

АДАПТОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ПРОЦЕСУ МОТИВАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ЗМІН

Кальницька К. О.

Стаття присвячена проблемі адаптованості особистості як одного із чинників мотивації професійного зростання, зумовленій особистісним розвитком та потребами соціально-економічних змін українського суспільства. Виокремлено такі критеріальні показники адаптованості: стан психічного та фізичного здоров'я, способи подолання труднощів, репрезентовані психічним благополуччям, гнучкістю і спокоєм розуму, енергійністю, підтримкою та контролем, об'єктивними даними – мірою споживання алкоголю, виконання тренувальної програми тощо.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптованість, мотивація професійного зростання.

АДАПТОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ПРОЦЕСУ МОТИВАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ЗМІН

К. О. Кальницька

Чернігівський державний інститут економіки і управління

Постановка проблеми. Проблема адаптації людини до критичних факторів середовища здавна привертала увагу науковців різного фаху. Актуальність даної проблематики зростає в умовах соціально-економічних змін в українському суспільстві. Дослідження адаптованості особистості у мотиваційному аспекті зумовлене, з одного боку, важливістю вирішення завдань соціально-економічного розвитку України, зокрема системи національної освіти, з іншого – вимогою мотивування професійного зростання фахівців (менеджерів), забезпечуючи особистісно зорієнтований підхід до розв'язання проблем їх діяльності.

В широкому трактуванні категорія адаптації (від лат. *adapto* - пристосовувати) може успішно застосовуватися для характеристики

активності суб'єктів, які знаходяться на різних, у тім числі високих, рівнях особистісного розвитку [2, с. 97]. Соціально-психологічна адаптованість як особистісна характеристика передусім є результатом процесу адаптації. Важливий компонент адаптації - погодження самооцінювання, домагань і очікувань суб'єкта з його можливостями і соціальним середовищем.

Психологічна адаптація визначається активністю особистості (або групи). Це єдність акомодаций (засвоєння правил середовища), "уподоблення" йому і асиміляції ("уподоблення" собі, перетворення середовища); звідси - адаптивне і, одночасно, адаптуюча активність особистості або групи [20, с.13].

Варіанти адаптаційної взаємодії залежать від ступеня активності і спрямованості діяльності особистості: а) підкореність середовищу (цілі особистості, способи їх досягнення, загальноприйняті традиції цілком відповідають соціальним нормам); б) оновлення середовища (за якого для досягнення загальноприйнятих цілей особистість використовує нешаблонні, несхвалені, невідомі досі способи); в) ритуалізм (за якого ставляться незагальноприйняті цілі, для досягнення яких особистість використовує загальноприйняті способи); г) бунт, повстання. По суті, однією з версій розгляду стилю адаптації на особистісному рівні є аналіз локусу контролю.

Важливою умовою успішної адаптованості є оптимальне поєднання адаптивної і адаптуючої діяльності, що варіюється залежно від конкретних ситуацій. Проблема адаптації до раптових технічних і соціальних змін торкається всього людства [2, 18, 19]. Величезний вплив вона має і на професійну поведінку педагогів (зокрема, на підвищення їхньої професійної кваліфікації) через регуляцію мотиваційних станів і процесів.

Професійна дезадаптація особистості пов'язана з низкою емоціогенних факторів праці, які призводять до негативних наслідків: 1) захворюваність психічними хворобами, 2) висока "стресовість", спричинена побутовими негараздами, 3) перевантаженість домашньою роботою, 4) брак нормальних житлових умов, 5) недостатня увага близьких, 6) низька оплата праці тощо

[21]. Усе це призводить до фрустрації як передумови різних психічних захворювань. Спостерігається поглиблення почуття незадоволеності професією, різке зниження рівня кваліфікації працюючих учителів, підвищення фактора ризику психосоматичних розладів, втрата перспективи професійного зростання, тобто у вчителів різко знижується мотивація до професійної діяльності та підвищення її кваліфікації.

Проте можливий інший варіант впливу стресу на професійну діяльність, інший механізм адаптації. Професійно спрямовані особи за тривалих стресогенних умов існування не знижують, а, навпаки, підвищують свою активність до підвищення професійної кваліфікації. Вони отримують ще одну спеціальність, удосконалюють професійну кваліфікацію в інститутах неперервної освіти, аспірантурі тощо.

Розгляд адаптації особистості як мотиваційної складової пов'язаний з дослідженнями зарубіжних і вітчизняних учених (Д. Мак-Клелланд, Д. Майєрс, Г. Сельє, В. П. Казміренко, В. А. Петровський та ін.)

Д. Мак-Клелланд (1953) використовує поняття адаптації для пояснення теоретичної схеми мотивації. Організм людини має деякий (від природи) рівень адаптації до подразників різних класів або до особливостей ситуації, що сприймаються як "нормальні" і нейтральні. Відхилення від цього рівня адаптації переживається позитивно, але до певної межі, за якою з'являється і наростає незадоволення. У ході розвитку такі афективні стани і їх зміна пов'язуються з вимогами і умовами конкретної ситуації; вони стають стимулом, джерелом реакцій на цю ситуацію. Таким чином, мотивація - це відтворення деякої вже пережитої зміни ситуації, що викликала афект [22, с. 68].

