

УДК 316.647.5:005.32

Заїка І. В.

ОСНОВНІ ВИЯВИ ОСОБИСТІСНОЇ НАПРУЖЕНОСТІ

Заїка І. В. Основні вияви особистісної напруженості. У статті на основі теоретичного дослідження проаналізовано такі основні поняття, як «соціальна фрустрація», «ситуативна та особистісна тривожність», «життєва задоволеність». Встановлено, що соціальна фрустрація розуміється як вид психічної особистісної напруженості, яка обумовлена незадоволеністю особистості життям, власними досягненнями і становищем у соціальній ієрархії. Ситуативна та особистісна тривожність розглядається як протиріччя між оцінкою особистістю певної ситуації як загрозової і відсутністю необхідних засобів для її уникнення чи подолання. «Життєва задоволеність» – це загальне уявлення людини про психічний комфорт.

Ключові слова: соціальна напруженість; особистісна напруженість; соціальна фрустрація; ситуативна тривожність; особистісна тривожність; життєва задоволеність.

Заїка І. В. Основные проявления личностной напряженности. В статье на основе теоретического исследования проанализированы такие основные понятия, как «социальная фрустрация», «ситуационная тревожность», «личностная тревожность», «жизненное удовлетворение». Выявлено, что социальная фрустрация понимается как вид психического личностного напряжения, которая обусловлена неудовлетворенностью личной жизнью, собственными достижениями и положением в социальной иерархии. Ситуационная и личностная тревожность понимается как противоречия между оценкой личности определенной ситуации как опасной и отсутствием необходимых средств для ее избегания или преодоления. «Жизненная удовлетворенность» – это общее представление человека о психологическом комфорте.

Ключевые слова: социальная напряженность; личностная напряженность; социальная фрустрация; ситуационная тревожность; личностная тревожность; жизненное удовлетворение.

Постановка проблеми. Соціальне напруження є характерною ознакою практично всіх без винятку суспільств, які трансформуються. Загострення відносин між різними групами, інституціями є реальним станом сучасного українського суспільства, виникнення невдоволеності та загостренням дискомфортних психологічних станів. У зв'язку з цим, *особистісна напруженість*, яка проявляється, зокрема, в високих показниках *соціальної фрустрації, ситуативної та особистісної тривожності, індексу життєвого незадоволення*, вимагає наукового теоретичного аналізу для подальшої розробки практичних заходів щодо зниження їх проявів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз літературних джерел показує, що проблема впливу *соціальної напруженості* на особистісну напруженість знайшла певне відображення в роботах ряду вітчизняних дослідників: Л.М. Карамушки [17; 18; 19], М.М. Слюсаревського [28], О.В. Чернявської [31] та ін.

Окремі вияви сутності та впливу соціальної напруженості на діяльність педагогічних працівників знайшли відображення в наших попередніх роботах [15; 16].

Вплив соціальної напруженості може проявлятися, насамперед, через *соціальну фрустрованість*. У літературі поняття «*фрустрація*» зустрічається в ряді теорій, концепцій, гіпотез, які стосуються проблем мотивації, емоцій, поведінки, діяльності індивіда та знайшли відображення в ряді праць зарубіжних авторів: Д. Майерса [22], Л. Дементія [29], Р. Бекера [36].

Одним із *наслідків впливу соціальної напруженості* можуть, зокрема, бути високі показники *ситуативної та особистісної тривожності*. Сутність тривожності, її види та зв'язки з іншими психологічними феноменами розкрито в низці досліджень зарубіжних (В.М. Астапова [6], І.Б. Дерманова [13], Н.Д. Левітова [20]) та вітчизняних вчених (М.Є. Паламарчук [24]).

Вивчення *індексу життєвої задоволеності* особистості знайшло певне відображення в роботах ряду зарубіжних (L. Bernice [37], S. Sheldon [39]) та вітчизняних авторів (Н.В. Паніної [25]).

Разом із тим, вивчення літературних джерел свідчить про те, що проблема особистісної напруженості в сучасних умовах трансформації суспільства та соціальної напруженості не достатньо досліджена.

Виходячи із актуальності та недостатньої розробки цієї проблеми, **метою нашого дослідження** є: виділити та проаналізувати основні підходи щодо аналізу основних виявів особистісної напруженості.

Завдання нашого дослідження:

1. Проаналізувати сутність соціальної фрустрації.
2. Розкрити зміст ситуативної та особистісної тривожності.
3. Вивчити сутність індексу життєвого задоволення.

Дослідження здійснено в рамках виконання науково-дослідної теми лабораторії організаційної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України «Психологічні технології підготовки освітнього персоналу до розвитку організаційної культури в умовах соціальної напруженості» (2016–2018 рр., № державної реєстрації 0116U004811, науковий керівник – член-кор. НАПН України, доктор психологічних наук, професор Л.М. Карамушка).

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Трансформаційний етап будь-якої країни передбачає перехід, при якому, як правило, руйнується вся колишня система суспільства. Фаза відкритого протистояння гірше піддається регулюванню в силу свого емоційного фону, який перебиває раціональне бачення і наслідки, які важко спрогнозувати. Тому краще розібратися з протиріччями в період накопичення протиріч, і в цьому може допомогти аналіз основних виявів особистісної напруженості, які виникають під впливом соціальної напруженості.

