

ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ У ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ ОСОБИСТОСТІ

Анатолій МАССАНОВ

Copyright © 2014

УДК 159.9 + 159.923 + 37.047

Актуальність та доцільність дослідження. За будь-якої соціально-економічної ситуації у суспільстві професійне самовизначення особистості, якщо воно свідоме й самостійне, вимагає від неї соціальної зрілості, самовладання, рішучості, поміркованості. Це зумовлено високим ступенем відповідальності вибору, який визначає професійну долю людини. Невдале професійне самовизначення сприяє виникненню таких негативних явищ у суспільстві, як плинність кадрів, професійне вигорання, низька продуктивність праці, невиправдана витрата коштів на підготовку працівників та ін. Серед ускладнень такого самовизначення особистості важливе місце займають *психологічні бар'єри*, які руйнують цей процес.

Узагальнення різних досліджень, які мають відношення до проблеми психологічних бар'єрів (Г.О. Балл, Т. Дембо, К. Левін, О.М. Леонт'єв, Б.Ф. Ломов, В.П. Москалець, Н.І. Пов'якель, В.А. Пономаренко, С.Л. Рубінштейн, В.Д. Шадріков та ін.), дає підставу констатувати актуальність їх поглибленого вивчення на основі інтеграції сучасних уявлень та досягнень, що накопичені у різних галузях знань. Так, в останній час психологічні бар'єри аналізуються у зв'язку з інноваційними процесами в освіті, творчою діяльністю і, зокрема, педагогічною творчістю (Р.М. Грановська, Л.О. Коростильова, Ю.С. Крижанська, Л.І. Подлесна, О.С. Советова, В.М. Ямницький та ін.). Проте нагальнішою стає потреба у фундаментальній розробці загальних теоретичних засад проблеми психологічних бар'єрів особистості, що дозволило б розкрити природу цього явища. Крім того, важливе значення для пізнання генези вказаних бар'єрів мають дослідження, які спрямовані на вивчення психічних станів та емоційної стійкості особистості в екстре-

мальних умовах діяльності (Ф.Ю. Василюк, Л.І. Єрмолаєва, М.Д. Левітов, В.О. Лефтеров, Є.М. Потапчук, О.О. Прохоров, О.П. Саннікова, М.І. Томчук, О.М. Хайрулін, О.Я. Чебикін та ін.).

На сучасному етапі розвитку психологічної науки фактично не розкритими є також понятійна сутність та механізми дії психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні розвиткової особистості, що істотно ускладнює процес пізнання цього явища, специфіки його виникнення, формовиявів і способів усунення. Процес професійного самовизначення досліджувався у роботах Є.М. Борисової, Є.О. Климова, В.О. Лефтерова, В.О. Моляко, Д. Сьюпер, С. Ховланд, С.К. Шандрука, Н.Ф. Шевченко та ін. Здебільшого ця проблема визнається винятково актуальною (О.Є. Голомшток, М.М. Захаров, В.В. Синявський, О.Я. Чебикін та ін.). При цьому як вітчизняні (А.Д. Сазонов, В.Ф. Сахаров та ін.), так і зарубіжні (Е. Еріксон, Д. Сьюпер та ін.) психологи переважно вивчають профорієнтаційні умови підготовки особистості до вибору професії, у той час як питання внутрішнього конфлікту на рівні психологічних бар'єрів під час вибору професії розглядаються побіжно. Матеріали різних досліджень (О.В. Гринько, О.В. Губенко, Ю.М. Забродін та ін.) вказують на те, що у процесі професійного самовизначення виникають психологічні бар'єри у більшості осіб. Така ситуація небажано впливає як на психоемоційний стан тих, хто обирає професію, так і на адекватність вибору майбутньої спеціальності, виходячи з власних потенційних можливостей. Це відчутно перешкоджає формуванню професійної спрямованості старшокласників, прояву їх самостійності під час вирішення питання про своє майбутнє. В ас-

пекті зазначеного вагомого значення набувають пошукування внутрішнього, у тому числі емоційного, світу сучасної молодшої людини, яка стає на шлях особистісного та професійного самовизначення. Відтак теоретична і практична своєчасність піднятої тематики дослідження зумовлена відсутністю в сучасній психології цілеспрямованих системних досліджень особливостей психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості, специфіки їх прояву на різних етапах її життєздійснення.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування цілісної концепції психологічного бар'єра у професійному самовизначенні особистості на засадах системного, діяльнісного та особистісного підходів, а також емпіричне вивчення названих бар'єрів й установлення умов їх подолання у системі психолого-педагогічного супроводу профорієнтаційної роботи.

Обрана мета зумовила такі загальні **завдання дослідження:**

1. Визначити теоретико-методологічні засади пізнання феномену “психологічний бар'єр”.

2. Охарактеризувати психологічні аспекти професійного самовизначення особистості.

3. Побудувати концептуальну модель психологічного бар'єра у професійному самовизначенні особистості.

4. Розробити комплекс психодіагностичних процедур та емпірично дослідити особливості психологічних бар'єрів, що виникають у професійному самовизначенні особистості.

5. Дослідити особливості прояву психологічних бар'єрів залежно від спрямованості особистості.

6. Розкрити особливості прояву психологічних бар'єрів залежно від інтелектуального розвитку особистості.

7. З'ясувати особливості прояву психологічних бар'єрів залежно від індивідуально-психологічних особливостей особистості.

8. Розробити та апробувати систему попередження та подолання психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості, що виникають в юнацькому віці.

Об'єктом дослідження є особливості виникнення, розвитку, функціонування і зникнення психологічних бар'єрів, а його **предметом** – психологічні бар'єри у професійному самовизначенні особистості, їх структура, механізми та стратегії подолання.

Основні гіпотези дослідження:

– психологічний бар'єр у професійному самовизначенні характеризує складний емо-

ційно-вольовий стан, котрий перешкоджає здійсненню наміру;

– причиною виникнення психологічного бар'єра є несприятливе передбачення особистістю процесу чи результату виконання запланованої дії;

– ознаками психологічного бар'єра є пасивність мотиву, несприятливі емоції для перетворення мотиву в активне спонукання, відсутність достатніх вольових зусиль, спрямованих на досягнення дієвості мотиву;

– механізм вироблення сприятливого передбачення у процесі професійного самовизначення полягає у взаємодії мотиву дії, раціональної та емоційної оцінок імовірності успіху і вольових зусиль; при цьому існують такі вірогідні варіанти взаємодії, які ведуть до формування сприятливого передбачення: мотив поєднується із позитивною емоційною оцінкою ситуації виконання майбутньої дії; мотив сполучається із позитивною раціональною оцінкою ситуації виконання майбутньої дії; вольові зусилля особистості нівелюють деструктивний вплив мотивації, раціональних та емоційних оцінок; в інших випадках формується несприятливе передбачення успішності дії, що спричиняє постання психологічного бар'єра;

– психологічний бар'єр у професійному самовизначенні змушує особистість до дій, спрямованих на його подолання; таке подолання уможливується різними стратегіями поведінки, а саме як мобілізація внутрішніх ресурсів для подолання бар'єра, відстрочка виконання дії для більш ґрунтовної підготовки, відмова від дії, або зміна мети, що зліквідує актуальність подолання бар'єра; неможливість подолати чи усунути вказаний бар'єр призводить до фрустрації, емоційної нестабільності та ін.

Основними методологічними і теоретичними засадами дослідження є положення системного (П.К. Анохін, В.О. Ганзен, Е.Г. Юдін та ін.), діяльнісного (О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн та ін.), особистісного (К.О. Абульханова-Славська, Г.О. Балл, Г.А. Берулава, В.Е. Пахальян, К.К. Платонов, В.В. Рибалка та ін.) підходів, а також теоретичні уявлення про професійне самовизначення особистості (М.М. Захаров, Л.О. Йовайша, Є.О. Климов, І.С. Кон, Г.С. Костюк, А.Д. Сазонов, В.Ф. Сахаров, В.В. Синявський, Г.П. Щедровицький, О.Я. Чибикін та ін.).

Вихідними теоретико-психологічними ідеями дослідження були: а) функціонально-

генетичний принцип у психології, що розглядає психіку в розвитку (Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн та ін.); б) теорія несвідомого в сучасній психології (А. Адлер, Н. Ф. Каліна, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Г. Юнг та ін.), що обґрунтовує відповідні чинники виникнення ускладнень у психічній діяльності особистості; в) теорія особистості і концепція мотивації діяльності (Б.Г. Ананьєв, О.М. Леонтєв, В.А. Роменець, Ю.М. Орлов, Б.О. Сосновський та ін.), що розкривають особистісну основу виникнення психологічних бар'єрів; г) психологічна теорія переживання (Ф.В. Басієн, Ф.Ю. Василюк, В.К. Вілюнас та ін.) як інтелектуально-вольового зусилля, спрямованого на відновлення психологічної рівноваги, втраченої в критичних умовах діяльності; д) ідеї М.Д. Левітова про те, що властивості особистості виникають із психічних станів, а утворені властивості стають умовою зародження нових станів; е) концепція емоційності та континуально-ієрархічний підхід до дослідження структури особистості (О.П. Саннікова), що виявляють чинники, які впливають на динаміку психологічних бар'єрів; концепція емоційної регуляції діяльності (О.Я. Чебикін), що з'ясовує механізми виникнення емоційних бар'єрів й висвітлює умови їх подолання та ін.

