

## СЕКЦІЯ 4. ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

**ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ  
НА ПІДСТАВІ ПОРУШЕННЯ СИСТЕМИ СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ  
І ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ В ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ  
ЗАКОНОДАВЧОГО ОРГАНУ ВЛАДИ**

Арефнія С.В., аспірант кафедри практичної психології  
Інститут журналістики і масової комунікації  
Класичного приватного університету

У статті представлено дослідження потреб особистості, незадоволення яких призводить до виникнення та розвитку професійного вигорання, а саме особистісним деструкціям у ціннісно-смысловій сфері та системі смисложиттєвих орієнтацій. Важливим аспектом дослідження стали ціннісні орієнтації, які мають значення в профілактичній роботі щодо професійного вигорання.

**Ключові слова:** смисложиттєві орієнтації, ціннісно-орієнтаційна сфера, професійне вигорання, профілактика професійного вигорання.

Арефния С.В. ВОЗНИКНОВЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ НА ОСНОВАНИИ НАРУШЕНИЯ СИСТЕМЫ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ У ГОСУДАРСТВЕННЫХ СЛУЖАЩИХ ЗАКОНОДАТЕЛЬНОГО ОРГАНА ВЛАСТИ

В статье представлено исследование потребностей личности, неудовлетворение которых приводит к возникновению и развитию профессионального выгорания, а именно к личностным деструкциям в ценностно-смысловой сфере и системе смысложизненных ориентаций. Важным аспектом исследования стали ценностные ориентации, которые имеют значение в профилактике профессионального выгорания.

**Ключевые слова:** смысложизненные ориентации, ценностно-ориентационная сфера, профессиональное выгорание, профилактика профессионального выгорания.

Arefniia S.V. THE EMERGENCE AND DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL BURNOUT, BASED ON THE VIOLATION OF A SYSTEM OF MEANINGFUL ORIENTATIONS AND VALUE-SEMANTIC SPHERE AMONG PUBLIC SERVANTS OF THE LEGISLATURE

The paper presents the research needs of the individual, which leads to dissatisfaction with the emergence and development of professional burnout: personal destruction of value-semantic sphere and system life support orientations. An important aspect of the study was the value orientation that matters in the preventive work of professional burnout.

**Key words:** semantic orientation, value-orientation sphere, professional burnout, prevention of professional burnout.

**Постановка проблеми.** Ціннісно-смыслова сфера особистості – це сукупність та певна ієрархія смислових структур, а також відповідних ціннісних орієнтацій людини, які забезпечують регуляцію її життєдіяльності. Основним чинником становлення ціннісно-смыслової сфери є процес соціалізації. Професіоналізація є одним із провідних чинників як становлення, так і трансформації ціннісно-смыслової сфери. Сформованість ціннісних орієнтацій та життєвих смислів забезпечує відповідальне ставлення до професії та себе як професіонала, спонукає особистість до творчого пошуку, дозволяє вибудувати модель професійного становлення та кар'єрного зростання.

Ціннісна залученість людини до обраного виду професійної праці є найважливі-

шим чинником її ефективного здійснення; передумовою досягнення суб'єктом високої професійної майстерності.

Смысложиттєві орієнтації є важливим чинником ефективності професійного становлення та професійного вдосконалення фахівця. Смысложиттєві орієнтації дозволяють особистості, з урахуванням зв'язків смислу життя з минулим, теперішнім та майбутнім, проектувати майбутнє, усвідомлювати свій життєвий шлях, а отже, активно вносити зміни в різні аспекти власної професійної діяльності з урахуванням змін соціальної ситуації.

Переживання емоційного, операційного, споглядального досвіду особистості втілюється в системі цінностей. Одним із голов-



них чинників вибору професії та становлення особистості як професіонала є цінності особистості і ціннісна орієнтація. Ціннісна орієнтація особистості визначає практично всі її дії, зокрема професійну поведінку. Можна визначати цінності як структурні компоненти особистості, які є вихідними утвореннями для визначення мети активності. Також вони можуть бути розглянуті як системи духовно-моральної саморегуляції особистості. Активність особистості реалізується лише в процесі взаємодії таких компонентів, як «образ Я», ідеал, рівень домагань, самооцінка, самоконтроль.

