

5. Мясичев В.Н. Личность и неврозы. / В.Н. Мясичев - Л.: ЛГУ. 1960 . - 423с.
6. Наенко Н.И. Психическая напряженность / Н.И. Наенко.- М.: МГУ, 1976. - 112с.
7. Свядош А.М. Неврозы и их лечение / А.М. Свядош. - М.: Медицина, 1971. - 356с.

Резюме. В ходе исследования эмоционального выгорания уточнено содержание понятия эмоционального выгорания. А именно, синдром эмоционального выгорания — это процесс постепенной утраты эмоциональной, познавательной и физической энергии, что проявляется в признаках эмоционального и интеллектуального истощения, физического утомления, личностной отстранённости и уменьшение чувства удовлетворённости от выполненной работы. Эмоциональное выгорание — это динамический процесс, возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, когда присутствуют все три фазы стресса: нервное напряжение, резистенция (сопротивление) и истощение. Выяснено, что синдром эмоционального выгорания развивается в процессе профессиональной деятельности педагога в форме стереотипа эмоционального поведения, который проявляется в особенностях профессионального общения.

Результатами исследования доказано, что эмоциональное выгорание детерминировано комплексом факторов, которые включают индивидуально-психологические особенности педагога и специфические особенности профессиональной деятельности эмоционального характера. Результаты эмпирического исследования позволили выделить качества личности, которые влияют на синдром эмоционального выгорания: невротичность, спонтанная агрессивность, депрессия, стыдливость, эмоциональная лабильность. Результаты эмпирического исследования также позволили констатировать склонность к синдрому эмоционального выгорания уже на этапе обучения в ВУЗе.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, нервное напряжение, резистенция, усталость, стереотип эмоционального поведения, эмоциональная стойкость, профессиональная компетентность.

Summary. As a result of a given research of the emotional burnout the content of the concept of burnout has been updated. Namely, the burnout syndrome is a process of gradual loss of emotional, cognitive and physical energy, which occurs in symptoms of emotional and mental exhaustion, physical fatigue, personal detachment and decrease of satisfaction from the work, performed by a person. Emotional burnout is a dynamic process that occurs in stages, in full accordance with the mechanism of stress, where there are all three phases of stress: nervous tension, resistance and exhaustion. It was discovered that emotional burnout syndrome develops in the course of professional work of a teacher in the form of a stereotype of emotional behavior that one can observe in the patterns of professional intercourse.

The results of the study demonstrated that emotional burnout is determined by a complex of factors, which include individual psychological characteristics of the teacher and specific factors of emotional part of their work.

The empirical study allowed to identify characteristics of the personality that affect the burnout syndrome: neuroticism, spontaneous aggression, depression, shyness, emotional lability. The results of the empirical studies have also stated the propensity to burnout syndrome at the stage of studying in universities.

Keywords: burnout syndrome, nervous tension, resistance, fatigue, emotional behavior stereotype, emotional stability, professional competence.

УДК 316.627

Н.О.ЯЦЮК

КОНЦЕПЦІЯ ІНШОЇ ЛЮДИНИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

Резюме. Стаття присвячена аналізу концепції Іншої людини як детермінанти просоціальної поведінки. Підкреслюється роль моральної рефлексії у функціонуванні концепції Іншої людини. Представлені результати опитування студентів та аналізу дитячих малюнків, що ілюструють роль концепції Іншої людини у детермінації вчинку допомоги.

Ключові слова: просоціальна поведінка, концепція Іншої людини, моральна рефлексія.