Методи дослідження. У роботі використовується комплекс методів, спрямованих на перевірку гіпотез і розв'язання поставлених завдань, а саме:

– *теоретичні*: аналіз психолого-педагогічної літератури з проблематики дослідження; вивчення й узагальнення вітчизняного та зарубіжного досвіду; системно-структурний аналіз як основний спосіб організації дослідження;

– *емпіричні*: спостереження, бесіда, анкетування, тестування, самозвіти обстежуваних, констатувальний і формувальний експерименти;

– *методи обробки та інтерпретації даних*: кореляційний та факторний аналіз, визначення достовірності відмінностей за t-критерієм Стьюдента.

До психодіагностичного комплексу увійшли як традиційні методики, так і процедури, що були спеціально розроблені для вирішення завдань дослідження. Передусім мовиться про спеціально розроблений нами “Тест-опитувальник для оцінки типу і ступеня вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості”, а також відповідна анкета. Крім того, для діагностики професійних інтересів особистості застосовувалась “Кар-

та інтересів” С.Я. Карпиловської; інтелектуальний розвиток вивчався за допомогою методики “Формулювання проблем” М.О. Холодної; риси характеру – “Фрайбурзького особистісного опитувальника” (FPI) форма “В”; рівень розвитку покликання – модифікованого нами “Тесту сенсожиттєвих орієнтацій” Д.О. Леонтєва.

Дослідженням охоплені учні загальноосвітніх шкіл № 5, 17, 43, 52, 105 міста Одеси, студенти Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського, учні Одеського педагогічного коледжу та професійно-технічних училищ, а також працівники державних і приватних підприємств міста Одеси. Всього в дослідженні, яке здійснювалось упродовж 1997–2008 років, взяло участь 1197 осіб (252 чоловіків та 945 жінок).

Виклад основного матеріалу дослідження. Відповідно до **першого завдання** висвітлена історія розробки проблематики бар'єрів у психології, проаналізовані теоретичні підходи до визначення психологічного змісту цього феномену. Зокрема, психологічні бар'єри на науковому рівні почали досліджуватися у ХХ столітті в контексті різних теорій особистості. Опосередковано вони виявлялися в лоні таких психічних явищ, як тривожність, фрустрація, активність, стрес, страх, психологічні конфлікти, психологічна готовність до діяльності, та інших внутрішніх перешкод, котрі ускладнюють діяльність особистості, порушують її психічну рівновагу. Найбільш відомими у цьому аспекті є психоаналітична теорія З. Фрейда та її інваріанти, запропоновані його послідовниками – А. Адлером, К. Юнгом, К. Хорні, А. Фройд; гуманістична концепція особистості К. Роджерса, теорії особистості Е. Берна і К. Левіна, когнітивна теорія особистості Дж. Келлі, а також концепції інших учених, які так чи інакше розглядали питання суб'єктивних труднощів особистості. Огляд цих та інших психологічних теорій і концепцій у зарубіжній психології показує, що, по-перше, психологічні бар'єри здатні виникати й розвиватися тільки з появою певних несприятливих умов розвитку особистості та її діяльності; по-друге, вони мають свої змістовні й динамічні характеристики; по-третє, існують різні способи подолання цих бар'єрів.

Серед вітчизняних дослідників, котрі висвітлювали різні аспекти проблематики психоло-

гічних бар'єрів особистості в контексті діяльнісного підходу назвемо Л.С. Виготського, Г.С. Костюка, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтьєва, М.Й. Боришевського та ін., а в лоні системного аналізу особистості – П.К. Анохіна, Л.І. Анциферову, В.О. Ганзена, Б.Ф. Ломова, Г.О. Балла, О.П. Саннікову. Загалом узагальнення цих та інших підходів до змістового обґрунтування психологічного бар'єра засвідчило різне їх розуміння у сфері людської психічної діяльності. Так, одні фахівці (О.Г. Барвенко, О.І. Белохвостова, А.О. Гончарова, В.Г. Казанська, Я.О. Луп'ян, В.В. Столін) відносили психологічні бар'єри до властивостей, інші (Х.М. Алієв, Є.П. Єрмолаєва, Р.С. Немов, М.А. Подимов) – до певного стану. У підсумку нами визначено такі підходи до розуміння психологічного бар'єра як особистісного явища.

Перший пов'язаний із позицією К.К. Платонова та його прихильників: пов'язує змістовну основу психологічного бар'єра з мотивом, вказуючи, що бар'єр – це мотив, який перешкоджає виконанню певної діяльності або дії. Другий ґрунтується на суто лінгвістичних підходах щодо уявлення про психологічний бар'єр як мовленнєвий конструкт (В.Т. Бусел, М.Д. Василега-Дерибас, О.В. Дмитрієв, Г.В. Латник, Г.В. Степенко та ін.). Скажімо, В.Т. Бусел тлумачить цей бар'єр як ускладнення, пов'язане із психічним станом, упередженням. Третій визначає психологічний бар'єр як психічний стан, котрий виявляється в неадекватній пасивності суб'єкта й перешкоджає виконанню ним тих чи інших дій (А.В. Петровський, М.Г. Ярошевський та ін.). Четвертий розглядає бар'єр як внутрішню перешкоду психологічної природи (небажання, страх, невпевненість тощо), що заважає людині успішно виконувати певні дії (Х.М. Алієв, Р.С. Немов, М.А. Подимов та ін.). П'ятий описує психологічний бар'єр, як негативний вплив минулого досвіду, котрий перешкоджає розумінню й правильній оцінці ситуації, фактів, закономірностей, вибору способу дій, стратегії здолання проблем чи технології впровадження інновацій (О.Г. Барвенко, О.І. Белохвостова, В.Г. Казанська, А.В. Фурман та ін.). Шостий обмежує власну індивідуальність і філософські переконання, які утримують від більш повного її виявлення (А.О. Гончарова, Я.О. Луп'ян, В.В. Столін та ін.). Отож загальною для всіх підходів у змісті психологічних бар'єрів є ознака “перешкода”.

Виконання **другого завдання** пов'язане з уточненням змісту поняття “професійне самовизначення”, зовнішніх і внутрішніх детермінант самовизначення як психологічного процесу. Констатуємо і тут наявність різних підходів: професійне самовизначення розглядається у контексті життєвого шляху особистості (Б.Г. Ананьєв, В.А. Роменець, Є.І. Головаха, Є.О. Климов, Т.М. Титаренко та ін.), вікового розвитку (Г.С. Костюк, Л.І. Божович, І.О. Кон), професійного становлення (Є.О. Климов, В.В. Чебишева, С.К. Шандрук та ін.). На наше переконання, *професійне самовизначення* – це своєрідна внутрішня активність особистості, метою якої є самореалізація власного потенціалу у певній сфері праці, мотивом – задоволення потреб, котрі пов'язані з майбутньою професійною діяльністю, діями та операціями – збір та аналіз профорієнтаційної інформації, прийняття рішень тощо. Все це сукупно становлять “деталі” бар'єра як психологічного механізму.

Умовно професійне самовизначення особистості слушно розмежувати на кілька етапів: перший (від 5 до 12 років) – формування позитивного ставлення до праці та різних професій; другий (від 13 до 14) – інтенсивний період становлення Я-концепції як базової внутрішньої умови особистісного і професійного самовизначення особистості; третій (від 15 до 16) – формування професійної спрямованості та придатності; після закінчення середньої школи (у 17 років) – прийняття рішення про вибір професії; четвертий (від 18 до 25) – період випробування свого вибору безпосередньо на робочому місці, який завершується остаточним самовизначенням, або повторним (у стислому варіанті) проходженням II–III етапів. Водночас з'ясовано, що зовнішніми детермінантами професійного самовизначення є об'єктивні умови вибору професії, до яких відносяться стан ринку праці, соціально-політична ситуація в країні, матеріальні можливості батьків, обставини праці, а також впливи батьків, навколишніх, засобів масової інформації, вимоги суспільства стосовно вступу юнацтва в “доросле” життя. Натомість внутрішні детермінанти вказаного самовизначення відображають суб'єктивні умови вибору професії, до яких належать інтереси, схильності, здібності, життєві позиції, досягнута ідентичність, самооцінка власних спроможностей, ціннісні орієнтації, моральність особистості, ступінь усвідомлення нею свого покликання.

Третє і четверте завдання дослідження спрямовані на побудову концептуальної моделі психологічного бар'єра у професійному самовизначенні особистості, а також на розкриття механізмів його функціонування, виникнення та усунення. Оскільки психологічні бар'єри діють як складні психічні стани, то це вказує на динамічне синтетичне поєднання психічних явищ, а саме станів, які пов'язані із пасивністю мотиву, емоціями, несприятливими для перетворення мотиву в дієвість, і які блокують раціональні доводи під час активізації внутрішнього вмотивування, унеможливають вольовим зусиллям досягнення діяльного утвердження мотиву. Власне так постає несприятливе передбачення особистістю ймовірності успіху бажаної дії, яке відіграє роль визначального у виникненні психологічного бар'єра. Прикладами таких бар'єрів у професійному самовизначенні є невизначеність у власних інтересах, розгубленість через незнання своїх можливостей, сумніви у правильності вибору, страх піти проти думки оточення, страх відповідальності та ін.

При побудові моделі психологічного бар'єра у професійному самовизначенні ми спиралися на поняття "критична точка", що використовується в логіко-математичних дослідженнях. У критичній точці відбувається якісна зміна характеристики явища. Останнє дозволило подати обстоювану модель у вигляді логічного виразу:

$$(M \leq K_M) \text{ and } (E \leq K_E) \text{ and } (P \leq K_P) \text{ and } (B \leq K_B),$$

де:

M – інтенсивність психічного стану, пов'язаного із силою мотиву;

K_M – критична точка сили мотиву; якщо мотив за своєю силою нижче критичної точки або дорівнює їй, то він є пасивним, якщо вище – дієвий.