Система ціннісних орієнтацій є одним із найважливіших компонентів у загальній структурі спрямованості особистості, через яку ціннісні орієнтації втілюються в поведінці.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблемі формування ціннісних орієнтацій присвячено багато робіт класиків закордонної і вітчизняної науки, які у своїх теоріях спираються на поняття особистості, оскільки ціннісні орієнтації тісно пов'язані з нею, а також із вивченням людської поведінки, її бажань, потреб та потягів. У працях Т. Мальківської, З. Равкіна, В. Серікова та ін. розглянуті сутність етичних цінностей і ціннісних орієнтацій, їхнє місце в структурі особистості.

Цінності представляють внутрішній світ особистості, яка виражає стабільність, абсолютність, незмінність. Формуючи потреби в індивідуальному досвіді суб'єкта, особистісні цінності відображають не стільки динамічні аспекти самого індивідуального досвіду, скільки інваріантні аспекти соціального і загальнолюдського досвіду, що привласнюється індивідом. Тому можна погодитися з розумінням цінності як аспекту мотивації, якій співвідноситься з особистими чи культурними стандартами, не пов'язаними суто з актуальною напругою або актуальною хвилинною ситуацією [4].

Специфіка ціннісних орієнтацій полягає в тому, що ця категорія найтісніше пов'язана з поведінкою суб'єкта, керує цим процесом як усвідомленою дією та впливає на особистісне та професійне життя. Ціннісні орієнтації особливим чином структуровані в ієрархізовану систему ціннісних уявлень, що виражають суб'єктивне ставлення особистості до об'єктивних умов життя, реально детермінують вчинки і дії людини, проявляють і виявляють себе в практичній поведінці. Ціннісні орієнтації є стрижневою, базисною характеристикою особистості, її соціальною [5].

**Постановка завдання.** Отже, згідно з аналізом теоретичного матеріалу, однією з основних цілей стало дослідження з метою

профілактики та психокорекції професійного вигорання смисложиттєвих орієнтацій і цінностей службовців державних органів влади.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Всього в дослідженні взяло участь 215 осіб – державних службовців Апарату Верховної Ради України (жінок – 126 осіб, чоловіків – 89). Вік – від 30 до 60 років.

У процесі дослідження державних службовців ми приділили увагу з'ясуванню ціннісних орієнтацій працівників, виявлення яких надалі стало б ресурсом та профілактикою професійного вигорання.

Тому вивчення термінальних ціннісних орієнтацій держслужбовців стали одним із головних завдань емпіричного дослідження особистісних деструкцій, пов'язаних із професійним вигоранням. Емпіричне дослідження смислових орієнтацій проводилися за допомогою Тесту смисложиттєвих орієнтацій (далі – СЖО) Д. Леонтьєва (адаптована версія тесту «Смисл у житті» Дж. Крамбо й Л. Махолика), призначеного для визначення особливостей життєвих настанов людини. Визначення термінальних цінностей за сферами життя проводилося за методикою Г. Сеніна (далі – ОТЕЦ).

Опитувальник складається з 80-ти тверджень, кожне з яких респондент має оцінювати за 5-тибальною шкалою. Структура опитувальника така, що для вивчення його двох основних діагностичних конструктів (термінальні цінності й життєві сфери, де ці цінності реалізуються) використовуються ті самі твердження. Структура опитувальника дозволяє аналізувати значущість для респондента як конкретних термінальних цінностей, так і кожної з них у кожній життєвій сфері.

Кожне твердження опитувальника працювало одразу на два діагностичні конструкти. Вісім пар тверджень, які діагностують значущість певної життєвої сфери, одночасно діагностують вираження кожної термінальної цінності всередині цієї життєвої сфери. Натомість п'ять пар тверджень, які належать до загального вираження певної термінальної цінності, одночасно стосуються діагностики її вираження в кожній життєвій сфері.