По-іншому трактує взаємозв'язок мотивації і адаптації Д. Майєрс. Рівень адаптованості передбачає, що відчуття успіху і невдачі, почуття задоволеності і незадоволеності пов'язані з попередніми досягненнями і баченням майбутнього, очікуваннями. Якщо наші теперішні досягнення нижчі порівняно з попереднім рівнем, ми відчуваємо незадоволеність, перебуваємо у стані фрустрації; якщо наші досягнення вищі за цей рівень, у нас виникає відчуття успіху і

задоволеності. Однак, просуваючись вперед, швидко звикаємо до успіху. Те, що раніше давало відчуття благополучності, тепер сприймається як нейтральне або навіть переживається як депривація [9, с. 495].

Адаптація на рівні особистості також може розумітись і як тенденція суб'єкта до реалізації в діяльності власних прагнень, спрямованості на здійснення таких дій, доцільність яких попередньо підтверджена досвідом (індивідуальним або родовим). Зазначимо, що діяльність зумовлена адаптацією, адаптаційною спрямованістю, адаптивністю, може бути творчою, продуктивною, “не заданою”. Діючи адаптивно, людина прагне до певної мети. Тут прослідковується зв'язок адаптації з мотивацією особистості: дії суб'єкта стають адаптивними, коли йому відома відповідь на запитання “Навіщо?”

Але мета діяльності не завжди може бути свідомо сформульована (або усвідомлена). В. А. Петровський розрізняє “адаптивну” і “неадаптивну” активність людини. Наголошуючи на доцільності адаптації в життєдіяльності індивіда, значному її впливові на мотивацію, він не абсолютизує постулат доцільності. Життєві орієнтації людини можуть бути суперечливими, ціннісні і культурні форми достатньо плинними. Отож “неадекватна активність” теж має прояв у життєдіяльності суб'єкта. Під неадаптивною активністю вчений-дослідник розуміє варіант незбігання цілей і результатів людських дій [13].

Адаптація може бути фактором організаційного середовища, що впливає на процеси професійного, особистісного розвитку і самовдосконалення суб'єкта. Людина в певні періоди життєдіяльності здійснює складні дії і вчинки. Це дозволяє їй пристосовуватися до динамічних умов оточення. З погляду соціальних і виробничих умов фази адаптації виникають зі зміною системи значущих функцій, ролей, ближнього оточення, характеру професійних завдань тощо. Потреба в адаптації не завжди може бути усвідомлена або раціоналізована на рівні цільових програм, хоча сама природа людської активності вимагає її реалізації, що відповідно опосередковує формування широкої сфери спонукальних смислоутворювальних мотивацій [5].

На процес адаптації впливають усталені, прийняті, організаційно зумовлені критерії, а тому він має певні часові інтервали, котрі і є його мірою успішності. В. П. Казміренко стверджує: “Безперечно, суб’єкт оцінює адаптаційний бік своєї поведінки, що, відповідно, може бути певними аспектами його мотивації” [5, с. 228].

Неуспішність процесу адаптації або низький рівень адаптованості особистості негативно позначається на міжособистісних взаєминах, соціальному визнанню, інформаційно-професійному обміні, оплаті за працю.

Отже, адаптованість особистості - це фактор формування її поведінки і діяльності в професійній сфері через формування відповідних мотиваційних комплексів або спонукальних механізмів (або утворень), які в кожному окремому випадку займають різне місце в структурі діяльності (ієрархії мотиваційних чинників).

Видатний канадський фізіолог Г. Сельє також розглядав мотивацію в тісному зв’язку з рівнем адаптованості. На його думку, посилюється один тип професійного стресу - втрата мотивації (фрустрація через стрес), що проявляється як феномен “згорання” на роботі. Під мотивами він розуміє “дещо в середині суб’єкта (потреба, ідея, органічний стан або емоція), що спонукає його до дії”. Синоніми цього поняття: імпульс, спонукання, стимул. Живі істоти спонукаються до дії різноманітними імпульсами, передусім потребою самозбереження, бути живим і щасливим. Задоволення інстинктивних потягів, потреба у самовираженні, прагнення багатіти і мати владу, творчо працювати, досягати своїх цілей - усі ці мотиви разом з багатьма іншими зумовлюють нашу поведінку [18].