Розглянемо більш детально такий феномен, як **соціальна фрустрація**.

Останніми роками дослідження соціальної фрустрації, як прояву критичної психологічної ситуації, в якій перебуває суспільство, стало дуже актуальним.

На основі аналізу літератури і теоретичного аналізу проблеми нами виділено такі підходи у розуміння цього поняття: теорія фрустраційної фіксації (Н. Майер), теорія фрустраційної регресії (Т. Дембо, К. Левін), теорія фрустраційної агресії (Дж. Даллард), евристична теорія фрустрації (С. Розенцвейг) та інші. Фрустрація є похідним феноменом у ракурсі досліджень представників різноманітних підходів.

Представники *феноменологічного підходу* (Л. Берковиц, Дж. Браун, Дж. Доллард, Л. Дуб, С. Розенцвейг) розглядали фрустрацію як психологічне явище, яке особистістю сприймається як непереборні внутрішні відчуття, тобто як процес, який відбувається в організмі у результаті дії фрустратора.

Згідно з визначенням С. Розенцвейга, представника цього напрямку, фрустрація має місце в тих випадках, коли організм зустрічає більш-менш нездоланні перешкоди або обструкції на шляху до задоволення життєвої потреби [29]. Автор розглядає це явище як процес, який відбувається в організмі людини в контексті її пристосування та адаптації її до середовища. На нашу думку, розглянуте визначення обмежує фрустрацію біологічним тлумаченням, чого украй недостатньо, оскільки людина є істотою суспільною і потребує більш широкого спектру аналізу, з урахуванням соціальних чинників.

Дж. Браун [29] розглядає фрустрацію як результат умов, за яких очікувана реакція чи попереджається, чи загальмовується. Продовжуючи ці дослідження, Р. Лоусон пояснює, що фрустрація – це конфлікт між двома тенденціями: перший, який належить до типу зв'язку «мета - реакція», і другий, який виникає під впливом інтерферентних умов, тобто в результаті придушення психологічних процесів, що одночасно відбуваються.

Представники *персоніфікованого підходу* (Г.С. Абрамова, Ф.Е. Василюк, Л.П. Гримак, О.М. Леонтєв, Н.А. Логінова, І.П. Маноха, В.А. Роменець) розглядають фрустрацію як негативний психологічний стан, обумовлений неможливістю задоволення тих чи інших потреб, який проявляється у переживаннях, стані тривоги, роздратуванні та відчаю. Ефективність людини знижується.

Так, Ф.Е. Василюк [7] розглядав фрустрацію як один із видів критичних ситуацій, назвавши їх «ситуаціями неможливості». У таких ситуаціях особистість «стикається з неможливістю реалізації внутрішніх необхідностей свого життя (мотивів, прагнень, цінностей та ін.)». «Неможливість», на думку Ф. Василюка, визначається тим, яка життєва необхідність виявляється паралізованою в результаті неспроможності наявних у суб'єкта типів активності впоратися з зовнішніми і внутрішніми умовами життєдіяльності [7]. Таким чином, «внутрішні і зовнішні умови, тип активності і специфічна життєва необхідність» – це, на думку Ф.Е. Василюка, основні характеристики критичних станів, в тому числі і стану фрустрації.

Представники *детермінантно-особистісного підходу* (М. Дойч, Г. Зіммель, Д. Майерс, Н. Тимашев, К. Райт та ін.) розглядали фрустрацію як чинник, що провокує крах сподівань, які поклалися особистістю на певні обставини, у результаті чого втрачається мотив для досягнення мети.

Представники *діяльнісного підходу* (Л. Донська, М. Дьяченко, М. Епплі, Л. Кандибович, Е. Лінчевський, Н. Наєнко, Р. Стагнер, К. Фрамбалл) розглядали фрустрацію як подію, що виражається в характерних переживаннях і поведінці, які викликані об'єктивно непереборними труднощами на шляху до досягнення мети.

Сутність і зміст фрустрації за допомогою теоретичного аналізу різних підходів до розуміння цього явища показує, що найчастіше під фрустрацією розуміється факт перешкоди на шляху реалізації мотиву або відповідна реакція на вплив чинника, який травмує. На нашу думку, фрустрація – більш складне явище. Фрустрація, як тип критичної життєвої ситуації, дозволяє розглядати її як складний і цілісний феномен, що поєднує в своєму предметному змісті взаємопов'язані і взаємодіючі елементи зовнішнього світу, умови середовища, вплив фрустраторів і внутрішній психічний стан особистості, її відчуття дискомфорту і неблагополуччя, які мають суттєвий вплив на емоційні реакції, дії та поведінку людини.

Фрустрацію можна розглядати скоріше як не індивідуальне, а більш суспільне явище, яке властиве цілим групам людей. Вона стає своєрідним фактором об'єднання людей на ґрунті загального переживання незадоволеністю життям.

Песимізм, психологічна втома і розчарування не можуть значно впливати на ефективність діяльності педагогічних працівників. У зв'язку з цим надзвичайно актуалізується проблема соціально-психологічної допомоги людям, які втратили ідеали та ціннісні орієнтації, а разом з ними – і соціальний оптимізм, який необхідний всім і кожному для подолання кризи.