Постановка проблеми. Дослідження поведінкової активності особистості та чинників, що зумовлюють її спрямованість та зміст є актуальними упродовж всього періоду розвитку психологічної науки. У морально-психологічних дослідженнях виявляються механізми та чинники поведінки особистості у суспільстві відповідно до моральних норм, здійснюється пошук психологічних способів розвитку моральновідповідної поведінки та корекції девіантної. Сучасний стан розвитку суспільства визначає запит на активну особистість, здатну не тільки до відтворення у поведінці прийнятих норм, але й до творчого їх перетворення. Ситуації морального вибору актуалізують уявлення особистості про себе як про суб'єкта моральної поведінки та уявлення і оціночні ставлення до Іншого, що є змістом концепції Іншої людини (термін Г. С. Абрамової [1]). Як зазначає І. Д. Бех, виховні невдачі у розвитку здатності до саморегуляції моральної поведінки пов'язані, насамперед, з невмінням дитини прийняти точку зору іншої людини [2]. Здатність пережити та розуміти почуття оточуючих формуються разом з самосвідомістю і є важливим чинником просоціальної поведінки.

Мета статті – здійснити психологічний аналіз концепції Іншої людини як психологічної детермінанти просоціальної поведінки.

Виклад основного матеріалу. Просоціальна поведінка має тривалу історію дослідження у зарубіжній психології (Бейтсон К., Клері Д., Омото А., Снайдер М. та інші). Просоціальними є такі вчинки та дії людини, які спрямовані на благополуччя іншої людини. У вітчизняній психології ці питання розглядаються у контексті морального розвитку особистості, становлення її моральної свідомості та самосвідомості, диференціації понять моралі та моральності (І. Д. Бех, Р. В. Павелків та інші). Підкреслюється, що мораль не є сукупністю норм та правил суспільного життя. Це особлива форма усвідомлення людиною світу та себе у ньому, особливий вид ставлення до дійсності. Психологічною передумовою моральної поведінки та морального вчинку є здатність свідомо визначати своє ставлення до ситуації, до себе, до Іншого. Не автоматична підпорядкованість правилам та нормам, запрограмованість, а самовизначення є сутністю моральної поведінки.

Природним є звернення до себе, до власного Я у ситуаціях морального вибору. Моральна рефлексія актуалізує ціннісні ставлення людини, спонукає до сумнівів щодо своєї моральної позиції, до критичної оцінки власних особистісних якостей. Розвинена моральна рефлексія зумовлює тотожність моральних вимог до себе та інших, прагнення співвідносити зовнішні вимоги з внутрішніми можливостями. Водночас моральна рефлексія спрямовує промінь усвідомлення не тільки на власне Я суб'єкта моральної поведінки, але й на його уявлення та ставлення до Іншої людини. Розв'язання моральних колізій вимагає досвіду пізнання та облаштування як власного Я у його психологічному просторі (створення Я-концепції), так і створення концепції Іншої людини, що утворюють цілісну індивідуальну концепцію життя. Концепція Іншої людини дозволяє пояснювати загальні тенденції поведінки та ставлення людини до інших.