Мотивація активності може бути різною, але загалом існує дві тенденції. Перша відображає спрямованість у бік послаблення напруги, що виникає внаслідок браку відповідного досвіду. Така стратегія визначається як “пасивне пристосування”. Друга тенденція є активним пристосуванням у вигляді пошуку ситуацій напруги: суб’єктна організація інтелектуального і фізичного навантаження, максимальна мобілізація творчих сил, спрямованість на

досягнення тощо (Маслоу, 1997, Казміренко, 1993, Сельє, 1992), [10, 5, 18]. Зазначимо, що між вираженістю стресу, емоційною напругою і активізацією нервової системи, ефективністю професійної діяльності не існує лінійної залежності. Ще на початку століття Р. Йеркс і Дж. Додсон експериментально довели, що з активізацією нервової системи до певного критичного рівня ефективність діяльності підвищується. Однак при збільшенні стресогенності діючих чинників показники діяльності знижуються (Yerkes, Dodson, 1908). Низьку працездатність при малій стресогенній активізації можна розглядати як результат малої залученості адаптаційних резервів особистості у процесі діяльності, умовно кажучи, захисту організму щодо вимог з боку оточення [8, с.131]. Тоді завдяки чому знижуються показники ефективності діяльності людини за умов перевищення критичного рівня стресової напруженості?

Одна з гіпотез: зростання напруження “звужує” увагу, сприйняття. Водночас з наростанням симптомів стресу показники виконання складних завдань можуть знижуватися, а показники простих – зростати. Стрес, що сприяє покращенню показників працездатності, вважається стресом без дистресу. Погіршення цих показників при стресі розглядається як прояв дистресу. У людей, що знаходяться в стресовому стані, іноді поліпшується якість діяльності з одночасним різким поліпшенням самопочуття. Подібне явище слід розглядати як прояв в екстремальних умовах більшої сталості психічних функцій, що лежать в основі простої діяльності порівняно з меншою сталістю фізіологічних функцій. Аналіз цих показників адаптаційного синдрому підтверджує існування двох типів стратегій діяльності і поведінки людини у стресогенних умовах, що ускладнюють їх. Отож імовірно припустити, що різний рівень умотивованості людей певною діяльністю залежить від їхньої здатності адаптуватися.

Адаптаційний синдром, адаптованість особистості досліджували А. Л. Свенцицький, О. І. Зотова, І. К. Кряжева, О. Г. Антонова-Турченко, Т. В. Форманюк, Т. П. Свістунова, М. Міхова, А. А. Баранов, Т. І. Рогінська та ін. Так, О. Г. Антонова-Турченко емпірично довела, що постійне психічне

перенапруження призводить до невротизації людини, порушень у сфері мотивації професійної діяльності, деформації стосунків з колегами. При аналізі особливостей мотивації професійної діяльності вчителя нею виділені дві складові: “гігієнічна” мотивація (статус, оплата праці, стосунки з оточуючими, умови праці тощо); “змістова” мотивація (велика задоволеність працею, зацікавленість змістом роботи, вибір цієї ж або близької професії в альтернативних ситуаціях, висока оцінка своєї діяльності, прагнення реалізувати себе в ній тощо). “Змістова” мотивація більш значуща для ефективності праці. Натомість нагромадження негативних компонентів “гігієнічної” мотивації понад критичний рівень знижує продуктивність праці і може спричинити до психосоматичних захворювань. Загалом встановлено, що вищу професійну адаптованість мають особи, у структурі мотивації професійної діяльності яких переважає орієнтація на особистісно-діалогічне спілкування, котрі емоційно ідентифікують себе з професійною роллю, прагнуть реалізувати себе у виробничій діяльності, цікавляться змістом своєї роботи поза межами її формального функціонування [1].

Як бачимо, з одного боку, високий рівень професійної адаптованості пов’язаний з певною структурою мотивації професійної діяльності особистості. З іншого, негативні зміни у сфері мотивації зумовлені низьким рівнем соціально-психологічної адаптованості людини.

Доходимо висновку, що мотивація діяльності в динамічному аспекті розглядається як енергетична напруга, що проявляється в активності індивіда. Соціально-психологічна адаптація теж передбачає його енергетичну напругу. Звідси випливає наше припущення, що соціально-психологічну адаптованість можна розглядати як чинник мотивації або як джерело мотивації професійного зростання.

Попереднє наше емпіричне дослідження (1999) виявило взаємозв’язок структури мотивації підвищення професійної кваліфікації особистості з такими показниками її ставлення до професійної діяльності, як задоволеність, активність особистості щодо професійного зростання та ціннісне ставлення

до нього, інтернальність при поясненні результатів власної діяльності. Високомотивовані особи відрізнялися (з статистичною достовірністю) від низькомотивованих кращим станом психосоматичного здоров'я, ширшим застосуванням стратегій боротьби з труднощами, вищим рівнем соціально-психологічної адаптованості. У роботі було розкрито позитивну динаміку мотивації залежно від рівня адаптованості особистості в складних умовах сучасності [6].

Отже, теоретичне дослідження адаптованості особистості має на меті:

1) визначити критеріальні показники адаптації особистості як мотиваційного чинника;

2) розробити теоретичну структурну схему соціально-психологічної адаптованості особистості як мотиваційного чинника професійного зростання;

3) відібрати методики для оцінювання вираженості компонентів соціально-психологічної адаптованості особистості в структурі мотивації професійного зростання.