Отже, *соціальна фрустрація* є видом психічної особистісної напруженості, яка обумовлена незадоволеністю особистості на даний момент життям, власними досягненнями і становищем у соціальній ієрархії. Таким чином, нерозв'язаність проблеми фрустрації в контексті розвитку організаційної культури

загальноосвітніх навчальних закладів, відсутність своєчасної психологічної допомоги при фрустрації педагогічним працівникам провокують появу негативних проявів у педагогічному колективі та впливають на психологічний стан педагогів.

Далі розглянемо поняття та сутність *ситуаційної та особистісної тривожності*.

Проблематика тривожності сьогодні є достатньо розробленою. Водночас, слід зазначити, що не всі психологічні аспекти феноменології тривожності, як важливого чинника психічного розвитку особистості, отримали всебічне висвітлення у сучасній науковій психології.

На основі аналізу літератури і теоретичного аналізу проблеми нами виділено такі підходи щодо розуміння цього поняття: *фізіологічний, клініко-психологічний, філософсько-психологічний та психологічний напрямки*. Ряд авторів: Д. Льюїс, Б. Босселмен, Байрн пов'язують появу тривожності з виникненням страху, як невротичну реакцію, пов'язану із зовнішніми обставинами і внутрішніми стимулами. Спільним для цих авторів є те, що мова йде не просто про емоційні реакції, а саме про психічний стан, який виражається у своєрідності як реакції, так і мотивації, але повністю до них не зводиться [32].

Тривожність як стан вивчалася у зв'язку з розвитком навичок саморегуляції: (К. Еліксон, У. Морган, Ю.В. Пахомов). Тривожність як стан і як рису, яка виникає у процесі адаптації до середовища та виконання різних видів діяльності, вивчали: Ю.А. Александровський, А.Б. Леонова, Н.Б. Пасинкова, Я. Рейковський, Ю.Л. Ханін, Х. Хекхаузен. У деяких дослідженнях тривожність розглядається як реакція на соціальні впливи при певних індивідуальних психофізіологічних особливостях (М. Авенер, Г. Айзенк, Ч.Д. Спілбергер). Вплив самооцінки та рівня домагань на розвиток тривожності вивчали: Н.І. Наєнко, А.М. Прихожан.

У контексті адаптаційної активності це означає, що чим важливіша для самооцінки особистості встановлена мета, тим більша її самоактивізація, адже досягнення потрібного результату вимагає докладання певних зусиль. Зазначене цілком узгоджується із встановленою Л.Г. Дикою закономірністю: чим адекватніший активаційний вплив функціонального стану на систему регуляції, тим ефективніше буде проявлятися функція енергетичного забезпечення діяльності [14].

Разом із тим, тривожність не можна вважати незалежним активаційним джерелом: вона є індикатором наявності конфронтаційних відносин між сферою компетенції особистості та системою її пріоритетних цілей. Визнаючи таке співвідношення справедливим, в якості важливої умови психоемоційного благополуччя особистості слід розглядати реалістичність мети: чим масштабніші власні очікування щодо себе, тим більші розбіжності між бажаним і реально досяжним, і тим витратніший отриманий результат.

Отже, *тривожність як психологічний феномен* виконує інтегральну функцію адаптації, доцільність, цілеспрямованість і результативність якої виступають якісними показниками ефективності психологічного функціонування особистості та особливостей її індивідуального розвитку.

На інтенсивність тривожності впливають рівень мотивації досягнень, важкість завдань, дефіцит часу, ступінь навіюваності особистості. Тривожність як стійке утворення обумовлена незадоволенням провідних соціогенних потреб, перш за все потреб «Я» [27].

Ч.Д. Спілбергер [30] запропонував розрізнити тривожність як стан і тривожність як властивість, відповідно як ситуативні і як стійкі особистісні прояви хвилювання (властивість темпераменту). Тривожні стани і тривожні властивості пов'язані прямою залежністю: люди з високим рівнем тривожних властивостей у загрозливих життю, самооцінці та іншим домінуючим цінностям ситуаціях виявляють і більш високий тривожний стан. У низько тривожних людей менше виражена і ситуативна тривожність. Цю думку підтримував і Ю.Л. Ханін [30].

На нашу думку, *продуктивним є підхід*, що об'єднує зовнішнє джерело стресу і його суб'єктивну оцінку. У ряді досліджень тривожність розглядається як психологічний еквівалент будь-якого конфлікту. При цьому конфлікт розуміється як протиріччя між оцінкою індивідом певної ситуації як загрозливої і відсутністю необхідних засобів для її уникнення чи подолання. Це уявлення перебуває в загальному ряду теорій психологічного стресу і тривоги як його компонента. Довготривалий і багаторазовий вплив стресової ситуації при відповідній її оцінці індивідом розглядається як основне джерело невротичних і передневротичних станів, в тому числі і тривожності.

Таким чином, розглянуті теорії дозволяють зробити висновок про те, що позиції у вивченні тривожності різні. Тривожність досліджується більшістю авторів в тісному взаємозв'язку зі страхом, оскільки страх є об'єктивним виразом тривоги. Проте частина дослідників вказують на тривогу як первинну реакцію, інші – на страх як чинник, що викликає стан тривожності.

