

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

Представлено теоретичний аналіз смисложиттєвих орієнтацій практичного психолога, що являють собою цілісну систему свідомих і вибіркових зв'язків, наявність життєвих цілей, усвідомленість вибору й оцінок, задоволеність життям і професійною самореалізацією.

Ключові слова: *сєнс життя, смисложиттєві орієнтації, особистісно-сміслова сфера, практичний психолог.*

Постановка проблеми

Вступ. Ціннісно-сміслові орієнтації кожної особистості є однією з найважливіших загальнонаукових проблем, їх значущість визначається тим, що вони виконують функції регуляторів поведінки та виявляються у всіх сферах діяльності, зокрема й професійній.

Для кожної певної професійної групи характерний свій сєнс діяльності, своя система цінностей. Успішність професійної діяльності практичного психолога, розвиток його як професіонала, багато в чому залежить від наявності або відсутності діяльнісно-сміислової єдності, яка полягає у відповідності професійних та особистісних цінностей. Вказана проблема є особливо актуальною у процесі дослідження професійної діяльності практичного психолога.

Відомо, що смисложиттєві орієнтації не залишаються незмінними протягом усього життя людини, вони змінюються внаслідок її професійної діяльності. Особливості динаміки змін ціннісно-сміслових орієнтацій практичних психологів ще є недостатньо вивчені.

Мета статті — теоретично обґрунтувати особливості ціннісних смисложиттєвих орієнтацій особистості, визначити їх сутність і місце в процесі особистісного та професійного функціонування практичного психолога діяльності.

Виклад основного матеріалу

Аналіз проблеми смисложиттєвих орієнтацій практичного психолога передбачає визначення психологічної сутності поняття «сєнс».

Розглянемо *основні теоретичні підходи до дослідження проблеми сєнсу*. Зазначимо, що всебічний аналіз такого феномену, як сєнс, є дуже важливою задачею, але вважаємо за необхідне насамперед розглянути саме ті його особливості, які допомагають ширше висвітлити зміст, характер і специфіку смисложиттєвих орієнтацій практичного психолога.

Відповідно до *філософського підходу*, сєнс — це філософська категорія, що відображає фундаментальну проблему існування людини як унікальної, активної і творчої особистості [11].

Філософи Г. Гегель [11] і І. Кант [11] сєнс життя визначають як стійку, помітну спрямованість моральної свідомості, що безпосередньо виявляється у соціальній діяльності особистості чи суспільної групи і має соціальну цінність. Сєнс життя зумовлює провідні ціннісні орієнтації і стратегічні цілі як граничні підвалини вибору способу

життя. Виходячи з цього, *сенси* — це індивідуальний вибір сенсу життя, відображення у свідомості людини об'єктивних основ людського буття, подолання суперечностей між вимогами суспільного ідеалу і змістом власної діяльності, суб'єктивними задумками й об'єктивними результатами і, нарешті, рівень розуміння й обґрунтування свого призначення і покликання, визначення цілей і перспективи власної життєдіяльності у контексті життя суспільства, соціальної групи, референтного оточення.

У психології можна виокремити декілька підходів до розуміння феномену *сенсу*. По-перше, категорія сенсу розглянуто в межах *психоаналітичного підходу* (А. Адлер [1], Д. Лесонт'єв [6], Ч. Райкрофт [2], Ф. Франкл [10], З. Фрейд [12], Е. Фром [2] та ін.).

З. Фрейд розглядає природу сенсу, з одного боку, як людську поведінку, яка має певний (явний) сенс, з іншого боку, цей сенс детермінований первинним (схованим), істинним сенсом [12].

Поведінка людини вважається повністю детермінованою біологічною основою. А сенс є лише якоюсь ширмою, що приховує дійсну причину дій людини [12]. З. Фрейд стверджував, що будь-яка активність людини визначається інстинктами. Вплив останніх на поведінку може бути як прямим, так і непрямим, замаскованим. Люди поводяться так або інакше тому, що їх спонукає несвідома напруга — їх дії служать цілі зменшення цієї напруги. Інстинкти, як такі, є кінцевими причинами будь-якої активності [12].