Результати теоретичного аналізу проблеми

Психометрична характеристика соціально-психологічної адаптованості особистості як мотиваційний чинник

Соціально-психологічна адаптація має величезний вплив на професійну поведінку людини через регуляцію мотиваційних станів і процесів. Розгляд адаптації особистості як мотиваційного фактора пов'язаний з дослідженнями зарубіжних і вітчизняних учених (Г. Сельє, Д. Мак-Клеланд, Д. Майєрс, Л. О. Китаєв-Смик, В. П. Казміренко, О. Г. Антонова-Турченко). Отож мотивація професійного зростання теж зазнає значного впливу цього фактора з огляду на плінні, часто невизначені, а іноді стресогенні умови життєдіяльності особистості в умовах сьогодення. Складовими соціально-психологічної адаптованості як мотиваційного чинника нами виділено: по-перше, психічне здоров'я (Г. Сельє, А. Маслоу, К. Купер та ін.); по-друге:

фізичне здоров'я (Л. О. Китаєв-Смик, Г. Сельє, К. Купер); по-третє, особистісні способи подолання труднощів (Л. О. Китаєв-Смик, К. Купер, В. П. Казміренко); по-четверте, об'єктивні дані щодо психічного та фізичного здоров'я, які проявляються у кількості звертань до лікаря (в межах певного часу), кількості лікарняних листів (за цей же час), уживання алкоголю, паління, виконання тренувальної програми. Категорія “психічне здоров'я” визначається як “стан душевної благополучності, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки та діяльності” [14, с. 301]. Зміст цієї категорії не вичерпується лише медичними і психологічними критеріями. В ньому органічно відображаються суспільні норми і цінності, що регламентують духовне життя людини. До основних критеріїв психічного здоров'я, за психологічним словником А.Петровського і М. Ярошевського, слід віднести відповідність суб'єктивних образів об'єктам дійсності, а характер особистих реакцій - значенню життєвих подій; адекватний віку рівень зрілості емоційно-вольової і пізнавальної сфери особистості; адаптивність у мікросоціальних стосунках; здатність керувати поведінкою, розумно планувати життєві цілі та бути активним щодо їх досягнення. Отже, психічне здоров'я ми визначали за шкалами психічної благополучності, гнучкості, спокою розуму. Психічна благополучність представлена емоційною стабільністю педагогів (сила “Я”); силою “над-Я”, (висока совісність); мобілізацією енергії та домінантністю. Це оцінки від 4 до 6 балів.

На протилежному полюсі - неблагополучність (1-3 бала): емоційна нестабільність (слабкість “Я”); слабкість “над-Я” (недобросовісність), невротична регресія, виснаженість психічна та висока конформність. Кількісні оцінки визначались за методикою К.Купера, їх змістовна характеристика відповідає даним Р. Кеттела, В. М. Мельникова та Л. Т. Ямпольського [11].

Змістова характеристика психічної благополучності

Людина, якій притаманна психічна благополучність, здатна керувати своїми емоціями та настроями. Вона адекватно їх пояснює і реалістично виражає; добре усвідомлює вимоги оточення, не приховує від себе власні вади. Людина почувається добре адаптованою; дисциплінована, зібрана, відповідальна. Добросовісність поєднується в неї з самоконтролем і прагненням до загальнолюдських цінностей та норм, іноді всупереч власним інтересам. За дослідженням Р. Кеттелла, ця характеристика позитивно корелює з успіхами в навчанні і загальними досягненнями, динамічно пов'язана зі співробітництвом у груповій діяльності.

Психічно благополучні люди енергетично мобілізовані. Вони вільні від тривог, упевнені в собі, здатні долати перешкоди.

Водночас психічна благополучність може проявлятися і у від'ємних рисах доміантних осіб, а саме: самовпевненості, конфліктності, грубості тощо. Ці риси свідчать про владність людини, її прагнення до самостійності, незалежності, а іноді про ігнорування соціальних умовностей, авторитетів [11, 16. 19].

Змістова характеристика психічної неблагополучності

Це емоційно нестабільні, тривожні люди. Їхня низька емоційна стійкість є найбільш загальною складовою всіх можливих патологічних відхилень: неврозів, алкоголізму, тобто психічного нездоров'я. Зовнішньо це проявляється як відсутність почуття відповідальності, уникнення реальності. Внутрішньо людина відчуває себе беззахисною, втомленою, нездатною подолати життєві труднощі.

За оцінкою "над-Я", ці особи характеризуються схильністю до непостійності. Вони не докладають зусиль до виконання суспільних вимог і культурних норм, нехтують моральними цінностями. У таких осіб спостерігається регресія у розумінні психічного стресу (як нервово-ендокринний продукт), що характеризується нестійкістю уваги, вербальною регідністю, сильнішою реакцією на символічні загрози (захист-"Я")

порівняно з реакцією на реальні негаразди. Низькі оцінки психічної благополучності виявляють виснаження і ослаблення психічної активності, внаслідок чого різко знижується працездатність. Людина повсякчас відчуває надмірну напругу, в неї відсутні радощі і задоволення від життя. За критерієм конформності відмічається невміння відстоювати свою точку зору, непевненість у собі, постійна підлеглість, покор силі.