Отже, незважаючи на значні термінологічні розходження та підходи у визначенні видів тривожності (адекватна і неадекватна тривожність (Л. Божович), відкрита і прихована, стійка, генералізована (Г. Прихожан), шкільна, міжособистісна, самооцінна (А. Мікляєва, А. Парафіян, Г. Прихожан, С. Ставицька), зовнішня та внутрішня (І. Мусіна), загальна та специфічна особистісна тривожність (Ю. Ханін), немотивована тривожність (Г. Генінг)), – вчені сходяться на думці, що тривога є невід'ємною складовою існування людини, а її надмірні прояви призводять до особистісних та внутрішніх протиріч в образі «Я», супроводжуються емоційним дискомфортом, передчуттям небезпеки. Тривожність йде поряд з людиною там, де вона вступає у контакт з іншими людьми. Вона має суттєві прояви та є безпосереднім проявом впливу соціальної напруженості.

Далі розглянемо поняття та сутність *індексу життєвого задоволення*.

Поняття «задоволеність життям» в науці трактується неоднозначно, досі не сформовані єдині підходи до його використання, термінів до розуміння його структури, властивостей і детермінант.

Задоволеність життям розглядається в контексті якості життя (І. Джідар'ян [10], Л.В. Куликов [23]). Також задоволеність життям пояснюється як узагальнене пережиття свого буття і виступає у деяких дослідників синонімом щастя. Задоволеність виступає суб'єктивним переживанням особистості і є характеристикою внутрішнього світу суб'єкта (М. Аргайл [5]). Аналіз літератури показує, що поняття «задоволеність життям», перебуваючи в тісному взаємозв'язку з поняттями «щастя», «благополуччя» і «суб'єктивне благополуччя», не тотожне жодному з них.

На думку Н.В. Андрєєнкова [4], Л.І. Галіахметова [8], Л.В. Куликова [23], задоволеність життям – це когнітивна сторона суб'єктивного благополуччя, яку доповнює афективна сторона – позитивні і негативні емоції, які людина відчуває в якийсь відрізок часу. Більшість дослідників говорять про узагальненості системності цього феномена.

На думку К.А. Абульхановой-Славської [1], задоволеність життям – складне, але завжди узагальнене відчуття, яке виступає важливим показником стратегічних позицій особистості.

Згідно з Р.М. Шаміоновим [21], задоволеність життям – складне, динамічне соціально-психологічне утворення, засноване на інтеграції когнітивних і емоційно-вольових процесів, яке характеризується суб'єктивним емоційно-оціночним ставленням і має спонукальну силу, що сприяє дії, пошуку шляхів управління внутрішніми і зовнішніми об'єктами.

А. Адлер зазначав, що задоволеність життям впливає із соціального інтересу як основи людського існування. Задоволеність життям людей залежить від їх очікувань стосовно майбутнього, тобто індивід задоволений своїм життям, якщо воно відповідає його сподіванням і вимогам. Автор виходив з того, що люди, визначаючи за допомогою вигадки свої особисті цілі, тим самим (за допомогою цих цілей) визначають свою поведінку й стиль життя [2].

Переважна частина досліджень «задоволеності життям» зосереджена на вивченні джерел цього феномену. Прийнято їх поділяти на об'єктивні і суб'єктивні.

До об'єктивних чинників відносять: соціально-економічний, сімейний стан (М. Айзенк і Г. Айзенк [3]), здоров'я (Н.В. Паніна [25]), вік, соціальні зв'язки (М. Аргайл [5], Т. Шибутані [33]) і ін.

До суб'єктивних чинників належать: співвідношення рівнів досягнень і домагань (К.А. Абульханова-Славська [1]), послідовність у досягненні життєвих цілей і зацікавленості життям (Н.В. Паніна [25]), внутрішній локус контролю (А. Кембелл [32]), суб'єктна життєва позиція (Д.А. Леонтьєв [21]), стратегія дистанціювання і проблемно-вирішальна стратегія в складних життєвих ситуаціях (І.А. Джідар'ян [12]), соціальні порівняння (Дж. Тернер [32]), такі особистісні особливості, як екстравертність (Н. Брадберн [32]) і оптимізм (П. Коста [21]).

Отже, під поняттям «життєва задоволеність» ми розуміємо загальне уявлення людини про психічний комфорт, який включає в себе: інтерес до життя як протилежність апатії; рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні цілей; узгодженість між поставленими і реально досягнутими цілями; позитивною оцінкою особистих якостей і вчинків; загальним фоном настрою. А виявом особистісної напруженості є протилежний феномен, тобто «життєва незадоволеність».

Задоволеність життям – це складне та комплексне поняття, яке поєднує багато чинників: хороше здоров'я (відсутність хронічних хвороб); матеріальне благополуччя (наявність нормального житла, одягу, медичного обслуговування); сімейне благополуччя (гармонійні відносини з членами сім'ї, любов і повага); соціальна стабільність (відсутність соціальної і політичної напруженості); досягнення поставлених цілей (наявність реальних можливостей для реалізації особистого потенціалу); творча самореалізація (можливість самовираження в житті); наявність неформальних соціальних контактів (дружба, спілкування, взаєморозуміння тощо).

Узагальнивши вищесказане, можна зробити висновок, що основними чинниками впливу щодо почуття задоволеності життям є: здоров'я, економічне становище, сімейні відносини, рівень спілкування з оточуючими, позитивне функціонування тощо.