Основні досягнення в розробленні поняття «сенс» в межах психоаналітичного підходу були пов'язані з іменем А. Адлера [1]. В його працях це поняття стало центральним. В його індивідуальній психології в центрі уваги стоїть проблема цілеорієнтованості поведінки людини, осмисленості життя. У всіх проявах особистості провідною є така якість, як реалізація життєвої мети та сенсу життя.

Сенс життя має виключно індивідуальний характер, відображений у всіх психічних процесах, характері, поведінці та має певну структуру [1]. Кожен індивідуум виробляє свою специфічну життєву ціль, яка і направляє його життя. На життєву ціль впливає життєвий досвід особистості, цінності, стосунки, особливості самої людини. Розуміння мети життя робить для нас можливим розуміння схованого сенсу, який лежить в основі різних дій.

Отже, у А. Адлера сенс життя має індивідуальне, неповторне наповнення, яке можна зрозуміти, тільки комплексно розглядаючи власні смисли дій стосовно життєвих цілей. При цьому самі життєві цілі, які направляють і мотивують людину, формуються в ранньому дитинстві та залишаються в основному несвідомими.

На відміну від А. Адлера, В. Франкл [10] вважає, що отримання і реалізація сенсу виступають як завдання, що постають перед людиною, на розв'язання яких вона направляє всі свої зусилля, причому успіх в їх рішенні негарантований.

Вчений стверджує, що поки життя осмислене, люди схильні роздумувати про його сенс відносно мало. Але як тільки виникає недостатність або відсутність сенсу, проблема сенсу починає грати важливу роль у свідомості й самовираженні особистості. Падіння старих ідеалів, відсутність сенсу означає екзистенційну фрустрацію, яка породжує у людини стан, названий В. Франклом «екзистенційним вакуумом». Як провідна рушійна сила людина має прагнути знайти та виконати сенс свого життя. В. Франкл вважає, що «для того, щоб жити й активно діяти, людина повинна вірити в сенс, яким наділені її вчинки» [10].

Сенс, на думку В. Франкла, не абстрактний, він тісно пов'язаний з конкретними ситуаціями. Кожна окремо взята ситуація несе в собі свій сенс, різний для різних людей, але водночас істинний для кожного. Сенс міняється не тільки від особистості до особистості, а й від ситуації до ситуації. Сенс об'єктивний, людина не винаходить його, а знаходить у світі, в реальній дійсності, саме тому він виступає для людини цінністю і вимагає своєї реалізації. Совість, за вченням В. Франкла, — смисловий орган, що допомагає людині у віднаходженні сенсів. Совість володіє здатністю відшукувати єдиний сенс, що зберігається в кожній ситуації [10].

Смислова сфера спрямовує поведінку людини, визначає розвиток особистості, її інтереси, вибір життєвого шляху, самовизначення особистості, актуалізуючи її потенціал у прогнозуванні майбутнього. Д. Леонт'єв визначає смислову сферу особистості, як організовану сукупність смислових утворень і зв'язків між ними, що забезпечує смислову регуляцію цілісної життєдіяльності суб'єкта у всіх аспектах [6].

Аналітичний підхід (К. Юнг [2] та ін.) визначає сенс як задачу, яку людина розв'язує в процесі індивідуалізації. Пошук свого індивідуального сенсу є свого роду потреба, призначення, для набуття сенсу (осмислення свого призначення) людині потрібно прагнути до цілісності, постійно долати життєві труднощі й особистісні протиріччя.

У межах *біхевіористичного підходу* (Ж. Нюттен [9], С. Мадді [14], Б. Скінер [2], Е. Торндайк [2] та ін.) сенс, як наукове поняття, взагалі виключений із термінології. Це, насамперед, пов'язано з запереченням представників усіх суб'єктивних факторів, які не піддаються безпосередньому спостереженню. Такі психологічні категорії, як: відчуття, сприйняття, потяги, мислення та емоції — виносяться за межі наукового аналізу. Сенсом є поведінка, рухомою силою якої є «інстинкти, які надані людині природою, та ідеї, які сприйняті ним завдяки вихованню» [2, 171].