E – інтенсивність емоцій, пов'язаних з можливістю їх впливу на перетворення мотиву з пасивного в дієвий;

K_E – критична точка інтенсивності сприятливих емоцій; сприятливі емоції за своєю інтенсивністю нижче критичної або дорівнюють їй нездатні активізувати мотив, тоді як вище – активізують мотив через механізм вироблення сприятливого передбачення стосовно бажаної дії.

P – інтенсивність психічного стану, пов'язаного з вагомістю раціональних доводів стосовно можливості перетворення мотиву із пасивного в дієвий;

K_P – критична точка вагомості раціональних доводів; раціональні доводи за своєю вагомістю нижче критичної точки або дорівнюють їй нездатні активізувати мотив, тоді як вище – активізують мотив (аналогічно механізму у випадку з емоціями).

B – інтенсивність психічного стану, пов'язаного з можливістю вольовим зусиллям перетворити мотив із пасивного на дієвий;

K_B – критична точка достатності вольового зусилля; вольові зусилля за своєю інтенсивністю нижче критичної точки або дорівнюють їй нездатні активізувати мотив, тоді як вище – сприяють його перетворенню із пасивного на дієвий (аналогічно механізму у випадку з емоціями).

Розглядаючи питання про особливості функціонування психологічного бар'єра, зауважимо, що воно набуває актуальності тільки з моменту, коли в особистості з'являється мотив до виконання певної дії. Механізм формування передбачення реалізується з допомогою емоційних, когнітивних, мотиваційних, вольових регуляторів діяльності. Можливі різні варіанти поєднання цих регуляторів (рис. 1). Дієвий мотив, головню завдяки своїй силі, формує сприятливе для дії передбачення. Якщо пасивний мотив сполучається з позитивною емоційною або раціональною оцінкою ситуації виконання бажаної дії, то це також веде до формування сприятливого передбачення. Протидіє формуванню несприятливого передбачення і варіант, пов'язаний з можливістю суб'єкта життєдіяння виявити вольове зусилля для створення сприятливого передбачення, всупереч мотиваційним, когнітивним чи емоційним впливам. В даному разі воля діє опосередковано через активізацію пошуку прийнятних раціональних або емоційних оцінок для посилення мотиву. Якщо вольове зусилля виявилось неефективним, то з'являється несприятливе передбачення і, як наслідок, виникає психологічний бар'єр у професійному самовизначенні особистості. Разом з тим на етапі формування передбачення особистість може відмовитися від наміченої діяльності. У цьому випадку психологічний бар'єр до відповідної діяльності не встигає сформуватися.

Оптимальна сила мотиву дії запобігає виникненню психологічних бар'єрів. А це означає, що при слабкому мотиві навіть незначні об'єктивні й суб'єктивні труднощі в майбутній дії, що відображені в емоційній і раціональній оцінках, викликають несприятливе передбачення, а відтак і психологічний бар'єр. Натомість надмірно сильний мотив діє як стресогенний фактор, який ускладнює виконання дії та сприяє виникненню психологічного бар'єра.

Механізм подолання психологічного бар'єра охоплює три стратегії поведінки особистості (рис. 2).

Перша – це мобілізація своїх можливостей для подолання психологічного бар'єра, друга – "відстрочка" для проведення більш ґрунтовної підготовки, що передбачає удоско-

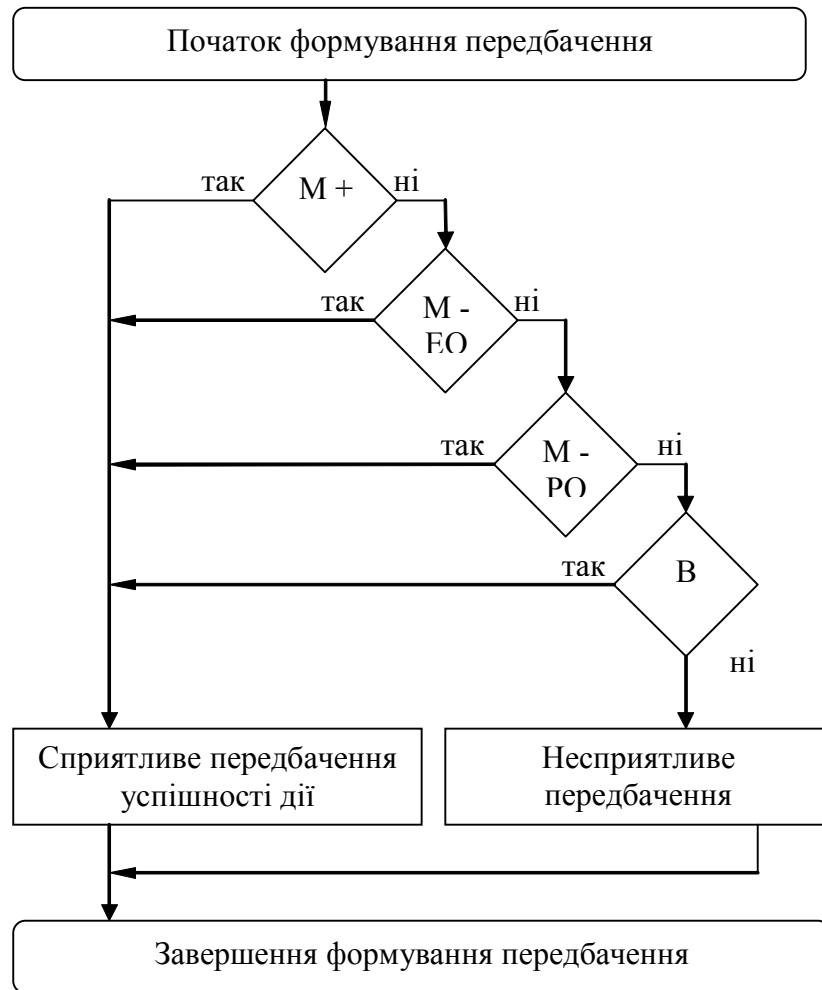


Рис. 1.

Психологічні механізми формування передбачення успішності дії у професійному самовизначенні особистості

Умовні позначки:

“М+” — мотив дієвий, “М-” — мотив пасивний, “РО” — сприятлива раціональна оцінка ймовірності успіху дії, “ЕО” — сприятлива емоційна оцінка, “В” — вольове зусилля, котре здатне підсилити мотив, незважаючи на несприятливі раціональні й емоційні оцінки.

налення потрібних для подолання бар’єра здібностей, знань, умінь тощо, третя – відмова від даної діяльності (дій), зміна цілі, коли його подолання стає для особи неактуальним. Якщо названі стратегії поведінки особистості в “бар’єрній” ситуації не дали змогу його подолати, то це імовірно призводить до фрустрації і до актуалізації потреби її здолання. У такий спосіб зліквідування суб’єктом діяльності психологічного бар’єра відбувається на рівні механізму зміни стану переживання бар’єра на переживання готовності діяти.

Дослідження особливостей прояву психологічних бар’єрів у професійному саморозвитку особи на емпіричному рівні здійсню-

валися в два етапи. Основне завдання першого полягало в розробці й апробації “Тесту-опитувальника для оцінки типу і ступеня вираженості психологічних бар’єрів у професійному самовизначенні особистості”. Цей діагностичний інструмент дозволяє виявляти як загальний рівень вираженості бар’єра, так і визначати домінуючі види бар’єрів в обстежуваних. Результати стандартизації запропонованої нами методики показали, що ретестова надійність, надійність вимірювального засобу діагностування, коефіцієнт константності та прагматична валідність відповідають стандартним вимогам до психодіагностичних процедур такого типу. Завданням другого етапу було

