та впоратись з досить сильними й тривалими емоційно-психологічними перевантаженнями, «які навіть можуть її загартувати психологічно, але може статися все ж навпаки, і тоді особі потрібна буде допомога з боку її оточення» [1, с. 168]. На думку дослідника такою опорою може бути колектив, сім'я, друзі, родина, близькі. Їх підтримка, розуміння формують у людини «почуття самоповаги, потребу у високій самооцінці, позитивне самоствердження в професійній діяльності». Також науковець наголошує, що важливим аспектом у подоланні професійних деформацій фахівця є наявність певної перспективи в майбутньому, що сприяє формуванню його мотиваційних установок [1, с. 169–170]. Аналогічних поглядів дотримується і О. Троян. Дослідник наголошує, що кожна професійна діяльність має свої умови, але спільним є те, що вони сприяють «оптимальному самовияву фахівця в професійній діяльності, зберігаючи його нормальну емоційно-вольову стійкість» [8, с. 91–93].

Отже, аналіз наукової літератури щодо шляхів, способів та прийомів виявлення, подолання та запобігання професійних деформацій фахівців, переконав нас, що ця тематика залишається актуальною та генерує велику кількість наукових досліджень, особливо в частині аналізу дієвих механізмів та практик мінімізації негативного впливу даного явища на професійну діяльність особистості.

Список використаних джерел

1. Билиця І. О. Шляхи попередження та усунення наслідків професійної деформації. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Серія : Юриспруденція. 2019. № 37. С. 168–170.
2. Кононова М. М. Упередження професійного вигорання дефектологів як передумова їх професійного розвитку. *Наукові записки*. Серія : Педагогічна науки. 2018. Випуск 173. С. 116–119.
3. Мудрик А. Б. Психологічний аналіз особливостей прояву професійних деформацій особистості на різних етапах її професіоналізації. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 434–446.
4. Мульована Л. І. Профілактика професійних деструкцій соціальних працівників: управлінський аспект. *Проблеми соціальної роботи*. 2013. № 1(2). С. 152–156.
5. Пенькова Н. Є. Профілактики професійної деформації особистості як попередження віктимізації військовослужбовців Національної гвардії України. *Південноукраїнський правничий часопис*. Теоретичні та практичні аспекти забезпечення національної безпеки. 2022. №4. Ч. 3. С. 238–244.
6. Петрович В. С. Шляхи попередження й подолання професійного вигорання фахівців соціально-педагогічної сфери. *Науковий вісник ВНУ ім. Лесі Українки*. Серія : Педагогічні науки. Луцьк : Вид-цтво ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. № 17. С. 130–135.
7. Савчин М. В. Професійна особистісна деформація співробітників органів внутрішніх справ та деякі шляхи її профілактики. *Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2005. № 2. С. 142–152.
8. Троян О. С. Причини та форми професійної деформації соціальних працівників. Тернопіль, 2017. 200 с.
9. Чемодурова Ю. М. Професійний розвиток особистості: психологічні фактори та бар'єри. *Психологічні науки: проблеми і здобутки: зб. наук. праць*. Додаток 1 до №1, Том I, 2012. С. 198–203.
10. Чемодурова Ю. М. Психологічні умови подолання професійних деформацій практичних психологів у системі післядипломної освіти : дис. ... к. психол. н за спец. : 19.00.07 / КЗ «Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» ЗОР. Запоріжжя , 2018. 308 с.