Бельгійський психолог Ж. Нюттен [9] переконаний, що поведінка людини співвідноситься з осмисленою ситуацією. Об'єкти, що оточують нас, на його думку, осмислені. Сенс конструюється відношенням між ситуацією та мотивацією. Витоки сенсів слід шукати в актуальних поведінкових структурах. Саме в процесі опрацювання інформації людиною конструюються осмислені ситуації. Ж. Нюттен у своєму вченні наголошує на прагненні людини будувати систему уявлень Всесвіту та свого місця в ній. Саме в контексті цієї системи уявлень про світ поняття «сенс» для людей набуває того або іншого значення.

За смислові детермінанти поведінки у Е. Торнклайка виступають асоціації — незалежні від свідомості рухові реакції організму, які мають інтелектуальну природу, оскільки направлені на розв'язання задачі, справитися з якою організм не може, якщо він використовує тільки наявний запас асоціацій [2].

С. Мадді [14] майже не пояснює, що таке сенс, проте відводить йому роль вищого інтеграційного початку. Згідно з його теорією, у людини існує природжена потреба в пошуках сенсу — знаходження сенсу забезпечується завдяки основним психологічним потребам. Різні співвідношення фізіологічних, соціальних і психологічних потреб лежить у підставі виділення С. Мадді двох шляхів розвитку особистості: конформістського й індивідуалістичного. На його думку, індивідуаліст характеризується розвиненими психологічними потребами. Саме це забезпечує йому можливість розуміти й контролювати соціальні та біологічні спонуки. Така людина

володіє власним сенсом і проходить свій життєвий шлях, будучи в змозі контролювати своє життя, тобто є господарем своєї долі. Конформіст сприймає себе й інших, як втілення соціальних ролей і біологічних потреб, і не більш того. Психологічні потреби для нього є джерелом тривоги, і він прагне подавити їх. За вченням С. Мадді, конформіст приймає сенс, що накладається на нього суспільством і власним тілом, без щонайменшого вибору. Така людина схильна до стресів, які здатні похитнути смисловою орієнтацією. Так або інакше людина встає на один з двох шляхів розвитку і, роблячи вибір, створює сенс свого життя.

Отже, сенсом володіють елементи та факти об'єктивної реальності, які визначають поведінку. Сенс окремих об'єктивних ознак та фактів засвоюються індивідуумом під час навчання та у вигляді асоціацій детермінує дії або поведінку в цілому. Інакше кажучи, сама людина та його поведінка володіють не самими смислами, а певними знаннями про смисли, які в процесі поведінки виступають у вигляді ціннісних понять.

Соціально-когнітивний підхід (А. Бандура [3], Б. Братусь [4], Ф. Василюк [5], А. Маслоу [8], В. Франкл [10] та інші) притримується погляду на людину як на активну істоту, яка використовує когнітивні процеси, смислові утворення для того, щоб вибирати ціленаправлені дії та взаємодіяти з іншими людьми.

Важливими характеристиками особистості, які впливають на поведінку, є саморегуляція та самоефективність, які функціонують під час впливу трьох необхідних умов: самоспостереження, процес судження та активна реакція на себе [3]. Всі ці процеси здійснюються завдяки зовнішнім зразкам для порівняння та згідно з внутрішніми особистісними стандартами. Крім того, дані процеси детерміновані цінністю, яку людина надає своїй діяльності, та реакціями самооцінки.

Загальні смислові утворення, що є, на думку Б. Братуся [4], основними констатованими одиницями свідомості особистості, визначають основні та відносно постійні відношення людини до основних сфер життя — до світу, інших людей, самого себе. За його словами, смислові системи «несуть в собі функціональні віддзеркалення, перетворення дійсності, скріплення різнорідних приватних інтересів, сенсів, що пролягають далі, в єдиний, такий, що визначає суть та призначення людини, погляд на самого себе та на навколишнє життя» [4]. Людина має справу не з одним сенсом, а зі складною ієрархією динамічних смислових систем. Смилова сфера особистості має такі рівні:

Нульовий рівень — це власне прагматичні, ситуативні сенси, які визначаються конкретною логікою досягнення мети в конкретних умовах. Такий сенс навряд чи можна назвати особистісним, настільки він прив'язаний до ситуації, виконуючи службову регулятивну роль в її усвідомленні.