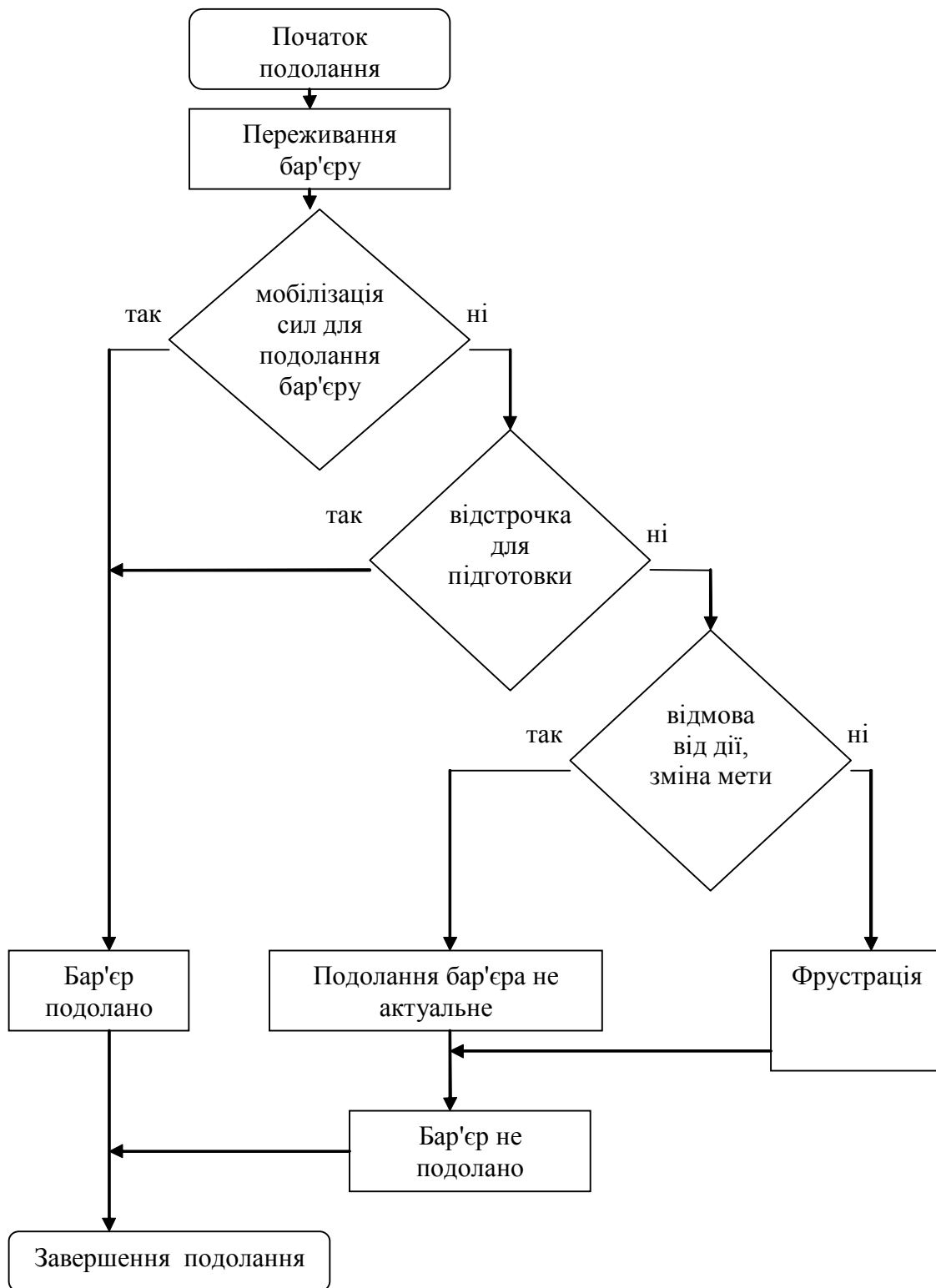


Рис. 2.
Механізм подолання психологічних бар'єрів

встановити рівні вираженості психологічних бар'єрів та їх види у професійному самовизначенні особистості з урахуванням віку й статі.

Аналіз первинних статистичних показників особистісної вираженості психологічних бар'єрів у професійному довікллі показав, що 26 %

від загальної кількості обстежуваних мають високий рівень вказаної вираженості, 49 % – помірний і 25 % – низький. Стосовно кожної вікової групи встановлено, що серед: 15-річних школярів 21 % становлять ті, котрим властивий високий рівень вираженості бар'єрів, 51 % – середній та 28 % – низький; 16-річних старшокласників 25 % – високий рівень, 50 % – середній та 25 % – низький; 17–18-річних обстежуваних 24 % – високий рівень, 45 % – середній і 31 % – низький; 21-річних 40 % – високу вираженість бар'єрів, 50 % – середню та 10 % – низьку; 22–27-річних 40 % – високу, 50 % – середню та 10 % – низьку; 28–39-річних 66 % – середню вираженість бар'єрів та 34 % – низьку; 41–52-річних 50 % – високу, 33 % – середню та 13 % – низьку оприявленість психологічних бар'єрів.

Розглядаючи розподіл обстежуваних різного віку залежно від ступеня вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні помічаємо, що їх нормальне розмежування з високою, середньою та низькою вираженістю фіксується у віковій групі з 15 до 18 років; причому середні вибіркові значення тут майже однакові для всіх обстежуваних. Хоча саме на цей період припадає вибір професії, проте більшість молоді намагається продовжити навчання після школи й обмежується вибором напрямку, не приділяючи уваги деталям, відкладаючи остаточний вибір на період завершення навчання у ВНЗ та інших спеціальних професійних закладах. Це певною мірою знімає відповідальність під час вибору професії після закінчення школи, а на перших курсах навчальних закладів студенти також не усвідомлюють самовідповідальності за своє професійне майбутнє. У 21-річних обстежуваних значно збільшується кількість осіб з високим рівнем вираженості психологічних бар'єрів. Це спричинено їх активним пошуком й випробовуванням себе під час професійного становлення. Така ж тенденція спостерігається і у 22–27-річних осіб, що вказує на зростання особистісної відповідальності за свій вибір напрямку реального втілення професійних намірів. Цікаво, що у 28–39-річних істотно знижується вираженість прояву психологічних бар'єрів, що пояснюється набуттям певної стабільності у професійному становленні, а відтак зменшується імовірність психологічних бар'єрів. Серед цієї вікової групи переважають особи зі середнім рівнем вираження останніх. На відміну від інших періодів, вік

28–39 є благополучним у плані вирішення проблем професійного самовизначення, тому зростає впевненість, яка протидіє виникненню психодуховних бар'єрів, хоча зрозуміло, що у цьому віці є як позитивний, так і негативний досвід у вирішенні життєвих проблем. Після сорока років значно підсилюється виразність психологічних бар'єрів в обстежуваних, що пов'язано з переоцінкою власних орієнтирів у професійному повсякденні і підвищеною відповідальністю за ті чи інші вибори у процесі професійного зrealізування.

Оцінюючи психологічні бар'єри в чоловіків і жінок, зазначимо, що в кожній групі переважна кількість обстежуваних виявила середній рівень вираженості бар'єрів. Проте у чоловіків частіше зустрічається середній і низький рівень, у жінок – середній і високий. Інакше кажучи, психологічні бар'єри у професійному самовизначенні мають місце в осіб різного віку (14–15, 16–19, 20–23, 24–30 років) і статі (чоловіки і жінки). Для вивчення цих відмінностей був застосований метод обчислення t-критерію Стюдента. Отримані дані емпіричних досліджень вказують на те, що обстежувані віком 20–23 років виявили значно вищий рівень вираженості психологічних бар'єрів порівняно з іншими віковими групами. Встановлено статистично значущі відмінності між цією групою та групами 14–15-літніх ($t = 2,25$; при $p < 0,05$) та 16–19-літніх ($t = 2,3$; при $p < 0,05$). При порівнянні інших досліджуваних груп за ступенем оприявлення психологічних бар'єрів суттєвих відмінностей не встановлено.

Встановлені факти пояснюються тим, що молодь віком 20–23 років зазнає труднощів, які пов'язані із вирішенням таких життєво важливих питань, як обрання напрямку подальшого професійного становлення після набуття освіти, створення власної родини, забезпечення кар'єри, вирішення завдань матеріального забезпечення тощо. Все це спричиняє часті стресові стани, які є умовою виникнення небажаних психологічних бар'єрів у тих чи інших складних ситуаціях, зокрема, й у професійному самовизначенні. У будь-якому разі психологічний бар'єр – це напружений умотивований психічний стан, який блокує виконання певної вчинкової дії у розгортанні цього процесу. Ступінь вираженості таких бар'єрів пов'язаний із специфічними для кожного вікового періоду умовами самовизначення особистості. Підвищена відпо-

відальність за вибір професії та високий рівень оприявлення психологічних загатів у професійному саморозвитку спостерігається в осіб віком 21–27, 40 років і старше.

Аналіз отриманих емпіричних даних дав змогу виокремити види психологічних бар'єрів та частоту (f) їхнього прояву в обстежуваних. Так, найбільша частота властива таким бар'єрам: “страх піти проти думки батьків” (f = 0,58); “страх критики з боку однолітків і навколишніх стосовно здійсненого вибору” (f = 0,49); “непевність у собі при виборі професії” (f = 0,38); “невизначеність професійних інтересів” (f = 0,36). До групи менш значимих бар'єрів відносяться такі: “стан сум'яття, який виникає через нестачу потрібної інформації про професію”, “сумнів у правильності вибору професії”, “побоювання того, що не витримаєш випробувань при освоєнні обраної професії”. Водночас стосовно частоти прояву видів психологічних бар'єрів у різних вікових групах встановлено, що одним із найбільш поширених психологічних бар'єрів у старшокласників є почуття страху у його різних формовиявах: “страх учинити помилку”, “страх не впоратися з освоєнням професії”, “страх перед майбутнім”, “страх відповідальності”. Обстежувані віком 26 років і старше сприймають себе як самостійні, вольові, обізнані, цілеспрямовані особистості, хоча у ситуації вибору професії чи зміни напрямку в кар'єрі їм властиво виявляти невпевненість, сумніви, страх перед невизначеністю обставин.

На основі узагальнення результатів теоретичного та емпіричного досліджень з'ясовано, що види психологічних бар'єрів розподіляються залежно від етапів професійного самовизначення наступним чином. На першому етапі (від 5 до 12 років) домінують “недостатня зацікавленість у виборі професії”, “невизначеність професійних інтересів”; на другому (від 13 до 14) – “сумнів в успіху здійснення планів щодо майбутньої професійної трудової діяльності”, “страх критики з боку однолітків і навколишніх про здійснений вибір”; третій (від 15 до 16) – “стан невизначеності через незнання своїх можливостей при виборі професії”, “стан сум'яття через нестачу потрібної інформації про професію”, “невизначеність професійних інтересів”; четвертий (17 років) – “невизначеність професійних інтересів”, “непевність у собі при виборі професії”, “страх критики з боку однолітків і навколишніх про вчинений вибір”, “страх піти проти

думки батьків”, “сильне переживання відповідальності при виборі професії”, “страх приймати самостійні рішення стосовно свого професійного майбутнього”, “страх припуститися помилки у виборі професії”, “страх перед невизначеністю свого професійного майбутнього”; п'ятий (від 18 до 25) – “сумнів в успіху здійснення планів щодо майбутньої професійної трудової діяльності”, “сумнів у правильності вибору професії”, “побоювання того, що не витримаєш випробувань при освоєнні обраної професії”, “тривога за нездатність подолати труднощі у професійній буденності”, “побоювання виявити особисту ініціативу у виборі професії”, “страх ризикувати у виборі професії”. Крім того, встановлено, що види психологічних бар'єрів причинно пов'язані насамперед із вольовою сферою особистості, далі за значущістю на їх перебіг впливають емоційна сфера і спрямованість особи. Серед причин ускладнення професійного самовизначення особистості особливе місце посідають висока відповідальність вибору, брак профорієнтаційної інформації, вплив оточення, невизначеність з професійними інтересами та схильностями.