Здійснення вчинку допомоги, актів альтруїзму передбачає завжди подвійну позицію людини, водночас і особистісну – звернення до себе, до ціннісних переживань щодо себе, і соціальну – звернення до світу в особі іншої людини, переживання цінності іншого. Розвинена у моральному плані Я-концепція сприяє і становленню уявлень та ціннісного ставлення до Іншої людини. Моральна рефлексія та самоаналіз поглиблюють знання суб'єкта не тільки про себе, але й про психологію іншої людини. Результати рефлексивної діяльності щодо ситуації морального вибору можуть виражатися у «почутті екзистенційної провини», яке є важливим чинником у детермінації просоціальної поведінки. Це почуття незручності, сорому, які виникають у суб'єкта в процесі усвідомлення відмінності між власним сприятливим становищем та несприятливим становищем Іншої людини. «Екзистенційна провина» не є співчуттям, емоційною оцінкою дій іншої людини, а є результатом характеристики власного становища як порівняно вигідного та привілейованого [9]. «Екзистенційна провина» відображається у моральній свідомості людини і стимулює наступний рефлексивний процес, діалог з собою, багаторазове переосмислення суб'єктом своєї ціннісно-сислової позиції та співставлення її з позицією Іншої людини, розгортання циклів самооцінок, формулювання припущень про можливі реакції оточуючих. Таким чином, аналізуючи ситуації морального вибору, приймаючи рішення у таких ситуаціях, суб'єкт не стільки зосереджений на собі та власних переживаннях, скільки на пізнанні та об'єктивації образу та переживань Іншої людини. Рефлексія моральних колізій дозволяє налагодити «місток», який поєднує моральну сферу особистості та сферу почуттів та переживань Іншої людини. Людина не може жити без інших, а істинно моральне ставлення до оточуючих передбачає, що інший стає центром уваги як унікальна індивідуальність. Саме в цьому полягає принцип «домінанти на Іншому», сформульований А. А. Ухтомським. Коли людина, зосереджена тільки на собі («домінанта на собі») вона не бачить співрозмовника реального, а сприймає власну проекцію «двійника». Звільнення від свого «Двійника – складне, але необхідне завдання. Тому головне - зробити центром тяжіння Іншого. Домінанта на Іншому можлива тільки як доміананта на кожному іншому [7]. Домінанта на Іншому є виявом дійсно альтруїстичного ставлення. Важливу роль у децентрації суб'єкта моральної поведінки та актуалізації Домінанти на Іншому відіграє здатність рефлексувати. Рефлексія як можливість виходу за межі наявної ситуації забезпечує її усвідомлення, аналіз мотивів власних дій, станів, оцінок власного вчинку, позиції та стану партнера.

У психології ставлення до Іншого розглядається у термінах емпатійних переживань: стани Іншого сприймаються через безпосереднє емоційне зараження. Так, Т. П. Гаврилова розрізняє співпереживання через ототожнення з іншим та співпереживання без співвіднесення з собою [5]. Підкреслюється, що у формуванні моральної спрямованості основною є емоційна емпатія, яка ґрунтується на потребі в іншому, опредметненій у моральних мотивах. Емпатія є поєднанням трьох складових: співпереживання, співчуття, імпульсу до дії. Таким чином, сутність емпатійного процесу полягає саме у почуттях, і саме почуття є первинними щодо розуміння та вчинку. Слід зазначити, що такі уявлення є характерними для філософських теорій морального почуття: висловлювані людьми оцінки лише характеризують їхні почуття схвалення або несхвалення, але не виражають об'єктивного значення оцінюваних вчинків. Проте ще Кант підкреслював, що людина не може засуджувати зло або відчувати задоволення від добрих вчинків, не володіючи розвинутою моральною свідомістю. Дійсно моральне ставлення до Іншого не вичерпується емпатійними переживаннями. Воно передбачає сприймання Іншого як особливого без привнесення власної суб'єктивності. При цьому Інший виступає не як обставина, не як засіб, а як самоцінна та самодостатня особистість, як мета. Тому проблему просоціального вчинку, вчинку допомоги, альтруїстичного акту, на наш погляд, слід розглядати через поняття концепції Іншої людини, що включає поряд з емпатійним ставленням й розвинені рефлексивні уявлення про Іншого. Концепція Іншої людини дає можливість відтворення діалогу з Іншим, який є самодостатнім співрозмовником. Важливими у контексті нашого дослідження є розмірковування І. С. Булах, яка підкреслює значущість рефлексивної складової у здійсненні морального вчинку: «моральна рефлексія – це осмислення та переосмислення особистістю взаємодій... з точки зору належного та ціннісного» [4].