Перший рівень особистісно-смилової сфери — егоцентричний рівень, в якому початковим моментом є зручність, особиста вигода, престижність і т.п. При цьому і люди розглядаються як зручні, «хороші», якщо допомагають, або якщо перешкоджають їх здійсненню, як «погані», вороги. Цей рівень іноді може представлятися як вельми привабливий, якщо люди мають піднесені наміри, такі як: самовдосконалення, — самоактуалізація особистості [4; 8].

В. Франкл у своїх працях переконував, що самоактуалізація не досягається, коли вона сама стає метою.

Другий рівень — групоцентричний; визначальним смисловим моментом ставлення до дійсності на цьому рівні стає близьке оточення людини, група яку він або

ототожнює з собою, або ставить її вище за себе в своїх інтересах і прагненнях. Ставлення до іншої людини істотно залежить при цьому від того, чи є вона членом «своєї» або «чужої» групи.

Третій рівень, який включає колективістську, суспільну та свою вищу ступінь загальнолюдських смислових орієнтацій можна назвати просоціальним. На відміну від попереднього, де смислова особистісна спрямованість обмежена користо, добробутом, зміцненням позицій щодо замкнутої групи, просоціальний рівень характеризується внутрішньою смисловою спрямованістю людини на створення таких результатів, які принесуть рівне благо іншим, навіть особисто йому їй незнайомим, «чужим» людям, суспільству, людству в цілому [4].

Якщо на першому рівні людина виступає як річ, як підніжжя його центричних бажань, а на другому рівні інші діляться на круг «своїх», що володіють самоцінністю, та «чужих», її позбавлених, то на третьому рівні принцип самоцінності стає загальним, та, напевне, єдиним вірним напрямом, без якого неможливий нормальний розвиток особистості.

Як відзначає Ф. Василюк [5], хоча сенс і сам по собі існує, він втілюється в такій формі, як «смислове майбутнє». Очевидно, що сенс не може існувати поза контекстом особистісного розвитку, перспектив, майбутнього, яке вчений образно називає «будинком» сенсу. За його словами, «смислове майбутнє» є віддзеркаленням, творенням ставлення сенсу до реальності, дійсності.

Сенс, як цілісна сукупність життєвих відносин, у Ф. Василюка є свого роду продуктом мотиваційно-ціннісної системи особистості. Функцією мотивує сенсоутворення, і, тим самим, направлення та спонукання поведінки людини. Система цінностей виступає в цьому випадку як «психологічний орган» вимірювання та зіставлення міри значущості мотивів. Вчений вважає, що в процесі розвитку особистості цінності зазнають певної еволюції. Спочатку вони існують тільки у вигляді емоційних реакцій на їх утворення або порушення. Згодом цінності послідовно набувають форми «знаючих» мотивів, сенсоутворювальних та одночасно сенсоутворювальних і реально діючих.

Одночасно в процесі на придбання нових мотиваційних якостей відбувається свого роду стрибок у ступені усвідомленості цінностей, внаслідок якого «цінність з «видимого», з об'єкта перетворюється на те, завдяки чому бачиться все інше, — у внутрішнє смислове світло» [5]. Отже, цінність, ставши реальним мотивом та будучи джерелом свідомості буття, веде до особистісного зростання та вдосконалення, цінність внутрішньо освітлює все життя людини, наповнюючи його простотою та справжньою свободою. Цінність усвідомлюється людиною кожен раз, коли сенс має для неї принципову важливість. Сенс — це певне ставлення суб'єкта до явищ об'єктивної дійсності, до змін навколишнього світу, власної діяльності та вчинків інших, до результатів творчості, до краси навколишнього світу. Прагнення людини до сенсу виступає однією з найважливіших потреб людини, задоволення якої визначається здатністю взяти на себе відповідальність, вірою у власну здатність здійснювати контроль над своїм життям. Ключовим показником наявності особистісного сенсу є свідомість життя. Осмислення життя визначається як свідомість минулого, сьогодення та майбутнього, як наявність мети в житті, як переживання індивідом онтологічної значущості

життя. Сенс життя є необхідною та достатньою умовою гармонійного розвитку людини, що безперервно і творчо розвивається [13].