Особливості прояву психологічних бар'єрів залежно від спрямованості особистості розглядалися у межах **п'ятого завдання дослідження**. Спрямованість визначалася як мотиваційна основа вказаного самовизначення, при цьому першочергово вивчалися провідні мотиваційні особливості, що внутрішньо зумовлюють постановку таких бар'єрів (передусім мовиться про потреби, мотиви, інтереси, ціннісні орієнтації тощо). Спрямованість, як відомо, становить предмет дослідження як вітчизняних (О.Ф. Лазурський, М.М. Ланге, Г.С. Костюк, Б.Ф. Ломов, В.С. Мерлін, П.Р. Чамата, В.А. Ромеєць), так і зарубіжних (А. Адлер, А. Маслоу, Г. Мюррей та ін.) вчених, котрі виявили її форми, види, структуру, зміст, рівні, типи. Показано, що зміст спрямованості особистості нерідко розглядається на рівні таких понять, як “світогляд”, “переконавання”, “ідеали”, “ціннісні орієнтації”, “цілі”, “мотиви”, “потреби”, “інтерес”, “схильності”, “устремління”, “наміри”, “бажання”, “потяги”, “установки”. Найбільш поширеним є розуміння спрямованості як сукупності стійких мотивів. До того ж у її структурі переважно функціонують три групи мотивів – гуманістичні (колективістичні), особисті, ділові. Водночас вона розподіляється на професійну, особистісну та інші види.

Структура окремого виду, скажімо, професійної спрямованості, на думку Б.Ф. Ломова, охоплює практичний (поведінковий), емоційний (афективний), когнітивний (пізнавальний, оцінний) компоненти. Аргументовано, що спрямованість може зумовлювати чутливість особистості до одних і стійкість до інших подій життя. Зокрема, належний рівень розвитку її профспрямованості оптимізує професійне самовизначення. Невиражена спрямованість, навпаки, ускладнює перебіг даного процесу. До її недоліків слід віднести невизначеність у професійних інтересах, ціннісних орієнтаціях, життєвих пріоритетах, невпорядкованість мотивації, неусвідомлення власного покликання і пов'язану з цим недостатню інтенсивність мотивації в контексті фахового самоствердження. Зазначене є умовою виникнення складнощів у професійному самовизначенні особистості, які виявляються через незацікавленість, апатію, лінощі, пасивність.

Таким чином, виникнення психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості внутрішньо залежить від домінантних потреб, світогляду, переконань, ідеалів, ціннісних орієнтацій конкретних цілей, мотивів та намірів, інтересів і схильностей, бажань і прагнень, потягів та установок, котрі організовані у форматі її професійної спрямованості. Саме це визначає силу мотивації особистості під час вирішення нею нагальних питань власного ділового самовизначення. Результати кореляційного аналізу виявили обернену залежність між розвитком професійних інтересів і виразністю психологічних бар'єрів ($r = -0,26$, при $p < 0,05$). Відтак високий рівень розвитку інтересу до професії позитивно впливає на стійкість особистості до виникнення психологічних бар'єрів у фаховому самовизначенні. Якщо людина усвідомила своє покликання, має стійкі інтереси, то здебільшого не зазнає психологічних бар'єрів під час вибору професії, або знаходить можливості для їх своєчасного подолання. Крім того, наявність стійких соціальних інтересів перешкоджає виникненню негативних станів особистості, які є умовою формування внутрішніх бар'єрів у професійному самовизначенні.

Шосте завдання дослідження було спрямоване на вивчення особливостей прояву психологічних бар'єрів залежно від інтелектуального розвитку особистості (Ж. Піаже, Д.Б. Богоявленська, А.В. Брушлінський, Б.М. Величковський, А.В. Фурман, М.О. Холодна та

ін.). Аналіз та узагальнення отриманих результатів підтвердив, що інтелектуальний розвиток виявляється через відносно стійку структуру розумових здібностей індивіда. Серед базових структур інтелекту, незалежних від культурних впливів, провідним є логічне мислення. До тестологічних моделей, що найбільше відповідають нашому предмету дослідження належать теоретичні концепції продуктивного, конвергентного та загального інтелекту. Загалом інтелектуальний розвиток – це здатність особистості справлятися з відповідними завданнями, ефективно долучатися до соціокультурного життя, успішно пристосовуватися та діяти у повсякденних проблемних ситуаціях. До подібних завдань можна віднести й здійснення професійного самовизначення. Тому інтелект постає як операційна основа такого самовизначення особистості. Інтегральним показником інтелектуального потенціалу людини є ментальний досвід, а саме його центральна ланка – сформованість понятійних структур. Зокрема, результати кореляційного аналізу вказують на залежність між розвитком інтелекту та виразністю психологічних бар'єрів ($r = -0,35$, при $p < 0,05$). А це означає, що високий інтелектуальний потенціал зумовлює процес нівелювання психологічних бар'єрів професійного самовизначення особистості.

Сьоме завдання дослідження передбачало вивчення прояву психологічних бар'єрів залежно від індивідуально-психологічних особливостей особистості, котрі, як відомо, впливають і на поведінку особистості під час вирішення питань професійного самовизначення, і на її уподобання, які актуалізуються у психозмістовому лоні цього процесу. Аналіз та узагальнення різних розробок (М.Д. Левітов, І.В. Страхов, О.Ф. Лазурський, Н.І. Рейнвальд, В. Райх та ін.) дав підстави розглядати характер як сукупність стійких індивідуальних особливостей людини, котрі виявляються в діяльності і спілкуванні, зумовлюючи типові для неї способи поведінки. Інакше кажучи, характерологічні особливості є поведінковою основою професійного самовизначення особистості, спричиняючи дію таких динамічних особливостей, як настирливість, рішучість, витривалість, сумлінність.

Залежність прояву психологічних бар'єрів від характеру полягає в тому, що його риси визначають вибірково чутливість особи до одних зовнішніх впливів і підвищену стійкість до інших. Нестійкість до певної ситуації

зумовлює виникнення особистісних бар'єрів. Безперечно, такі риси особистості, як тривожність, замкненість, сором'язливість, часто сприяють виникненню названих бар'єрів, котрі відображають психічні стани, опосередковані певними властивостями характеру людини. Так, мотиваційні бар'єри часто виникають в осіб з такими рисами характеру, як підозрілість, безвідповідальність, байдужність, недовірливість, неввічливість, нетерпимість, когнітивні – інтелектуальна причепливість, відсталість, обмеженість, непослідовність, повільність, емоційні – уразливість, запальність, недобррозичливість, істеричність, замкнутість, скутість, вольові – слабодухість, безініціативність, недбалість, нерішучість, невимогливість, непевність, невитриманість та ін. Отож риси характеру становлять особистісне підґрунтя для виникнення психологічних бар'єрів у відповідних ситуаціях.

Знання особливостей характеру осіб з високим рівнем вираженості психологічних бар'єрів у тій чи іншій діяльності дозволяє підібрати засоби впливу для попередження та усунення в них небажаних бар'єрів. Вочевидь серед рис характеру є такі, що зумовлюють вразливість особистості перед багатьма життєвими ситуаціями діяльності та спілкування, і такі, що уможливають збереження нею самовладання і врівноваженості. До провідних індивідуально-психологічних особливостей, котрі зумовлюють формування психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості належать високий самоконтроль, зовнішній локус контролю, конформність, нецілеспрямованість, несамостійність, сенситивність, обережність, стриманість, тривожність, чутливість, боязкість. Емпірично виявлявся характер зв'язку між рівнем вираженості психологічних бар'єрів обстежуваних і ступенем розвитку таких їх індивідуально-психологічних особливостей, як "маскулінність – фемінність", "емоційна лабільність", "спонтанна агресивність – реактивна агресивність", "екстра – інтроверсія", "дратівливість – урівноваженість", "депресивність – товариськість – невротичність", "сором'язливість – відкритість". Як показали результати кореляційного аналізу зворотній зв'язок виявлено між виразністю психологічних бар'єрів і такими властивостями обстежуваних: товариськість ($r = - 0,36$, при $p < 0,01$); урівноваженість ($r = - 0,24$, при $p < 0,01$); реактивна агресивність ($r = - 0,211$, при $p < 0,01$); екстравертованість ($r = - 0,218$,

при $p < 0,01$); маскулінність ($r = - 0,28$, при $p < 0,01$).