*Інтерпретація здійснюється:*

– за шкалами *термінальних цінностей* (шкали «Власний престиж», «Високий рівень матеріального забезпечення», «Креативність», «Активні соціальні контакти», «Розвиток себе», «Досягнення», «Духовне задоволення», «Збереження власної індивідуальності»);

– за шкалами *життєвих сфер* (шкали «Сфера професійного життя», «Сфера нав-

чання й освіти», «Сфера сімейного життя», «Сфера суспільного життя», «Сфера захоплення»);

– за шкалами *термінальних цінностей усередині життєвих сфер*.

Структурний рівень інтерпретації дозволив визначити особливості побудови, внутрішньої організації ціннісно-орієнтаційної сфери особистості. Ціннісно-орієнтаційна сфера особистості має поліметричний характер, і саме тому вона повинна інтерпретуватися як єдина система не тільки на аналітичному, але й на структурному рівнях інтерпретації.

Під час інтерпретації даних методики на структурному рівні аналізу піддавалися, по-перше, сполучення балів, одержувані респондентом за окремими шкалами термінальних цінностей і життєвих сфер, по-друге, місцерозташування індивідуального профілю респондента на профільній сітці, по-третє, сама форма профілю.

Для проведення *формуючого етапу дослідження* зібрано *експериментальну групу* (60 осіб). До експериментальної групи залучені особи, в яких на пілотажному та констатувальному етапах дослідження виявлено професійне вигорання за всіма показниками.

*Характеристика експериментальної групи:*

60 осіб – 43 жінки (71,67%) та 17 чоловіків (28,33%).

Середній вік респондентів – 35,4 років (від 28 до 49 років).

Середній стаж роботи в органах державної влади – 6,2 роки (від 3,2 до 9,9 років).

За типом професії – 60% (36 осіб) – «Людина – знакова система», 40% (24 особи) – «Людина – людина – людина – знакова система».

Характеристика контрольної (еталонної) групи (до неї залучено осіб із найнижчими показниками за всіма параметрами професійного вигорання):

46 осіб – 33 жінок (71,74%) и 13 чоловіків (28,26%).

Середній вік респондентів – 31,33 років (від 26 до 42 років).

Середній стаж роботи в органах державної влади – 4,8 роки (від 3,1 до 6,8 років).

Респонденти експериментальної та контрольної груп були протестовані за комплексом методик, зокрема і за Тестом смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєва й «Опитувальником термінальних цінностей» Г. Сеніна.

Результати, одержані за методикою ОтеЦ Г. Сеніна, наведені в таблиці 1.

У результаті аналізу даних, наведених у таблиці 1, зазначимо таке:

– група є неоднорідною як за всіма сферами життя, так і за термінальними цінностями (велике значення стандартного відхилення);

– середні значення за всіма цінностями у всіх життєвих сферах є нижчими за нормативні;

– аналіз середньогрупових значень за сферами життя свідчить про те, що найбільш значущими для респондентів є сфери «Сімейне життя» (5,72) та «Професійне життя» (5,38);

Таблиця 1

**Розподіл термінальних ціннісних орієнтацій за сферами життя в респондентів експериментальної групи**

Сфери життя Термінальні цінності	Професійне життя		Навчання й освіта		Сімейне життя		Суспільне життя		Захоплення		Загальний бал	
	mean	$\sigma$	mean	$\sigma$	mean	$\sigma$	mean	$\sigma$	mean	$\sigma$	mean	$\sigma$
Власний престиж	6,11	2,10	4,52	2,02	6,12	1,19	4,22	2,25	4,11	2,15	5,01	1,94
Креативність	5,43	2,32	5,53	1,39	5,43	2,12	4,13	1,06	5,43	2,22	5,19	1,82
Високий рівень матеріального забезпечення	6,67	1,58	4,32	1,19	6,99	0,62	4,22	1,17	6,11	1,53	<b>5,66</b>	1,22
Активні соціальні контакти	5,01	1,43	3,62	1,56	6,11	0,95	5,25	1,16	6,34	1,23	<b>5,27</b>	1,27
Саморозвиток	4,65	1,13	5,12	1,68	5,11	1,13	5,43	1,13	5,12	1,33	5,09	1,28
Досягнення	4,66	1,01	4,11	1,99	5,15	2,01	5,82	1,12	5,11	2,01	4,97	1,63
Духовне задоволення	4,12	1,68	5,03	1,90	5,99	1,14	4,38	1,99	5,01	2,23	4,91	1,79
Збереження індивідуальності	6,42	2,01	4,18	1,47	4,88	1,24	4,78	1,49	3,89	1,02	4,83	1,45
Загальний бал	<b>5,38</b>	1,43	<b>4,55</b>	1,65	<b>5,72</b>	1,30	<b>4,78</b>	1,42	<b>5,14</b>	1,72		