Характеристика психічної гнучкості

Психічна гнучкість визначається пристосуванням (адаптивність), радикалізмом та ефектотимією (доброта, щирість). На протилежному полюсі - ригідність, консерватизм та сизотимія (відчуженість, відокремленість).

Психічно гнучка людина легко змінює свої плани, швидко перебудовується, здатна на компроміс. Вона не дразлива, не відмовляється від задуманого і не змінює своїх планів, якщо події розвиваються згідно з її очікуваннями. За результатами нашого дослідження, гнучкі особи отримують від 4 до 6 балів за відповідною шкалою. Особам з такими оцінками притаманні різноманітні інтереси, прагнення бути інформованими щодо наукових, політичних, життєвих проблем. Проте інформацію не сприймають на віру, намагаються все проаналізувати і зрозуміти самостійно. Водночас легко змінюють свою точку зору, толерантні щодо неусталених поглядів і нових ідей, критично мислять, терплячі до протиріч і непорозумінь.

Треба зазначити, що викладені ознаки проявляються тільки в анкетуванні, коли респондент особисто висловлює свою точку зору.

Для високих оцінок гнучкості як ефектотимії характерні: яскравість емоційних проявів, готовність до співпраці, гнучке ставлення до людей, доброта, щирість. Гнучкі люди добре вживаються в колективі, з готовністю беруть участь у громадських заходах та справах.

На протилежному полюсі гнучкості - ригідність. Ригідна особа наstoює на звичному способі виконання роботи. Вона не змінює свої звички і поведінку під тиском оточення; розгублюється, якщо звичний стиль поведінки не веде до успіху. Низькі оцінки (від 1 до 3 балів) свідчать про

консерватизм особистості. Це людина з усталеними поглядами, думками. Все нове їй здається абсурдним, нерозумним. Не толерантна. Вважає, що недоліків у житті можна позбутися, якщо суворо дотримуватись вимог та порад старших за віком. Усе зле, на її думку, від того, що деякі люди порушують принципи і традиції, не хочуть на віру сприймати досвід поколінь. За даними Р. Кеттелла, подібне оцінювання притаманне педагогам [11].

Ригідність проявляється як відсутність живих емоцій, в'ялість афектів. Це холодні, жорсткі в контактах люди. Зауважимо, що ефектотимія і сизотимія мають свої переваги й вади.

Психологічна характеристика спокою розуму та тривожності

Спокій розуму виявляється в адаптивності індивіда. Високі оцінки (від 4 до 6 балів) за цією шкалою свідчать про особистісний спокій, врівноваженість, впевненість у собі і у своїй здатності розв'язувати життєві проблеми. Це добре адаптовані, соціально успішні, ділові, активні і заповзятливі люди. Їх інтереси широкі і різноманітні. Вони прагнуть до всього нового і незвичайного, при зустрічі з несподіваними труднощами енергійні. Виконуючи щоденні обов'язки, можуть бути неохайними, незацікавленими, проте в екстремальних умовах ефективність їхньої діяльності різко зростає.

На протилежному полюсі цієї шкали – тривожність, яка може бути і станом, і рисою. Це означає, що рівень тривожності зумовлений ситуативно, але його коливання залежать від деякого вихідного рівня. Ситуативні коливання - це характеристика стану. Вихідний рівень - особиста риса.

Психіатри ототожнюють тривожність з реакцією стресу; інші розглядають її як форму страху; ще один погляд на неї як на депресію; згідно з З.Фрейдом - це форма сексуального потягу, трансформованого у невроз. Проте факторно-аналітичне дослідження Р. Кеттелла і І. Шайєра показало, що існує єдиний вид тривожності, відмінний від реакції стресу, депресії, невротизму [23]. Отже,

тривожністю прийнято називати негативно забарвлені переживання внутрішнього неспокою, стурбованості, почуття необхідності якихось пошуків, хвилювання, що переходять в ажитацію збудження непродуктивного демобілізуючого характеру. Дослідження тривожності показали, що хоч рівень тривожності індивіда суттєво залежить від обставин, але кожна людина має свій характерологічний рівень тривожності, навколо якого і відбуваються її коливання при зміні навколишнього середовища. Низьку тривожність, як випливає з приведеного вище, мають люди слабкої навіюваності, високої стресостійкості, тобто гарної адаптивності поряд з прагненням до лідерства.

У нашому дослідженні за шкалою спокою розуму оцінки (від 1 до 3 балів) свідчать про тривожність людини. Особи з такими оцінками характеризуються збудливістю, високою емоційністю, прагненням уникати невдач, невпевненістю у нових видах діяльності, погіршенням результатів в умовах напруженості. Вони наперед продумують свою поведінку, намагаються все передбачити; невідготовлені і беззахисні у боротьбі з труднощами; схильні до поміркованого і регламентованого життя без несподіванок і змін.