Отже, високий рівень розвитку зазначених властивостей сприяє зниженню рівня вираженості психологічних бар'єрів особи у складних життєвих ситуаціях. Якщо людина виявляє товариськість, екстравертована, мужня, то вона рідко зазнає особистісних бар'єрів у стресових ситуаціях, а бар'єри, якщо вони й виникають, – уміє їх долати. Серед розглянутих вище властивостей найбільше впливає на стійкість до виникнення небажаних психологічних бар'єрів товариськість ($r = - 0,36$, при $p < 0,01$), потім знаходяться маскулінність ($r = 0,28$, при $p < 0,01$), урівноваженість ($r = 0,24$, при $p < 0,01$), екстравертованість ($r = 0,218$, при $p < 0,01$), реактивна агресивність ($r = 0,211$, при $p < 0,01$). Прямий зв'язок також встановлено між вираженістю психологічних бар'єрів і такими властивостями обстежуваних: невротичність ($r = 0,32$, при $p < 0,01$), депресивність ($r = 0,303$, при $p < 0,01$), дратівливість ($r = 0,14$, при $p < 0,05$), сором'язливість ($r = 0,46$, при $p < 0,01$) інтроверсія ($r = 0,218$, при $p < 0,01$), емоційна лабільність ($r = 0,308$, при $p < 0,01$), фемінність ($r = 0,28$, при $p < 0,01$). Високий рівень розвитку зазначених властивостей є загальною внутрішньою умовою виникнення психологічних бар'єрів у діяльності особистості. Якщо людині притаманні невротичність, депресивність, дратівливість, сором'язливість, інтроверсія, емоційна лабільність, надмірна фемінність, то вона часто стикається з бар'єрами у складних життєвих ситуаціях. Найбільше сприяють виникненню цих бар'єрів сором'язливість ($r = 0,46$), невротичність ($r = 0,32$), емоційна лабільність ($r = 0,308$), депресивність ($r = 0,303$), фемінність ($r = 0,28$), інтроверсія ($r = 0,218$), дратівливість ($r = 0,14$). При цьому зв'язок між показниками "відкритість" і "вираженість" психологічних бар'єрів не виявлено ($r = 0,09$).

Виходячи з отриманих результатів, зазначимо, що особистісне підґрунтя для виникнення психологічних бар'єрів першочергово становлять такі властивості, як сором'язливість, товариськість, невротичність, рухливість нервової системи, емоційна лабільність, сила нервової системи, депресивність. Натомість протидіє виникненню вказаних бар'єрів товариськість. Помітно впливають на заіснування внутрішніх бар'єрів такі властивості особистості, як маскулінність, фемінність, урівно-

важеність, екстравертованість, інтровертованість, реактивна агресивність, дратівливість. Водночас достатній рівень розвитку зазначених властивостей протидіє виникненню психологічних бар'єрів. Винятком тут є дратівливість, інтровертованість та надмірна фемінність (особливо для чоловіків).

Серед обстежуваних нами виділені групи з високим, середнім та низьким рівнями вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні. Отримані результати факторного аналізу показали, що найбільший внесок серед факторів, що визначають індивідуально-психологічні особливості обстежуваних з високим рівнем оприявлення бар'єрів є показники, що мають відношення до нестриманості, агресивності, дратівливості (відсотковий показник від загальної дисперсії становить 19,7 %); на другому місці перебувають ті, які відносяться до сфери спілкування і відображають міжособистісні стосунки (18,9 %); на третьому – психологічні перешкоди, головним чином у спілкуванні (16,1 %) і на четвертому – емоційна лабільність, котра пов'язана з відвертістю та почуттєвою чутливістю особистості (13,4 %). Іншими словами, обстежуваним із високим рівнем унаявлення психологічних бар'єрів у професійному розвитку властиві схильність до виявлення роздратованості, агресивності, емоційної нестійкості, обмежені можливості в керуванні власними емоціями, передусім у стресових та проблемних ситуаціях. Ця група учасників експерименту часто зазнає психологічних бар'єрів, особливо у ситуаціях неформального спілкування. Певною мірою це пов'язано із їхньою високою емоційною чутливістю, відвертістю, незахищеністю, зокрема у соціальних стосунках. Встановлено, що наявність сталих професійних інтересів, усвідомлення свого покликання нівелює дію негативних властивостей і станів особистості й тим самим попереджає виникнення психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні.

До найбільш вагомого фактора, що інтегрує індивідуально-психологічні особливості обстежуваних з низьким рівнем оприявлення бар'єрів у професійному самоздійсненні особистості, відносяться емоційно-вольові риси характеру (відсотковий показник від загальної дисперсії становить 20,9 %); на другому місці перебуває її спрямованість, спонтанна активність, енергійність під час відстоювання власних інтересів і досягнення поставлених цілей

діяльності (14,7 %); на третьому – соціально-психологічна адаптованість (12,2 %) і на четвертому – комунікативні потреби і здібності особистості (10,2 %). Відтак стверджуємо, що обстежувані з низьким рівнем присутності у їхньому внутрішньому світі бар'єрів професійного характеру вміють вибудовувати стосунки з іншими, схильні до лідерства, мають комунікативну толерантність. У стресових ситуаціях виявляють самовладання, їх відрізняє товариськість, доброзичливість, стриманість. Серед ділових рис в них наявні енергійність, наполегливість, самостійність, надійність, упевненість у власних силах. Водночас у стресових ситуаціях вони виявляють підвищену агресивність. У цілому вони можуть успішно долати психологічні бар'єри у професійному самовизначенні та попереджати їх виникнення.

Відповідно до **восьмого завдання дослідження** визначалися психологічні умови подолання бар'єрів особистості у професійній сфері. Однією з базових умов тут є покликання, що становить предмет аналізу філософів, соціологів (М. Вебер, Ю.В. Глазков, М.М. Ланін, М. Лютер, Г.С. Сковорода та ін.), психологів (К.К. Платонов, Г. Крайг, Є.О. Климов, Т.О. Ковеліна, Л.Г. Перетятко та ін.), педагогів (Л.О. Грибова, Н.К. Степаненков та ін.). Окремі науковці (М. Вебер, К. Юнг, Є.О. Климов, К.К. Платонов, І.П. Маноха та ін.) підкреслюють, що покликання – це невід'ємний складник професійного самовизначення особистості, що пов'язаний із її спрямованістю та здібностями. Покликання ситуаційно переживається суб'єктом як відчуття свого призначення у певній сфері діяльності, котре супроводжується вмотивованістю та здібностями, чіткою визначеністю життєвих планів, близьких і перспективних цілей діяльності. Проведе емпіричне дослідження показало, що існує обернений кореляційний зв'язок між розвитком покликання й вираженістю психологічних бар'єрів ($r = -0,28$, $p < 0,05$). Інакше кажучи, високий рівень сформованості покликання зумовлює процес нівелювання психологічних бар'єрів професійного самовизначення особистості, й навпаки, відповідний рівень прояву цих бар'єрів негативно позначається на розвитку її покликання.

Стратегія подолання психологічних бар'єрів сутнісно базується на тому, що є два напрями досягнення оптимальних психічних станів під час професійного самовизначення особистості: перший пов'язаний із її самовихованням,

розглядається як профілактика виникнення небажаних внутрішніх перепон, другий – із проявом її саморегуляції задля усунення того бар'єру, що виник й функціонує актуально. Тому потрібно здійснення системи психолого-педагогічних засобів, які б позитивно вплинули на розвиток раціональної та емоційної складових оцінювання у процесі створення особою передбачень стосовно власних учинкових дій у напрямку професійного самовизначення. Передусім мовиться про профорієнтаційну роботу з молоддю, яка формує відповідні інтереси, а отже й уміння зваженого емоційного оцінювання ситуації, та поглиблює знання юні у світі професій й у царині власних спроможностей. Окрім того, попередження виникнення чи подолання вказаних бар'єрів часто відбувається шляхом формування психологічної готовності особистості рефлексивної “зустрічі” із цим процесом. Водночас постійне створення загального позитивного настрою попереджує виникнення бар'єрів та нівелює дію існуючих психологічних труднощів. Доведено, що психопрофілактична робота у цьому напрямку повинна передбачати: а) формування в особистості знань про природу психологічних бар'єрів; б) інформування її про засоби подолання бар'єрів з урахуванням індивідуальних особливостей людини; в) поради щодо різних настроїв задля нормалізації психічного стану; г) умови особистісного зростання; д) розвиток упевненості в собі; е) опанування прийомами подолання страху; є) формування психологічної готовності особистості до фахового самовизначення; ж) миследіяльне урельнення її покликання. Причому запропонована система є результативною, якщо особистість, по-перше, визначиться зі своїми професійними вподобаннями, усвідомить своє покликання; по-друге, навчиться у ситуації прийняття рішень мобілізувати себе; по-третє, досягне певного рівня соціальної і психокультурної зрілості.

Апробація цієї системи профілактики та усунення психологічних бар'єрів в професійному самовизначенні особистості здійснювалася під час проведення психолого-педагогічного формувального експерименту, мета якого полягала у підвищенні її психобар'єрної стійкості. Застосовувалися методи, спрямовані на удосконалення емоційно-вольових рис особистості, формування професійних інтересів і сприяння усвідомленню власного покликання щодо трудової діяльності, освоєння потрібних знань, умінь, норм і цінностей для

здійснення такої специфічної діяльності як професійне самовизначення; оволодіння прийомами попередження та усунення небажаних психологічних бар'єрів у професійному повсякденні.

Для проведення формувального експерименту були створені експериментальна і контрольна групи обстежуваних. У першій була застосована система профілактики та усунення психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні, в другій підготовка до такого самовизначення здійснювалася традиційним способом. До експерименту були задіяні обстежувані з високим рівнем вираженості особистісних бар'єрів віком 15–22 років.