Такий розподіл свідчить про високу значущість для більшості учасників групи сфери сімейного та професійного життя. Ці сфери зазвичай є провідними в людей після 30-ти років, тобто такі показники є нормативними.

Серед термінальних цінностей найбільші загальні середньогрупові значення мають такі: «Високий рівень матеріального забезпечення» (5,66), «Активні соціальні контакти» (5,27). Найменше балів набрали термінальні цінності «Духовне задоволення» (4,91) та «Збереження індивідуальності» (4,83).

Респонденти прагнуть до встановлення гарних взаємин з іншими людьми. Для них надзвичайно важливі всі аспекти людських взаємин. Основою встановлення близьких стосунків вони вважають матеріальний добробут; саме матеріальні цінності здаються їм основною можливістю спілкуватися й взаємодіяти з іншими людьми.

Низькі бали за шкалою «Духовне задоволення» свідчать про те, що респонденти передусім прагнуть робити не те, що хочеться, а те, що необхідно, навіть якщо це й нецікаво для них; можуть поступатися принципом справедливості й мало турбуються про проблеми інших людей.

Низький бали за шкалою «Збереження індивідуальності» показують, що респонденти прагнуть бути «такими, як всі», схильні коритися впливу суспільних думок, масових поглядів і позицій; у типових ситуаціях поведуться як більшість людей.

Згідно з теоретичними уявленнями про природу і структуру професійного вигорання, далі нами було вивчено особливості смисложиттєвих орієнтацій респондентів експериментальної та контрольних груп

за методикою Д. Леонтьєва. Результати, одержані за методикою СЖО Д. Леонтьєва, наведені в табл. 2.

З даних, наведених у таблиці 2, можна бачити, що:

– експериментальна група є не однорідною за всіма шкалами. Найбільша диференціація зафіксована за шкалою «Загальний показник СЖО»;

– як в експериментальній, так і в контрольній групі показники шкал смисложиттєвих орієнтацій не є високими, що свідчить про недостатню сформованість смисложиттєвих орієнтацій у респондентів обох груп. Між респондентами цих груп зафіксовано відмінності;

– за чотирма шкалами «Ціннісної сфери особистості» зафіксовано статистично значущу різницю між експериментальною та контрольною групами.

Обидві методики доповнюють результатами одна одну.

**Висновки із проведеного дослідження.** Нами встановлено таке:

– професійне вигорання пов'язане з порушенням системи смисложиттєвих орієнтацій, а отже, є потреба додати до психокорекційної програми засоби, спрямовані на гармонізацію смисложиттєвих орієнтацій особистості;

– високий рівень значення для більшості учасників групи сфери сімейного та професійного життя. Провідні цінності в цих сферах такі: «Високий рівень матеріального забезпечення» та «Збереження індивідуальності». З огляду на трактування шкал, можемо зазначити, що респонденти, з одного боку, прагнуть за допомогою своєї професійної діяльності виділитися, хочуть мати роботу або професію, яка б

Таблиця 2

**Особливості смисложиттєвих орієнтацій респондентів експериментальної та контрольних груп (за методикою Д. Леонтьєва СЖО)**

Шкали	Експериментальна група (n = 60)		Контрольна група (n = 46)		t-критерій
	Значення	$\sigma$	Значення	$\sigma$	
1. Цілі в житті.	22,12	7,14	24,44	7,23	0,23
2. Процес життя, або інтерес та емоційна насиченість життя.	25,65	8,25	27,49	8,23	0,15
3. Результативність життя, або задоволеність самореалізацією.	20,22	8,26	39,19	4,64	<b>2*</b>
4. Локус контролю «Я».	20,24	8,31	39,68	5,25	<b>1,98*</b>
5. Локус контролю життя, або керованість життя.	19,36	7,83	38,26	5,19	<b>2,01*</b>
Загальний показник СЖО	84,58	12,62	114,17	7,43	<b>2,02*</b>

t-критерій – статистично значуща різниця вибірових середніх – показники за  $p = 0,05$  – \*;  $p = 0,01$  – \*\*;  $p = 0,001$ \*\*\*.