Аналіз моральної активності особистості передбачає пошук опосередковуючої ланки, яка пов'язує моральну сферу особистості з психікою інших людей, а, з іншого боку, виступає підґрунтям для логічних операцій морального мислення. Такою ланкою у моральній свідомості є рефлексія. Її головна функція – пізнання Іншого та зумовлення власних дій. Просоціальна поведінка включає різні види поведінки людини, спрямовані на благополуччя іншої людини, що іноді передбачає і певну жертвовність з боку суб'єкта просоціальної поведінки. Психологічний механізм, за М. Й. Боришевським, це феномен, який означає наявність стану оптимальних взаємовідносин і взаємодії між структурними елементами психологічної системи, що забезпечує її функціонування [3]. Психологічним механізмом просоціальної поведінки є актуалізація уявлень особистості про належне з моральної точки зору, про себе як суб'єкта активності, про Іншу людину, становище якої сприймається як менш сприятливе порівняно з власним. Узгодження складових цієї системи забезпечує формулювання мети власної активності та реалізацію просоціального вчинку. При цьому важливою є мотивація просоціального вчинку. Як вказує Watson, мотивація просоціальної поведінки може бути як альтруїстичною, так і егоїстичною. Егоїстична мотивація полягає у наданні допомоги заради отримання винагороди або уникнення осуду [8]. У цьому випадку не можна говорити про детермінуючий вплив концепції Іншої людини, оскільки Інший не є домінантою, у центрі уваги суб'єкта поведінки – він сам та його психологічний комфорт.

Для дослідження впливу концепції Іншої людини на прийняття рішення у ситуації морального вибору було проведено опитування студентів 2 – 4 курсів (60 осіб). Студентам було запропоновано пригадати ситуацію з власного життєвого досвіду, коли вони надавали допомогу іншій людині. При цьому слід було пояснити, що спонукало їх до вчинку допомоги. Також у дослідженні взяли участь молодші школярі (учні 3 класу, 40 осіб), яким було запропоновано зобразити на малюнку ситуації прояву доброти у ставленні до іншої людини та допомоги їй. Аналіз відповідей студентів та дитячих малюнків дозволив виявити такі тенденції. Пригадуючи випадки надання допомоги, студенти найчастіше вказували ситуації прояву турботи про людину похилого віку (близько половини опитаних). Такі ж результати виявив і аналіз малюнків молодших школярів. Один з типових сюжетів – дитина допомагає бабусі переходити дорогу. П'ята частина опитаних студентів і близько третини молодших школярів вказали на ситуацію допомоги близькій людині. У дитячих малюнках це виявляється у сюжетах, наприклад, допомоги мамі по господарству. У відповідях студентів також у невеликій кількості (близько 3%) були згадані ситуації надання допомоги жінці з маленькою дитиною або вагітній жінці. Третина опитаних студентів, описуючи ситуацію надання допомоги, не акцентували уваги на особливостях людини – отримувача допомоги. Це простежується і у малюнках молодших школярів. П'ята частина малюнків розкриває абстрактний сюжет, який символізує прояв доброти: наприклад, янгол на долоні.

Аналіз видів надання допомоги показує, що найчастіше це допомога побутового характеру. Ситуації, що передбачають порятунок життя або загрозу здоров'ю, зустрічаються рідко у відповідях студентів (близько 2%), натомість таких сюжетів близько 10% на малюнках молодших школярів: наприклад, порятунок людини, яка тоне. У студентських інтерв'ю також вказується і такий вид допомоги, як матеріальна (наприклад, пожертвувати кошти на благодійність). Бесіда з молодшими школярами та аналіз відповідей студентів про причини, які спонукають надавати допомогу, дозволили встановити роль концепції Іншої людини у прийнятті просоціального рішення. Так, більше половини студентів та молодших школярів пояснюють просоціальний вчинок почуттями співпереживання, усвідомленням того, що становище іншої людини є менш сприятливим, ніж власне. Водночас у відповідях студентів і молодших школярів присутня спрямованість не тільки на іншу людину, але й на себе: наприклад, почути слова вдячності, уникнути неприємних переживань від споглядання критичної ситуації. Таким чином, отримані дані свідчать про те, що у більшості випадків ситуація надання допомоги і для студентів, і для молодших школярів пов'язана з домінантою на Іншому, коли йому не тільки співчувають, але й його становище оцінюється як менш сприятливе порівняно з власним. Проте апеляція, насамперед, до власних переживань, турбота про власне емоційне благополуччя, прагнення уникнути неприємних переживань зустрічається приблизно у 15% відповідей студентів та молодших школярів.