Серед різноманітних видів діяльності особистості — професійна займає особливе місце. Утворюючи основну форму активності суб'єкта, вона акумулює в собі головні характеристики основного виду діяльності людини — соціально обумовленої, усвідомленої, цілеспрямованої праці. У процесі професійної діяльності людина неминує вступає в соціальні відносини, які опосередковують динаміку смисложиттєвих орієнтацій через нові зв'язки й стимулюють розвиток особистості. При позитивній мотивації суб'єкта (насамперед, осмисленої) цілісний процес професійної діяльності обумовлює формування, розвиток і ефективну реалізацію особистісних характеристик, що визначають структуру професійно-значущих якостей (ПЗЯ) певної професії, і накладає помітний відбиток на весь вигляд людини: психомоторику, стереотипи мови й мислення, установки й ціннісні орієнтації. Увесь цей комплекс особистісних новоутворень виражається в професійному баченні миру, центральнотвірним ядром якого, за нашим переконанням, є система особистісних змістів професіонала, рівень функціонування якої й визначає ставлення людини до характеру, процесу, спрямованості й результату діяльності. Саме особистісні змісти, що функціонують на ціннісно-вагомому рівні, вказують на ставлення людини до професійної діяльності як невід'ємної частини його життя, що визначає його статус у суспільстві.

Кожній певній професійній групі властивий свій зміст діяльності, своя система цінностей, яка обумовлена, насамперед, спрямованістю діяльності на її об'єкт. У цьому зв'язку великий інтерес представляють професійні групи, чия діяльність як форма самореалізації особистості обумовлена морально-етичними принципами стосовно свого об'єкта, тобто професії, що мають деонтологічний статус. Класичним прикладом такого виду професій є практична діяльність психолога, яка специфічна, насамперед, колом своїх завдань, обумовлених взаємодією фахівця з найширшим спектром явищ навколишньої соціальної дійсності (від політичних, економічних, культурних перетворень у суспільстві й техногенних катастроф до конкретних життєвих труднощів окремої людини). У процесі своєї діяльності психологу доводиться зустрічатися з різними віковими, соціальними, культурними категоріями людей, однак об'єктом його діяльності завжди залишається індивідуальність людини, що звернулася за допомогою до фахівця як до компетентного в його життєвих труднощах, при цьому слід ураховувати, що у такій взаємодії сам психолог стає елементом близького оточення цієї людини. Усе це вимагає від психолога особливих індивідуальних якостей, світогляду, системи цінностей і, насамперед, осмисленого, інтерналізованого ставлення до себе як до суб'єкта професійної діяльності.

Особистісні сенси, що виражають ставлення до професійної діяльності, проявляються, закріплюються й коректуються в процесі самої діяльності. Функціонування системи особистісних сенсів і професійна діяльність взаємодетерміновані й у комплексі обумовлюють цілісний процес особистісного розвитку професіонала. З одного боку, ставлення до професійно-трудої діяльності й середовища формується на основі системи особистісних сенсів людини, обумовлених минулим досвідом, усвідомлювана частина якої існує у вигляді ціннісних орієнтацій, що виражають життєві перспективи, з іншого боку, сам процес особистої участі в професійній діяльності й взаємодії із професійним середовищем впливає на систему особистісних сенсів, обумовлюючи

адекватний діяльності рівень її функціонування. Водночас адекватність рівня функціонування системи особистісних сенсів, характеру й спрямованості професійної діяльності виражена в осмисленому ставленні до цих елементів дійсності й до себе як суб'єкта цього ставлення, обумовлює прояв особистісних характеристик, необхідних для ефективної діяльності.