Характеристика фізичного здоров'я

Рівень психічного здоров'я тісно пов'язаний з соматичним станом організму людини. Шкала фізичного здоров'я представлена в дослідженні спокоєм та енергійністю. Високий психоенергетичний рівень вирізняє підприємливих, активних, енергійних людей, які постійно прагнуть до практичних досягнень і успіху. В цій моделі дослідження високі оцінки (1, 2, 3 бали) свідчать про фізичну енергійність, активність, що притаманна соматично здоровим людям з продуктивною пам'яттю, котрі діють швидко й ефективно. У енергійних людей відмічаються вчасне реагування на зміни, стійкість власних поглядів тощо. Всі ці ознаки характеризують особу як повну сил, бадьорості, енергії, наполегливості. Тому педагогам на цьому полюсі властиві активність, ініціативність, стійкість, швидкість мислення, широкий кругозір, різноманіття інтересів, підвищена витривалість до

фізичних та психічних навантажень. За даними Р. Кеттелла, ці характеристики позитивно корелюють з видами діяльності, які вимагають тривалого прояву активності (в нашому випадку це професійне зростання).

На протилежному полюсі - фізична виснаженість, стриманість, пригніченість (це оцінки від 3 до 6 балів). Для таких людей характерним є уповільненість мови, рухів, в'ялість, звуження кола інтересів, зниження активності та ініціативи, брак бадьорості. Проявляються ознаки фізичного неспокою. Спостерігаємо знижену працездатність, напади болю в різних частинах тіла, посмикування в м'язах, бажання їсти, пити або палити більше ніж звичайно.

Показники психосоматичного здоров'я особистості не будуть відображати повну картину без інформації про об'єктивні дані, а саме: термін лікарняних листів, кількість звертань до лікаря, кількість споживання алкоголю та випалених цигарок.

Психологічна характеристика способів подолання труднощів

Існують різні варіанти реакцій людини на фактори напруги, тиску та впливу стресу. Людина усвідомлено та неусвідомлено намагається подолати труднощі. Відомо, що одні особи схильні до пасивної поведінки. Вони потребують спеціального підкріплення, що ґрунтується на позитивних міжособистісних стосунках: від посмішки, заохочення до реальної відповідної допомоги або будь-якого засобу, здатного зняти напругу [3, с. 337; 12, с. 563,]. Інші демонструють активну позицію: прагнуть встановити контроль як над собою, так і над іншими людьми та обставинами [7, 15, 18]. Ці відмінності пов'язані як з гормональними реакціями людини в умовах стресу, так і з природженими властивостями нервової системи індивіда, з особливостями афективно-мотиваційної сфери (спрямованість, світогляд, ціннісні орієнтації, локус контролю тощо) (В. А. Файвишевський, Б. І. Додонов, В. Г. Асєєв, В. І. Ковальов, Дж. Роттер та ін.).

Дослідження поведінки людини в стані фрустрації виявили наступні типи реакцій, котрі є захисними механізмами: 1) пошук реальних цілей власної діяльності, 2) компенсація невдач різного роду захопленнями, тобто

пошук нових потреб, 3) раціоналізація своєї поведінки, прагнення уникати джерел фрустрації - як психічної, так і фізичної (Н. Д. Левітов, 1967; I. С. Кон, 1967; А. Л. Свенцицький, 1975; E. E. Ghiselli, C. W. Brown, 1955).

Таким чином, способи подолання труднощів умовно можна поділити на дві групи: а) активну позицію людини, яка характеризує її дієвість та контроль над собою, іншими та обставинами; б) пасивну, яка означає необхідність соціальної підтримки, пасивне пристосування до оточення.

Загалом аналіз мотиваційних концепцій, теорій та прикладних емпіричних досліджень свідчить, що соціально-психологічна адаптованість особистості є одним з інтегральних факторів мотивації. Складовими соціально-психологічної адаптованості як мотиваційного чинника нами виділено: психічне здоров'я, фізичне здоров'я та об'єктивні дані щодо них, особистісні способи подолання труднощів. Загальну структуру схему соціально-психологічної адаптованості як чинника мотивації особистості до професійного зростання показано на Рис.1.

Висновки

Проведений науково-теоретичний аналіз проблеми мотивації дає підстави зробити такі висновки.

Мотивація діяльності в динамічному аспекті розглядається як енергетична напруга, що проявляється в активності індивіда. Соціально-психологічна адаптація теж передбачає його енергетичну напругу. Звідси випливає: соціально-психологічна адаптованість може розглядатися як чинник мотивації або як джерело створення мотивації професійного зростання.

Показниками “адаптаційного” компонента мотиваційної структури є рівні психосоматичного здоров'я і способи пристосування особистості до існування в суспільстві згідно з його вимогами і власними потребами та інтересами.