Результати дослідження показали, що високі кількісні показники вираженості психологічних бар'єрів у професійному самоствердженні в експериментальній і контрольній групах до експерименту були майже ідентичні. Після проведення формувального експерименту кількісні показники прояву цих бар'єрів у названих групах змінилися (**табл.**). Зокрема, середні оцінки актуальності психологічних бар'єрів обстежуваних обох груп становлять відповідно 38,2 і 41,8 балів. Обчислення розходжень середніх оцінок представників експериментальної групи за t-критерієм Стьюдента виявило статистично значимі розходження ($t = 2,76$, при $p < 0,01$). У представників контрольної групи суттєвих змін за період проведення формувального експерименту не зафіксовано. Стандартне відхилення (σ) оцінок в експериментальній і контрольній групах після експерименту відповідно становить 4,8 і 4,7. Медіана дорівнює 39 і 41 бали. Мода складає 39 і 40 балів. До того ж виявлено відмінності за максимальними і мінімальними оцінками в обох групах: 46 і 28 балів – в експериментальній і 51 і 25 балів – у контрольній. Якщо до формувального експерименту обстежувані обох груп не мали істотних розбіжностей за середніми оцінками вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні, то після експерименту зафіксовано статистично значущу розбіжність ($t = 2,98$, при $p < 0,01$). Відтак результати експерименту показали, що взаємодоповнення психокорекційної та виховної роботи з експериментальною групою дало змогу відчутно знизити рівень оприявнення особистісних бар'єрів у фаховому самовизначенні його учасників. Очевидно, що цьому сприяло, по-перше, оволодіння ними прийомами впливу

*Вираженість психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні
в експериментальній і контрольній групах "до" і "після" формувального
психолого-педагогічного експерименту*

Статистичні показники	Експериментальна група		Контрольна група	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
$\bar{X}_{ар}$	41,01	38,2	42,6	41,8
σ	3,2	4,8	4,2	4,7
Me	40	39	41	41
Mo	39	39	40	40
max	54	46	54	51
min	38	28	38	25

на власні психічні стани і настрої; по-друге, усвідомлення своїх професійних інтересів і покликання; по-третє, оволодіння засобами аналізу складних життєвих ситуацій; по-четверте, психодуховне збагачення емоційно-вольових рис характеру та знаходження засобів компенсації недоліків з боку індивідуальних властивостей і суб'єктивних особливостей.

ВИСНОВКИ

У дослідженні визначені системно-методологічні, теоретико-концептуальні, модельно-динамічні та структурно-функціональні засади пізнання феноменології, закономірностей, механізмів і чинників перебігу психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості. На підставі теоретичного пошукування та емпіричної перевірки основних положень роботи сформульовані такі загальні висновки.

1. Доведено, що незважаючи на достатню актуальність як в теоретичному аспекті, так і в практичному, проблема психологічних бар'єрів людини вивчена недостатньо. Під психологічним бар'єром у професійному самовизначенні особистості розуміємо перешкоду на шляху психічної активності, що зумовлена як внутрішніми, так і зовнішніми особливостями під час досягнення нею мети свого фахового самореалізування. Такий бар'єр оприявнюється на рівні психоемоційних станів, які характеризуються напруженням, фрустрацією, невизначеністю, розгубленістю.

2. До структурних компонентів психологічного бар'єра у професійному самовизначенні особистості належать стани, котрі пов'язані, з одного боку, із пасивністю мотиву, неспри-

ятливими для удієвлення мотиву емоціями, браком раціональних доводів для активізації мотиву, неспроможністю вольових зусиль досягти дієвого уреальнення мотиву, з іншого – із високим напруженням, емоційною нестійкістю, переоцінкою чи недооцінкою своїх можливостей, невизначеністю мотивації, інтересів, захоплень.

3. Професійне самовизначення – це своєрідна внутрішня робота особистості, метою якої є самореалізація власного потенціалу у певній сфері праці, мотивом – задоволення потреб, які пов'язані з майбутньою професійною діяльністю, діями та операціями – збір та аналіз профорієнтаційної інформації, прийняття рішень, спосіб і стиль поведінки.

4. Серед низки особливостей розиткового функціонування психологічного бар'єра у професійному самовизначенні особистості одним з головних є такий: це – складний напружений мотиваційно зорієнтований психічний стан, який блокує виконання бажаної дії у ситуації набуття професійної інформації, автономності під час вибору професії, прийняття відповідних рішень.

5. Методологічно вивірене теоретичне пізнання психологічних бар'єрів дало змогу визначити вікові етапи професійного самовизначення і домогтися їх адекватного змістовлення. Зокрема, встановлено, що змістом першого етапу (від 5 до 12 років) є виховання у дитини ставлення до праці та різних професій; другого (від 13 до 14) – формування у підлітка самооцінки професійно важливих якостей, третього (від 15 до 16) – утвердження у юної особистості професійної спрямованості, четвертого (17 років) – прийняття нею рішення про вибір професії, п'ятого (від 18 до

25) – випробування кожною молодою особою свого вибору безпосередньо на робочому місці.

6. Основними компонентами механізму виникнення психологічних бар'єрів є несприятливе передбачення особистості щодо процесу чи наслідків діяльності, де мотив дії професійного самовизначення, раціональна та емоційна оцінки ймовірності успіху виконання дії і вольові зусилля впливають на формування такого передбачення. Психологічний механізм подолання бар'єра охоплює такі стратегії поведінки: мобілізацію внутрішніх ресурсів для подолання бар'єру; відстрочку виконання дії для більш ґрунтовної підготовки; відмову від дії, або зміну мети, що знеактуальнює подолання бар'єру. Неможливість подолати психологічний бар'єр призводить до фрустрації, емоційної нестабільності та ін., тому особистість може повторно вдаватися до дій, спрямованих на подолання внутрішнього бар'єру.

7. На основі емпіричних досліджень встановлено *види психологічних бар'єрів* у професійному самовизначенні особистості, які переважно зустрічаються на тому чи іншому його етапі. Зокрема, на першому етапі домінує “недостатня зацікавленість у виборі професії”, “невизначеність професійних інтересів”, на другому – “стан невизначеності через незнання своїх можливостей при виборі професії”, а також “стан сум'яття через нестачу потрібної інформації про професію”, на третьому – “сумнів в успіху здійснення планів щодо майбутньої професійної трудової діяльності” та “страх перед невизначеністю свого професійного майбутнього”, на четвертому – “сильне переживання відповідальності при виборі професії” й водночас “непевність у собі при виборі професії”, на п'ятому – “побоювання того, що не витримаєш випробувань при освоєнні обраної професії”, а також “острах ризикувати у виборі професії”.

8. Аналіз первинних статистичних показників вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні обстежуваних показав, що 26 % від їх загальної кількості виявили високий рівень вираженості бар'єрів, 49 % – помірний і 25 % – низький. При цьому найбільшу частоту прояву мають такі види психологічних бар'єрів, як “острах піти проти думки батьків” (частота 0,58), “страх критики з боку однолітків й навколишніх про здійснений вибір” (частота 0,49), “непевність у собі при виборі професії” (частота 0,38), “невизначеність професійних інтересів” (час-

тота 0,36). Менш актуальним для обстежуваних є бар'єр “страх учинити помилку” (частота 0,12). Ще менш важливі – “побоювання, що не впораються з опануванням професією”, “страх перед майбутнім”, “страх відповідальності” (відповідно 0,1; 0,07; 0,06). Також доведено, що психологічні бар'єри при виборі професії опосередковані переважно вольовою сферою особистості.

9. Встановлено, що вираженість психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості з віком істотно не змінюється. Водночас їх інтенсивність формовияву має свою специфіку. Так, більшість молоді віком від 15 до 18 років відкладають остаточний вибір професії на період завершення навчання у вищих та спеціальних професійних навчальних закладах, що знімає відповідальність з них під час вибору професії після закінчення школи і тим самим запобігає виникненню психологічних бар'єрів. У віковій категорії 21–27 років і 41–52 років відчутно збільшується кількість осіб із високим рівнем вираженості психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні, що вочевидь пов'язано зі зростанням відповідальності за свій вибір і втілення професійних намірів. У 28–39-річних суттєво знижується виразність прояву психологічних бар'єрів, що пояснюється набуттям певної стабільності у професійному становленні, а отже й зниженням інтенсивності фахового самовизначення і мінімізацією психологічних бар'єрів у лоні даного процесу.

10. Обґрунтовано обернену залежність між вираженістю психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні і розвитком професійних інтересів ($r = - 0,26$, при $p < 0,05$) та інтелекту ($r = - 0,35$, при $p < 0,05$). А це означає, що особистість, яка усвідомила своє покликання, має стійкі професійні інтереси, не зазнає психологічних бар'єрів під час вибору професії, а при їх виникненні знаходить можливості для їх подолання. Крім того, високий рівень інтелектуального розвитку зумовлює процес нівелювання психологічних бар'єрів у її професійному самовизначенні.

11. Доведено, що серед індивідуально-психологічних особливостей особистості найбільшою мірою протидіють виникненню психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні товарищів, жвавість, доброзичливість. Натомість сприяють їх виникненню – сором'язливість, невротичність, емоційна лабільність, депресивність та ін. Значно менше

впливають на прояв психологічних бар'єрів такі властивості, як маскулітність-фемінність, урівноваженість, екстра-інтроверсія, реактивна агресивність, дратівливість. Окрім того, особам із високим рівнем вираженості названих бар'єрів властиві роздратованість, агресивність, емоційна нестійкість, обмежені можливості у керуванні власними емоціями. Особи з низьким рівнем такої вираженості вміють вибудовувати стосунки з іншими, схильні до лідерства, виявляють комунікативну толерантність; у стресових ситуаціях виявляють самовладання, їх відрізняє товариськість, доброзичливість, стриманість. Серед ділових якостей, притаманних представникам даної групи, унааявлені енергійність, наполегливість, самостійність, надійність, упевненість у власних силах. Водночас у стресових ситуаціях вони можуть виявляти підвищену агресивність, мають змогу успішно долати психологічні бар'єри у професійному самовизначенні та попереджати їх виникнення.