Висновки. Проблеми просоціальної поведінки належать до числа завжди актуальних у психологічній науці. Дослідження детермінант просоціальної активності людини є важливим завданням і з теоретичної точки зору, і з точки зору соціальної, оскільки задає орієнтири для діяльності педагогів і практичних психологів. На наш погляд, провідним психологічним механізмом просоціальної активності людини є узгодження власних ціннісних пріоритетів, уявлень про себе як про суб'єкта моральної поведінки та про іншу людину, що відбувається у процесі рефлексивного аналізу. Уявлення про узагальненого іншого у поєднанні з емоційно-оцінним ставленням до нього утворюють концепцію Іншої людини. Сформована концепція Іншої людини є умовою того, що у ситуаціях морального вибору суб'єкт апелює, насамперед, до таких уявлень про партнера, а не турбується про власне благополуччя. Опитування студентів та аналіз дитячих малюнків дозволили зробити висновок про багатоманітність проявів просоціальної поведінки: від надання допомоги у побуті до порятунку людського життя. Аналіз детермінант просоціальних вчинків показав, що головну роль відіграє звернення до внутрішнього світу Іншого, співчуття, оцінка його стану. Водночас факт звернення практично кожного шостого респондента до власних переживань та турбота про власне емоційне благополуччя вказує на актуальність удосконалення психолого-педагогічного супроводу розвитку просоціальної поведінки дітей та молоді, що визначає перспективи наступних досліджень у цьому напрямку.

Список використаних джерел

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – М.: Академический Проект, Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 624 с.
2. Бех І. Д. Моральність особистості у психологічному ракурсі / І. Д. Бех // Філософська і соціологічна думка. – 1994. - №3 – 4. – С.172 – 184.
3. Боришевський М. Й. Психологічні механізми розвитку особистості / М. Й. Боришевський // Педагогіка і психологія. – 1996. - №3. – С.26 - 33.
4. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: Монографія / І. С. Булах. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2003. – 340 с.
5. Гаврилова Т. П. Экспериментальное изучение эмпатии у детей младшего и среднего школьного возраста / Т. П. Гаврилова // Вопросы психологии. – 1997. - №5. – С.107 – 114.
6. Павелків Р.В. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості в дитячому віці: Монографія / Р. В. Павелків. – Рівне: Волинські обереги, 2004. – 248 с.
7. Ухтомский А.А. Доминанта / А. А. Ухтомский. – М.: Л.: Наука, 1966. – 273 с.
8. Batson, C. Religious Prosocial Motivaion: Is It Altruistic or Egoistic ? / C. Batson // Journal of Personality and Social Psychology. – 1989. – № 57(5). – P. 873 – 884.
9. Montada., L., Schmitt, M. & Dalbert, C. (1986). Thinking about justice and ealing with one's own privileges: A study of existential guilt. In H.W. Bierhoff, R. Cohen, & J. Greenberg (Eds.), Justice in social relations (S. 125-143). New York: Plenum Press.

Резюме. Стаття посвячена аналізу концепції Другого человека как детерминанты просоциального поведения. Подчеркивается роль моральной рефлексии в функционировании концепции Другого человека. Представлены результаты опроса студентов и анализа детских рисунков, которые иллюстрируют роль концепции Другого человека в детерминации поступка помощи.

Ключевые слова: просоциальное поведение, концепция Другого человека, моральная рефлексия.

Summary. The article is devoted to the analysis of the concept of Another person. Concept of Another person is considered as a determinant of prosocial behavior. The role of moral reflection is emphasizes in the functioning of the concept of Another person. The results of the interrogation of the students and analysis of the children's drawings are presented. They illustrate the role of the concept of Another person in the determination of the prosocial behavior.

Key words: prosocial behavior, concept of Another person, moral reflection.