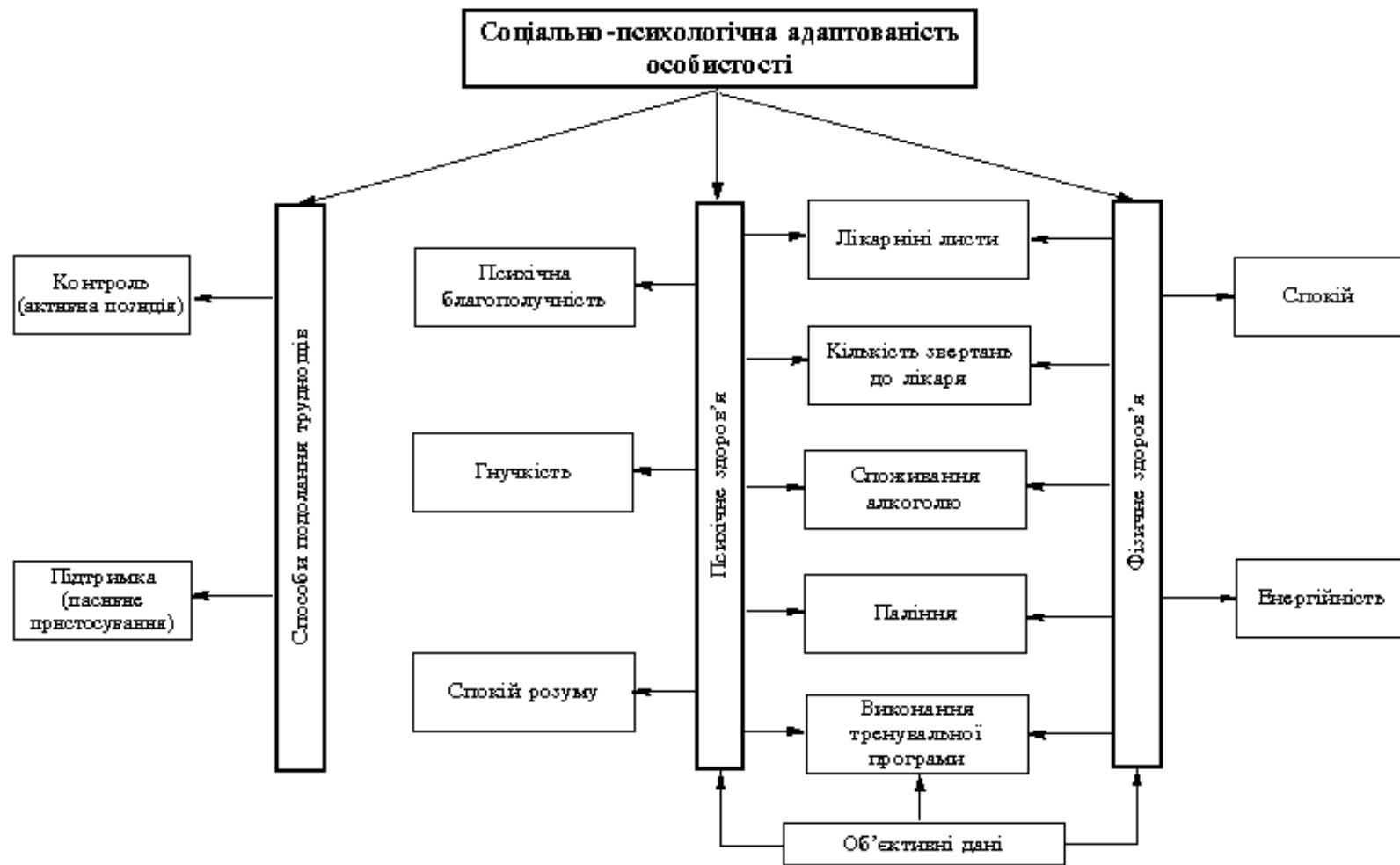


Рис.1 Структурна схема соціально-психологічної адаптованості як мотиваційного чинника професійного зростання.

Проведений аналіз дає змогу виділити систему показників (змінних) як операційних критеріїв дослідження адаптованості в структурі мотивації особистісного зростання. Ними є ситуаційні та особистісні детермінанти мотиваційного процесу. Психічне здоров'я репрезентоване психологічною благополучністю, гнучкістю, спокоєм розуму особистості та об'єктивними даними – кількістю звертань до лікаря і лікарняних листів, мірою споживання алкоголю і паління, виконанням тренувальної програми.

Способи подолання труднощів представлено контролем особистості над собою, іншими та обставинами (активна позиція); підтримкою, як пасивним пристосуванням до оточення.

Фізичне здоров'я визначається за показниками енергійності і спокою особистості. Всі змінні зумовлені єдністю змістової та динамічної сторін мотивації. Вони є інструментальними цінностями, що відображають професійне зростання людини, зумовлене об'єктивними потребами виробництва та суб'єктивним досвідом особистості.

Для дослідження соціально-психологічної адаптованості як чинника процесу мотивації можна використати низку діагностичних методик К. Купера (із співавторами) “Ставлення до своєї роботи” “Самооцінювання стану здоров'я”, “Стилі поведінки та пояснення подій, що відбуваються”, “Джерела тиску на Вашій роботі”, “Способи подолання життєвих труднощів”, “Сприйняття власного контролю своєї роботи”; методика Дж. Хофстеда “Ви і Ваші цінності”.