Висновки. У результаті проведеного дослідження можна зробити такі висновки:

1. *Соціальна фрустрація розуміється як вид психічної особистісної напруженості, яка обумовлена незадоволеністю особистості на даний момент життям, власними досягненнями і становищем у соціальній ієрархії.*

2. *Ситуаційна та особистісна тривожність розуміється як протиріччя між оцінкою індивідом певної ситуації як загрозової і відсутністю необхідних засобів для її уникнення чи подолання. Це уявлення перебуває в загальному ряду теорій психологічного стресу і тривоги як його компонента. На інтенсивність тривожності впливають рівень мотивації досягнень, важкість завдання, дефіцит часу, ступінь навіюваності особистості. Тривожність як стійке утворення обумовлена незадоволенням провідних соціогенних потреб, перш за все потреб «Я».*

3. *«Життєва задоволеність» – це загальне уявлення людини про психічний комфорт, який включає в себе: інтерес до життя як протилежність апатії; рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні цілей; узгодженість між поставленими і реально досягнутими цілями; позитивну оцінку особистих якостей і вчинків; загальний фон настрою.*

Факторами впливу на почуття задоволеності життям є: здоров'я, економічне становище, сімейні відносини, рівень спілкування з оточуючими, позитивне функціонування тощо.

Перспективи дослідження полягають у вивченні організаційно-психологічних детермінант, які впливають на виникнення особистісної напруженості персоналу організацій.

Список використаних джерел

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991.
2. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / А. Адлер. – М. : Когито-Центр, 2002. – 220 с.
3. Айзенк Г. Фактор счастья / Г. Айзенк, М. Айзенк // Исследование человеческой психики. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2001.
4. Андреевкова, Н. В. Сравнительный анализ удовлетворенности жизнью и определяющих ее факторов [Текст] / Н.В. Андреевкова // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2010. – № 5 (99). – С. 189–215.
5. Аргайл М. Психология счастья / М.Аргайл. – [2-е изд.]. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
6. Астапов В. М. Тревога и тревожность / В.М. Астапов. – СПб. : Питер, 2001. – 256 с.
7. Василюк Ф. Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
8. Галиахметова Л. И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью: проблема взаимосвязи / Л. И. Галиахметова // Вестник Башкирск. ун-та. – 2015. – № 3. – С. 89–100.
9. Габдулина Л. И. Удовлетворенность жизнью и ее объективные детерминанты в период взрослости / Л. И. Габдулина // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2008. – № 6/4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://skpv.sfedu.ru/index.php/skpv/article/view/68>
10. Джидарьян И. А. Проблема общей удовлетворенности жизнью: теоретическое и эмпирическое исследование / И. А. Джидарьян, Е. В. Антонова // Сознание личности в кризисном обществе / под ред. К. А. Абульхановой - Славской, А. В. Брушлинского, М. И. Воловиковой. – М. : Институт психологии РАН, 1995. – 193 с.
11. Дементий Л. И. Ответственность как ресурс личности : монография / Л. И. Дементий. – М. : Информ-Знание, 2005.
12. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Общество и политика / [ред. В. Ю. Большаков]. – СПб. : Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2000. – С. 476–510.
13. Диагностика эмоционально-нравственного развития / [ред. и сост. Дерманова И.Б.]. – СПб., 2002. – С. 124–126.
14. Дикая Л. Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности : дисс. ... докт. психол. наук / Л. Г. Дикая. – М., 2002. – 342 с.
15. Заїка І. В. Взаємозв'язок соціальної фрустрованості освітнього персоналу з організаційно-професійними та соціально-демографічними чинниками / І. В. Заїка // Організаційна психологія. Економічна психологія : науковий журнал Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України та УАОППП / [за наук за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки]. – 2016. – №4(7). – 92 с.
16. Заїка І. В. Сутність та вплив соціального напруження на діяльність загальноосвітніх навчальних закладів / І. В. Заїка // Технології роботи психолога в організації : тези III Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих вчених (26–27 жовтня 2016 року, м. Запоріжжя). – Запорізький національний університет. – Запоріжжя : ЗНУ, 2015. – С. 22–24.
17. Карамушка Л. М. Соціальна фрустрованість освітнього персоналу: зв'язок із типами організаційної культури загальноосвітніх навчальних закладів / Л. М. Карамушка, І. В. Заїка // Організаційна психологія. Економічна психологія. – № 2–3 (5–6). – 2016. – С. 80–89.
18. Карамушка Л. М. Соціальна напруженість в організації: сутність, підходи до вивчення, методики дослідження / Л. М. Карамушка // Наукове забезпечення розвитку освіти в Україні: актуальні проблеми теорії і практики (до 25-річчя НАПН України) : збірник наукових праць. – К. : Видавничий дім «Сам», 2017. – С. 119–126.
19. Карамушка Л. М. Соціальна фрустрованість освітнього персоналу: зв'язок із типами організаційної культури загальноосвітніх навчальних закладів / Л. М. Карамушка, І. В. Заїка // Організаційна психологія. Економічна психологія. – № 2–3 (5–6). – 2016. – С. 80–89.
20. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 2004. – 343 с.
21. Леонтьев Д. А. Психология эмоций и мотивация (Программа курса лекций и семинарских занятий по общей психологии (для вечернего отделения)) / Д. А. Леонтьев. – М., 2008.
22. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2002. – 512 с.
23. Наенко Н. И. Психическая напряженность / Н. И. Наенко. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 112 с.
24. Паламарчук М. Є. Вплив рівнів тривожності на пізнавальну діяльність студентів / М. Є. Паламарчук, Л. С. Сердюк, І. М. Маруненко, Є. О. Неведомська // Наукові здобутки студентів Інституту людини. – К. : Інститут людини Київського ун-ту ім. Б. Грінченка, 2015. – Вип. 2(4) [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/47/49>
25. Панина Н. В. Индекс жизненной удовлетворенности / Н. В. Панина Психология развития конкурентоспособной личности ; под ред. Л. М. Митиной. – М. : Изд-во Моск. психолого-социального ин-та, 2003. – С. 192–194.
26. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже. – М., 1989.
27. Прихожан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности / А. М. Прихожан // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 11–17.
28. Слюсаревський М. Соціальна напруженість: теоретична модель необхідних і достатніх показників / М. Слюсаревський // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2002. – № 5 (8). – С. 24–34.
29. Фрустрация: Понятие и диагностика : учеб.-метод. пособие / [сост. Л. И. Дементий]. – Омск : Изд-во ОмГУ, 2004. – 68 с.
30. Ханин Ю.Л. Межличностная и внутригрупповая тревога в условиях значимой совместной деятельности / Ю. Л. Ханин // Вопросы психологии. – 1991. – № 5. – С. 56.