Висновки

За результатами теоретичного аналізу літератури визначено низку підходів до дослідження проблеми сенсу: а) *філософський підхід* розглядає сенс як філософську категорію, що відображає фундаментальну проблему існування людини як унікальної, активної і творчої особистості; б) *психоаналітичний підхід*, за яким сенс має виключно індивідуальний характер, відображений у всіх психічних процесах, характері, поведінці та має певну структуру; в) *біхевіористичний підхід*, за яким визначається, що сенс окремих об'єктивних ознак і фактів засвоюються індивідумом під час навчання та у вигляді асоціацій, детермінує дії або поведінку в цілому; г) *соціально-когнітивний підхід* визначає сенс як певне ставлення суб'єкта до явищ об'єктивної дійсності, до змін навколишнього світу, власної діяльності та вчинків інших, до результатів творчості, до краси навколишнього світу.

Отже, всі аспекти сенсу життя людини і безпосередньо практичного психолога, пов'язані з цінностями. Усвідомлення цінностей породжує ціннісні уявлення, а на основі ціннісних уявлень створюються ціннісні орієнтації, які, у свою чергу, і є усвідомлюваною частиною системи особистісних сенсів. На цій підставі подальшим етапом нашої роботи буде аналіз проблеми ціннісних орієнтацій практичного психолога.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. — М., 1993. — 175 с.
2. Андреева Г. М. Зарубежная социальная психология XX столетия. Теоретические подходы: учеб. пособие для вузов / Г. М. Андреева, Н. Н. Богомолова, Л. А. Петровская. — М. : Аспект Пресс, 2002. — 287 с.
3. Бахтин М. М. Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. — М., 1979. — 423 с.
4. Братусь Б. С. Аномалии личности / Б. С. Братусь. — М., 1988. — 301 с.
5. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. — М., 1984. — с.
6. Леонтьев Д. О. Возвращение к человеку / Д. О. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. — М., 1997. — С. 3–18.
7. Лингарт Й. Процесс и структура человеческого учения / Й. Лингарт. — М., 1970. — 685 с.
8. Маслоу А. Психология бытия / А. Маслоу. — М. : Рефл-бук, 1997. — 304 с.
9. Нюттен Ж. Экспериментальная психология / Ж. Нюттен ; под. ред. П. Фресса, Ж. Пиаже. — М., 1975. — Вып. 5. — С. 15–109.

10. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / В. Франкл ; под. общ. ред. Л. Я. Гозмана, Д. А. Леонтьева. — М., 1990. — 368 с.
11. Философский энциклопедический словарь / гл. ред. : Л. Ф. Ильичев, П. Н. Федосеев, С. М. Ковалев, В. Г. Панов. — М. : Сов. энциклопедия, 1983. — 840 с.
12. Фрейд З. Я и ОНО: труды разных лет / З. Фрейд. — Тбилиси, 1991. — 425 с.
13. Яницкий М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. — Кемерово, 2006. — 106 с.
14. Maddi S. R., Propst B., and Feldinger I. Three expressions of the need for variety // J. Pers., 1965; Maddi S. R., Andrews S. The need for variety in fantasy and self-description // J. Pers., 1966; Maddi S. R. The seeking and avoiding of variety // Unpubl. Manuscript. Chicago, 1968.

Шолох Е. А.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

Представлен теоретический анализ смысложизненных ориентаций практического психолога, которые представляют собой целостную систему сознательных и выборочных связей, наличие жизненных целей, осознанность выбора и оценок, удовлетворенность жизнью и профессиональной самореализацией.

Ключевые слова: смысл жизни, смысложизненные ориентации, личностно-смысловая сфера, практический психолог.

Sholokh O. A.

THERETICAL ORIRNTATIONS FUNDAMENTALS ALMOST PSYCHOLOGISTS

Theoretically representation analysis smuslozhyznennuh orientations Almost psychologist represent a tselostnuyu system soznatelnyh and vyborochnyh ties, availability of zhyznennyh purposes, soznatelmuyu osoznannost and choice of the otsenok, udovletvorennost zhyznyu and professyonalnoy samorealyzatsyey.

Key words: meaning of life, orientation, personal and smuslovaya area virtually psychologist.