12. Доведено, що умовами подолання бар'єрів у професійному самовизначенні особистості є пошук додаткової інформації, самовиховання вольових рис, набуття професійного досвіду, рефлексія свого покликання і призначення, формування психологічної готовності до професійного самоздійснення, психологічна підготовка до освітньої і фахової діяльності. Експериментально підтверджено, що рівень вираженості психологічних бар'єрів у професійному саморозвитку окремої індивідуальності істотно знижується завдяки оволодінню нею прийомами впливу на власні психічні стани, настрої, усвідомленню своїх професійних інтересів і покликання, оволодінню засобами аналізу складних життєвих ситуацій, удосконаленню емоційно-вольових рис характеру та знаходженню засобів компенсації недоліків з боку індивідуально-психологічних властивостей.

Дослідження психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості й використання виявлених закономірностей уможлиблює подальше збагачення *теорії психологічних бар'єрів* новими знаннями стосовно оптимізації вчинкового перебігу різних видів діяльності людини.

1. *Климов Е.А.* Введение в психологию труда / Е.А. Климов. – М.: “ЮНИТИ”, 1998. – 350 с.

2. *Куликов Л.В.* Проблема описания психических состояний (вступительная статья) // Психические состояния / сост. и общая ред. Л.В. Куликова. – СПб., 2000. – С. 11–42.

3. *Лазарус А.* Мысленным взором: образы как средство психотерапии / Арнольд Лазарус; пер. с англ. Е.В. Курдюковой. – М.: Класс, 2000. – 141 с.

4. *Массанов А.В.* Психологічні бар'єри в професійному самовизначенні особистості: [монографія] / Анатолій Вікторович Массанов. – Одеса: Видавець М. П. Черкасов, 2010. – 371 с.

5. *Подымов Н.А.* Психологические барьеры в педагогической деятельности: [монография] / Н.А. Подымов. – М.: Прометей, 1998. – 238 с.

6. *Проخورов А.О.* Психические состояния и их функции / А.О. Проخورов. – Казань: Изд-во Казанского пед. ин-та, 1994. – 168 с.

7. *Фурман А.В.* Идея професійного методологування: [монографія] / Анатолій Васильович Фурман. – Ялта-Тернопіль: Економічна думка, 2008. – 208 с.

8. *Шакуров Р.Х.* Барьер как категория и его роль в деятельности / Р.Х. Шакуров // Вопросы психологии. – 2001. – №1. – С. 3–18.

REFERENCES

1. *Klimov E.A.* Vvedenie v psikhologiyu truda / E.A. Klimov. – M.: “YUNITI”, 1998. – 350 s.

2. *Kulikov L.V.* Problema opisaniya psikhicheskikh sostoyaniy (vstupitel'naya stat'ya) // Psikhicheskie sostoyaniya / sost. i obshaya red. L.V. Kulikova. – SPb., 2000. – S. 11–42.

3. *Lazarus A.* Myslennim vzorom: obrazih kak sredstvo psikhoterapii / Arnold L Lazarus; per. s angl. E.V. Kurdyukovoy. – M.: Klass, 2000. – 141 s.

4. *Massanov A.V.* Psikhologichni bar'yery v profesijnomu samoviznachenni osobistosti: [monografiya] / Anatolij Viktorovich Massanov. – Odesa: Vidavec M. P. Cherkasov, 2010. – 371 s.

5. *Podimov N.A.* Psikhologicheskie barjerih v pedagogicheskoy deyatelnosti: [monografiya] / N.A. Podimov. – M.: Prometey, 1998. – 238 s.

6. *Prokhorov A.O.* Psikhicheskie sostoyaniya i ikh funktsii / A.O. Prokhorov. – Kazanj: Izd-vo Kazanskogo ped. in-tuta, 1994. – 168 s.

7. *Furman A.V.* Ideya profesijnogo metodologuvannya: [monografiya] / Anatolij Vasiljovich Furman. – Yalta-Ternopilj: Ekonomichna dumka, 2008. – 208 s.

8. *Shakurov R.Kh.* Barjer kak kategoriya i ego rolj v deyatelnosti / R.Kh. Shakurov // Voprosih psikhologii. – 2001. – №1. – S. 3–18.

АНОТАЦІЯ

Массанов Анатолій Вікторович.

Психологічні бар'єри у професійному самовизначенні особистості.

У статті на теоретико-методологічному рівні аналізу детально вивчена феноменологія психологічних бар'єрів людини. На засадах взаємодоповнення принципів діяльнісного, системного та особистісного підходів у психології обґрунтована авторська концепція психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості. Психологічний бар'єр розглянуто як системне явище, котре має структурні (мотиваційний, когнітивний, емоційний і вольовий рівні відображення бар'єрної ситуації), динамічні (механізми виникнення

бар'єрів) та функціональні (активізація психічної діяльності) характеристики. Встановлено основні етапи професійного самовизначення особи і притаманні кожному з них психологічні бар'єри. Емпірично, головню за допомогою авторської методики, досліджено особливості та закономірності формовияву психологічних бар'єрів у осіб різного віку і різної статі. Теоретично визначені й експериментально виявлені індивідуально-психологічні чинники розвитку названих бар'єрів. Подано програму профілактики та усунення психологічних бар'єрів у професійному самовизначенні особистості, презентовано позитивні результати її апробації з молоддю віком від 15 до 22 років.

Ключові слова: особистість, психологічний бар'єр, передбачення, переживання, професійне самовизначення, покликання, суб'єктивні труднощі, емоційна оцінка, раціональна оцінка.

АННОТАЦИЯ

Массанов Анатолий Викторович.

Психологические барьеры в профессиональном самоопределении личности.

В статье на теоретико-методологическом уровне анализа детально изучена феноменология психологических барьеров человека. На основании взаимодействия принципов деятельностного, системного и личностного подходов в психологии обоснована авторская концепция психологических барьеров в профессиональном самоопределении личности. Психологический барьер рассмотрен как системное явление, которое имеет структурные (мотивационный, когнитивный, эмоциональный и волевой уровни отражения барьерной ситуации и соответствующие им типы барьеров), динамические (механизмы развития и виды барьеров) и функциональные (активизация психической деятельности) характеристики.

Подробно рассмотрены механизмы возникновения психологических барьеров и особенности их функционирования в профессиональном самоопределении личности. Доказано, что формирование предвосхищения вероятности успеха будущего действия является базовым механизмом развития психологического барьера, а наличие последнего активизирует личность к действиям, направленным на его преодоление, которое осуществляется благодаря разным стратегиям поведения: мобилизации внутренних ресурсов для преодоления барьера; отсрочке выполнения действия для более основательной подготовки; отказу от действия или смене цели, которая делает преодоление барьера неактуальным. Вместе с тем невозможность преодолеть психологический барьер ведет к фрустрации, на фоне которой личность продолжает искать пути достижения цели самоопределения. Кроме того, в работе выявлены этапы профессионального самоопределения личности и присутствующие на каждом из них психологические барьеры. Эмпирически, главным образом с помощью авторской методики, исследованы особенности и закономірности проявления указанных барьеров у лиц разного возраста и пола. Теоретически определены и экспериментально выявлены инди-

видуально-психологические факторы развития этой разновидности барьеров. Представлена программа профилактики и устранения психологических барьеров в профессиональном самоопределении личности, которая включает приемы эмоционально-волевой саморегуляции, ориентированные на повышение эмоциональной устойчивости, и методы формирования профессиональных интересов и призвания личности.

Ключевые слова: личность, психологический барьер, предвосхищение, переживание, профессиональное самоопределение, призвание, субъективные трудности, эмоциональная оценка, рациональная оценка.

ANNOTATION

Massanov Anatoliy.

Psychological Barriers in Professional Self-Determination of Personality.

The article deals with the conceptual model of the psychological barrier in the activities of a personality. The psychological barrier is a complex intense motivational and orientation mental condition that blocks the realization of the desired action. The main component of the occurrence mechanism is unfavorable anticipation towards the process or the consequences of activity; when the motive of the professional self-determination activity, the rational and emotional assessments of the probability of successful implementation of the action and conations affect on the formation of anticipation. By its nature, the psychological barrier this psychic state that takes into account a complex of psychological phenomena. Among them: mental state caused by the passivity of the motive of desired action; emotional distress; rational arguments; conations that are not able (with a help of mechanism of forming positive anticipation) to turn a motive into effective one. There are some states that related to the structural components of psychological barrier in professional self-determination. On the one hand they are connected with the passivity of the motive; emotions that are unfavorable for the conversion the motive into effective one; lack of rational arguments for the motive activation; inability to achieve the effectiveness of the motive with the help of the conation. On the other hand these states are associated with a high tension, emotional instability, overestimation or underestimation of own abilities, the uncertainty of motivation, interests and hobbies. Psychological mechanism of the overcoming the barrier covers such behavioral strategies as: mobilizing inner resources for the overcoming the barrier; the deferment of the action realization for the thorough preparation; the rejection from the action, or changing the purpose that makes the overcoming the barrier is no longer relevant. Inability to overcome the psychological barrier leads to frustration, emotional instability and so on. In this state a person may repeatedly make some actions aimed at the overcoming of the psychological barrier.

Keywords: personality, a psychological barrier, an anticipation, experience, subjective difficulties, professional self-determination, an emotional estimation, a rational estimation.

Надійшла до редакції 23.12.2013.