Результати теоретичного аналізу та отримані експериментальні дані попереднього дослідження [6] дають змогу визначити основні напрями оптимізації мотивації професійного зростання особистості з урахуванням адаптивного чинника:

а) особистісно-розвивальний підхід до регуляції професійних навантажень, постановка перспективних цілей виробничої діяльності, адекватного оцінювання роботи та стимулювання задоволеності працівника суб'єктивно значущою винагородою тощо;

б) гуманізація владно-підлеглих стосунків через зниження професійних джерел тиску, забезпечення умов реалізації потреб свободи, творчості в професійній діяльності, права на самовизначення та самовираження;

в) опікування станом психосоматичного здоров'я особистості менеджера: запобігання професійному “згоранню”, проведення психокорекційної роботи, урахування особистих і сімейних інтересів;

г) розширення спектра засобів професійного та особистісного зростання: фахове навчання, тренінги, семінари, громадська діяльність тощо.

Проведене теоретичне дослідження не претендує на всебічне висвітлення проблеми адаптації у зв'язку з мотивацією особистісного зростання. Можливими є й інші ракурси розгляду цієї проблематики, наприклад, вивчення взаємозв'язку мотивації професійного зростання з різними сторонами адаптації – професійною і соціальною. Безсумнівно, необхідним є подальше теоретичне та емпіричне дослідження адаптованості особистості до плинних умов оточення.

Список використаної літератури

1. Антонова-Турченко О.Г., Дробот Л.С., Заброцький М.М. Психологічна стабілізація особистості вчителя зони радіологічного контролю. - К.: ІЗМН, 1997. - 180 с.
2. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопр. психологии. - 1989. - № 1. - С. 92-100.
3. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2 т.: Пер. с франц. - М.: Мир, 1992. – Т.2 - 376 с.
4. Зотова О.И., Кряжева И.К. Содержание и показатели адаптации личности // Организационная психология / Сост. и общая ред. Л.В. Винокурова, И.И. Скрипюка. – СПб.: Питер, 2000. – С.248 – 256.
5. Казмиренко В.П. Социальная психология организаций. - К.: МЗУУП, 1993. - 384.
6. Кальницька К.О. Мотивація підвищення професійної кваліфікації педагога: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. - К., - 1999. – 212 с.
7. Китаев-Смык Л.А. Вероятностное прогнозирование и индивидуальные особенности реагирования человека в экстремальных условиях // Вероятностное прогнозирование в деятельности человека. - М.: Наука, 1977. - С. 180 - 225.
8. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. - М.: Наука, 1983. - 368 с.
9. МайерсД. Социальная психология: Пер. с англ. - СПб.: Питер Ком, 1998.- 688с.
10. Маслоу А. Психология бытия: Пер. с англ. - М. - К.: Рефл.-бук, “Ваклер”, 1997. - 304 с.
11. Мельников В.М. Ямпольский Л.Т. Введение в экспериментальную психологию личности. - М.: Просвещение, 1985. - 319 с.
12. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студентов высш. пед. учеб. Заведений: В 2 кн. Общие основы психологии. - М.: Просвещение: Владос, 1994. - Кн. 1. - 576 с.
13. Петровский В.А. Психология неадаптивной активности. - М.: ТОО “Горбунок”, 1992. - 224 с.

14. Психология: Словарь /Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Политиздат, 1990. - 494 с.
15. Русалов В.М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. - М.: Наука, 1979. - 352 с.
16. Сахарова Н.А. Психолого-педагогические особенности включения взрослого в учебно-познавательную деятельность в контексте обучения: Дис... канд. психол. наук. - М., 1995. - 176 с.
17. Свенцицкий А.Л. Понятие о производственной адаптации личности // Организационная психология / Сост. и общая ред. Л.В.Винокурова, И.И.Скрипюка. - СПб.: Питер, 2000. - С.244 – 247.
18. Селье Г. Стресс без дистресса. - Рига: Виеда, 1992. - 109 с.
19. Суворова В.В. Психофизиология стресса. - М.: Педагогика, 1975. - 208 с.
20. Философский энциклопедический словарь / Ред. кол.: С.С. Аверинцев, Э.А. Араб-Оглы и др. - 2-е изд. - М.: Сов. энцикл., 1989. - 815 с.
21. Форманюк Т.В. Синдром “эмоционального сгорания” как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопр. психологии. - 1994. - № 6. - С. 57 - 64.
22. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: Т. 1; Пер. с нем. / Под ред. Б.М. Величковского. - М.: Педагогика, 1986. - 408 с.
23. Cattell R.B. Personality and motivation (structure and measurement). - N.Y.: Harcourt Brance Iovanovich, 1957.

Кальницька К. О. Адаптованість особистості як чинник процесу мотивації особистісного зростання в умовах соціально економічних змін / К. О. Кальницька // Актуальні проблеми психології. Т. 1: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. Максименка С. Д., Карамушки Л. М. – К. : «Міленіум», 2005 – С. 48-54.