- 31.Чернявська О. В. Становлення громадянського суспільства як чинник соціальної напруженості в Україні / О. В. Чернявська // Вісник Харківського університету. – №456. – Серія : Актуальні проблеми сучасної науки в дослідженнях молодих вчених м. Харкова. – Харків, 2000. – Ч. 1. – С. 9–12.
- 32.Щербатых Ю. В. Психология стресса / Ю. В. Щербатых. – М. : Экс-мо, 2008. – 304 с.
- 33.Шамянов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы / Р. М. Шамянов. – Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 2008.
- 34.Шибутани Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – Ростов н/Д : Феникс, 1999. – 539 с.
35. Apter, M. J. Religious states of mind: A reversal theory interpretation / M. J. Apter, In : Brown L. B. (ed.) Advances in the psychology of religion. – Oxford : Pergamon Press, 1985. – P. 62–75.
- 36.Barker, R. Frustration and regression: an experiment with young children. Studies in topological and vector psychology / R. Barker, T. Dembo, K. Lewin // V. II, Univ. Iowa Stud, Child Welf., 1941, 18, No 1, p. 1–314.
- 37.Bernice, L. Neugarten. The Measurement of Life Satisfaction / Bernice L. Neugarten, Robert J. Havighurst, Sheldon S. Tobin // Journal of Gerontology. – 1961. – Vol. 16. – Issue 2. – P. 134–143.
- 38.Smelser N. Theory of collective behavior. – N.Y. : Free Press, 1962. – P. 163.
- 39.Sheldon, S. Tobin. Life Satisfaction and Social Interaction in the Aging / Sheldon S. Tobin & Bernice L. Neugarten // Journal of Gerontology. – 1961. – Vol. 16. – Issue 4. – P. 344–346.