могла підкреслити індивідуальну своєрідність і неповторність їхньої особистості, а з іншого – прагнуть мати роботу або професію, що гарантує високу зарплату й інші види матеріальних благ. Такі наміри не можуть бути задоволені на державній службі, а отже, є детермінантою внутрішньособистісних конфліктів та професійного вигорання;

– провідною цінністю респондентів є матеріальний добробут. Вони переконані в тому, що матеріальний статок є головною умовою життєвого благополуччя. Саме матеріальний добробут для них є підставою для розвитку почуття власної значущості й підвищення самооцінки. Невідповідність матеріальних статків очікуванням призводить до зниження самооцінки, невдоволеності, розчарування, що спричиняє професійне вигорання;

– низький рівень самосприйняття, збереження індивідуальності та низький рівень духовного розвитку свідчать про те, що матеріальні цінності та дотримання жорстких правил державної служби відсунули вагомі цінності на другий план. А відсутність їх реалізації призводить до підвищення незадоволеності, що може спричиняти професійне вигорання.

– за результатами дослідження в основу програми профілактики та подолання професійного вигорання в працівників державних органів влади буде покладено уявлення про особистість Г. Балла [7] та розвиток духовності особистості Е. Помиткіна [6].

Психокорекційні заходи щодо підсистеми спрямованості (сенси, цінності, мотиви, цілі, ставлення та потреби) дозволили організувати системний вплив на особистісні детермінанти як професійної діяльності, так і життєтворення особистості; забезпечити усвідомлення професійних і життєвих інтенцій. Психокорекційні заходи будуть спрямовані на інструментальну підсистему, що дозволить учасникам опанувати засоби ефективної реалізації смислів, цінностей, мотивів, цілей, ставлень та потреб. Методики програми стосуються

трьох компонентів інструментальної підсистеми (когнітивний, афективний, компетентнісний). Когнітивний – корекція професійних уявлень, професійних стереотипів, скриптів, професійних міфів, професійних наративів, професійних Я-образів, професійної ідентичності, знань про професійні поведінку, професійні норми. Афективний – корекція емоцій і почуттів, що виникають у професійній діяльності або так чи інакше з нею пов'язані. Компетентнісний – корекція знань, навичок та вмінь, необхідних або бажаних для реалізації професійної діяльності та кар'єрного росту.

Інтегрує всі психокорекційні напрями програми розвиток духовності як вершинного новоутворення особистості, яке містить складні емоційні, вольові, інтелектуальні та моральні компоненти. Через задоволення потреби в єдності активізувалися психологічні механізми духовного розвитку особистості, розвиток мотивів самовдосконалення. Системно застосовуватимуться процедури, спрямовані на врегулювання суперечностей у ціннісно-сміслових настановах та гармонізацію ціннісно-смілової сфери особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Леонтьев Д. Методика изучения ценностных ориентаций. М.: Норма, 1992. 17 с.
2. Леонтьев Д. Системно-смысловая природа и функции мотива. Вестник Московского университета. Сер. 14 «Психология». 1993. № 2. С. 56–62.
3. Леонтьев Д. Структурная организация смысловой сферы личности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 1989. 13 с.
4. Леонтьев Д. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции. Вопросы философии. 1996. № 6.
5. Титаренко Т. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К: Либідь, 2003. 376 с.
6. Помиткін Е. Психологія духовного розвитку особистості: монографія. К.: Внутрішній світ, 2007. 280 с.
7. Балл Г., Мединцев В. Особистість як індивідуальний модус культури і як інтегративна якість особи. Горизонти освіти. 2011. № 3. С. 7–14.