Spysok vykorystanykh dzherel

- 1.Abul'hanova-Slavskaja K. A. Strategija zhizni / K. A. Abul'hanova-Slavskaja. – M. : Mysl', 1991.
- 2.Adler A. Ocherki po individual'noj psihologii / A. Adler. – M. : Kogito-Centr, 2002. – 220 s.
- 3.Ajzenk G. Faktor schast'ja / G. Ajzenk, M. Ajzenk // Issledovanie chelovecheskoj psihiki. – M. : JeKSMO-Press, 2001.
4. Andreenkova, N. V. Sravnitel'nyj analiz udovletvorennosti zhizn'ju i opredel'ajushih ee faktorov [Tekst] / N.V. Andreenkova // Monitoring obshhestvennogo mnenija: jekonomicheskie i social'nye peremeny. – 2010. – № 5 (99). – S. 189–215.
- 5.Argajl M. Psihologija schast'ja / M.Argajl. – [2-e izd.]. – SPb. : Piter, 2003. –271 s.
- 6.Astapov V. M. Trevoga i trevozhnost' / V.M. Astapov. – SPb. : Piter, 2001. – 256 s.
- 7.Vasiljuk F. E. Psihologija perezhivanija: Analiz preodolenija kriticheskikh situacij / F. E. Vasiljuk. – M. : Izd -vo Mosk. un-ta, 1984. – 200 s.
- 8.Galiametova L. I. Blagopoluchie, subyektivnoe blagopoluchie, udovletvorennost' zhizn'ju: problema vzaimosvjazi / L. I. Galiametova// Vestnik Bashkirsk. un-ta. – 2015. – № 3. – S. 89–100.
- 9.Gabdulina L. I. Udovletvorennost' zhizn'ju i ee obyektivnye determinanty v period vzroslosti / L. I. Gabdulina // Severo-Kavkazskij psihologicheskij vestnik. – 2008. – № 6/4 [Elektronnyj resurs]. – Rezhim dostupa : <http://skpv.sfedu.ru/index.php/skpv/article/view/68>
10. Dzhidar'jan I. A. Problema obshhej udovletvorennosti zhizn'ju: teoreticheskoe i jempiricheskoe issledovanie / I. A. Dzhidar'jan, E. V. Antonova // Soznanie lichnosti v krizisnom obshhestve / pod red. K. A. Abul'hanovoj - Slavskoj, A. V. Brushlinskogo, M. I. Volovikovoj. – M. : Institut psihologii RAN, 1995. – 193 s.
- 11.Dementij L. I. Otvetstvennost' kak resurs lichnosti : monografija / L. I. Dementij. – M. : Inform-Znanie, 2005.
12. Determinanty udovletvorennosti zhizn'ju // Obshhestvo i politika / red. V.Ju.Bol'shakov. – SPb. : Izd-vo S.-Peterburgskogo un-ta, 2000. – S. 476–510.
13. Diagnostika jemocional'no-nravstvennogo razvitija / [red. i sost. Dermanova I.B.]. – SPb., 2002. – S. 124–126.
14. Dikaja L. G. Psihologija samoreguljacji funkcional'nogo sostojanija subyektu v jekstremal'nyh uslovijah dejatel'nosti : dis.s ... dokt. psihol. nauk / L. G. Dikaja. – M., 2002. – 342 s.
15. Zaika I. V. Vzajemozv'язok sotsialnoi frustrovanosti osvitnoho personalu z orhanizatsiino-profesiinymy ta sotsialno-demografichnymy chynnykamy / I. V. Zaika // Orhanizatsiina psykhologhiia. Ekonomichna psykhologhiia : naukovyi zhurnal Instytutu psykhologhiia imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy ta UAOPPP / [za nauk za red. S.D. Maksymenka, L.M. Karamushky]. – 2016.– №4(7). – 92 s.
- 16.Zaika I. V. Sutnist ta vplyv sotsialnoho napruzhenia na diialnist zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv / I. V. Zaika // Tekhnologii roboty psykhologha v orhanizatsii : tezy III Vseukrainskoj naukovy-praktychnoi konferentsii studentiv, aspirantiv ta molodykh vchenykh (26–27 zhovtnia 2016 roku, m. Zaporizhzhia). – Zaporizkyi natsionalnyi universytet. – Zaporizhzhia : ZNU, 2015. – S. 22–24.
- 17.Karamushka L. M. Sotsialna frustrovanist osvitnoho personalu: zviazok iz typamy orhanizatsiinoi kultury zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv / L. M. Karamushka, I. V. Zaika // Orhanizatsiina psykhologhiia. Ekonomichna psykhologhiia. – № 2–3 (5–6). – 2016. – S. 80–89.
- 18.Karamushka L. M. Sotsialna napruzhenist v orhanizatsii: sutnist, pidkhody do vyvchennia, metodyky doslidzhennia / L. M. Karamushka // Naukove zabezpechennia rozvytku osvity v Ukraini: aktualni problemy teorii i praktyky (do 25-richchia NAPN Ukrainy) : zbirnyk naukovykh prats. – K. : Vydavnychiy dim «Sam», 2017. – S. 119–126.
- 19.Karamushka L. M. Sotsialna frustrovanist osvitnoho personalu: zviazok iz typamy orhanizatsiinoi kultury zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv / L. M. Karamushka, I. V. Zaika // Orhanizatsiina psykhologhiia. Ekonomichna psykhologhiia. – № 2–3 (5–6). – 2016. – S. 80–89.
- k vykorystanykh dzherel
- 20.Levitov N. D. O psihicheskikh sostojanijah cheloveka / N. D. Levitov. – M. : Prosveshhenie, 2004. – 343 s.
21. Leont'ev D. A. Psihologija jemocij i motivacija (Programma kursa lekcij i seminariskih zanjatij po obshhej psihologii (dlja večernego otdelenija)) / D. A. Leont'ev. – M., 2008.
22. Majers D. Social'naja psihologija / D. Majers. – SPb. : Prajm-Evroznak, 2002. – 512 s.
- 23.Naenko N. I. Psihicheskaja naprjazhennost' / N. I. Naenko. – M. : Izd-vo Mosk. un-ta, 1976. – 112 s.
- .Palamarchuk M. Ye. Vplyv rivniv tryvozhnosti na piznavalnu diialnist studentiv / M. Ye. Palamarchuk, L. S. Serdiuk, I. M. Marunenکو, Ye. O. Nevedomska // Naukovi zdobutky studentiv Instytutu liudyny. – K. : Instytut liudyny Kyivskoho un-tu im. B. Hrinchenka, 2015. – Vyp. 2(4) [Elektronnyj resurs]. – Rezhym dostupu : <http://studscientist.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/view/47/49>
- 25.Panina N. V. Indeks zhiznennoj udovletvorennosti / N. V. Panina Psihologija razvitija konkurentosposobnoj lichnosti ; pod red. L. M. Mitinok. – M. : Izd-vo Mosk. psihologo-social'nogo in-ta, 2003. – S. 192–194.

26. Piazhe Zh. Izbrannye psichologicheskije trudy / Zh. Piazhe. – M., 1989.
27. Prihozhan A. M. Prichiny, profilaktika i preodolenie trevozhnosti / A. M. Prihozhan // Psichologicheskaja nauka i obrazovanie. – 1998. – № 2. – S. 11–17.
28. Sliusarevskiy M. Sotsialna napruzhenist: teoretychna model neobkhdnykh i dostatnykh pokaznykiv / M. Sliusarevskiy // Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykhologii. – 2002. – № 5 (8). – S. 24–34.
29. Frustracija: Ponjatie i diagnostika : ucheb.-metod. posobie / [sost. L. I. Dementij]. – Omsk : Izd-vo OmGU, 2004. – 68 s.
30. Hanin Ju. L. Mezhlchnostnaja i vnutrigruppovaja trevoga v uslovijah znachimoj sovmestnoj dejatel'nosti / Ju. L. Hanin // Voprosy psichologii. – 1991. – № 5. – S. 56.
31. Cherniavska O. V. Stanovlennia hromadianskoho suspilstva yak chynnyk sotsialnoi napruzhenosti v Ukraini / O. V. Cherniavska // Visnyk Kharkivskoho universytetu. – №456. – Seriya : Aktualni problemy suchasnoi nauky v doslidzhenniakh molodykh vchenykh m. Kharkov. – Kharkiv, 2000. – Ch. 1. – S. 9–12.
32. Shherbatyh Ju. V. Psichologija stressa / Ju. V. Shherbatyh. – M. : Jeks-mo, 2008. – 304 s.
33. Shamionov R. M. Sub#ektivnoe blagopoluchie lichnosti: psichologicheskaja kartina i faktory / R. M. Shamionov. – Saratov : Izd-vo Sarat. un-ta, 2008.
34. Shibusani T. Social'naja psichologija / T. Shibusani. – Rostov n/D : Feniks, 1999. – 539 s.
35. Apter, M. J. Religious states of mind: A reversal theory interpretation / M. J. Apter, In : Brown L. B. (ed.) Advances in the psychology of religion. – Oxford : Pergamon Press, 1985. – P. 62–75/
36. Barker, R. Frustration and regression: an experiment with young children. Studies in topological and vector psychology / R. Barker, T. Dembo, K. Lewin // V. II, Univ. Iowa Stud, Child Welf., 1941, 18, No 1, p. 1–314.
37. Bernice, L. Neugarten. The Measurement of Life Satisfaction / Bernice L. Neugarten, Robert J. Havighurst, Sheldon S. Tobin // Journal of Gerontology. – 1961. – Vol. 16. – Issue 2. – P. 134–143.
38. Smelser N. Theory of collective behavior. – N.Y. : Free Press, 1962. – P. 163.
39. Sheldon, S. Tobin. Life Satisfaction and Social Interaction in the Aging / Sheldon S. Tobin & Bernice L. Neugarten // Journal of Gerontology. – 1961. – Vol. 16. – Issue 4. – P. 344–346.

Zaika, I. V. Key manifestations of personal tension. The author presents the results of theoretical research and analyzes the concepts of social frustration, situational and personal anxiety, and life satisfaction. Social tension is associated with instable social, economic and political processes in the country and greatly affects the psychological state of the individual, organization and society as a whole. Social frustration is understood as a kind of mental tension that results from the individual's dissatisfaction with their life, achievements and positions in the social hierarchy. Situational and personal anxiety is considered as a contradiction between a person's perception of a situation as threatening and the lack of means for avoiding or overcoming it. Life satisfaction is an individual's general idea of mental comfort, which includes an interest in life as the opposite of apathy, determination, purposefulness, consistency in achieving goals, consistency between set and actually achieved goals, a positive assessment of their own qualities and actions, and general mood. The factors that influence an individual's satisfaction with life include their health, economic status, family relationships, interpersonal contacts, and attitudes, etc.

Key words: social tension; personal tension; social frustration; situational anxiety; personal anxiety; life satisfaction.

Відомості про автора

Заїка Інна В'ячеславівна, науковий кореспондент лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, Україна.

Zaika, Inna Viatcheslavivna, postgraduate student of Laboratory of Organizational And Social Psychology, G.S.Kostiuk Institute of psychology, NAPS of Ukraine, Kyiv, Ukraine.

E-mail: inna.zaika.75@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4465-1345>

УДК 352/354 – 057.34

Карамушка Л. М., Рутіна Ю. В.

ОСОБИСТІСНА ТА ПРОФЕСІЙНА САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ: РІВЕНЬ ЗНАЧУЩОСТІ, РОЗУМІННЯ СУТНОСТІ ТА УМОВ ДЛЯ ЇЇ ЗДІЙСНЕННЯ

Карамушка Л. М., Рутіна Ю. В. Особистісна та професійна самоактуалізація державних службовців: рівень значущості, розуміння сутності та умов для її здійснення. У статті на основі проведеного емпіричного дослідження визначено рівень значущості професійної та особистісної самоактуалізації для державних службовців. Визначено розуміння ними сутності професійної самоактуалізації. На основі факторного та кластерного аналізу виділено типи державних службовців за даним показником. Досліджено рівень значущості державних умов, важливих для професійної самоактуалізації державних службовців, і виділено відповідні типи державних службовців. Здійснено оцінку можливостей організацій державної служби для розвитку професійної та особистісної самоактуалізації державних службовців.

Ключові слова: самоактуалізація; особистісна самоактуалізація; професійна самоактуалізація; умови професійної самоактуалізації; державні службовці; типи державних службовців.

Карамушка Л. Н., Рутіна Ю. В. Личностная и профессиональная самореализация государственных служащих: уровень значимости, понимания сущности и условий для ее осуществления. В статье на основе проведенного эмпирического исследования определен уровень значимости профессиональной и личностной