

6. Экстренная психологическая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях / [Алексеев О. В., Беленчук И. В., Кучер А. А., Левко О.В и др.] ; под. ред. И. В. Бордик, Т. Ю. Матафоновой. – М. : Водолей-САУТ, 2009. – 369 с.

УДК 159.922, 159.9:316.77

Олешко Д.О., ад'юнкт НА ДПСУ ім. Б.Хмельницького

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТАНУ ДОСЛІДЖЕНОСТІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті подано теоретичний аналіз концептуальних підходів щодо феномена «бар'єр» у вітчизняній та зарубіжній психології. Визначено його сутність, функції, а також генезу.

Ключові слова: бар'єр, концептуальні підходи, сутність, функції, генеза.

В статье представлен теоретический анализ концептуальных подходов относительно феномена «барьер» в отечественной и зарубежной психологии. Определены его сущность, функции, а также генезис.

Ключевые слова: барьер, концептуальные подходы, сущность, функции, генезис.

Постановка проблеми. Лише емоційно зріла особистість спроможна впоратися з будь-якими психологічними бар'єрами, зміст яких значущо впливає на такі якісні і кількісні показники професійної діяльності, як задоволеність, зацікавленість нею, працездатність, ступінь напруженості психічних функцій і процесів, що забезпечують досягнення цілей цієї діяльності. Таким чином, актуальність дослідження психологічної бар'єростійкості особистості обумовлена необхідністю підвищення рівня професіоналізму сучасного фахівця, розвитком здатності протистояти численним труднощам, що виникають перед ним як професіоналом, знаходити вихід із кризових ситуацій; пропонувати нестандартні рішення, постійно здійснювати емоційний контроль за своєю діяльністю і поведінкою.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема психологічних бар'єрів і бар'єростійкості не може бути вирішена без урахування аналізу психологічних теорій і концепцій розвитку особистості, розроблених як зарубіжними, так і вітчизняними психологічними школами. На цей час у вітчизняній психології існує велика кількість поглядів на природу і розвиток бар'єрів у різних сферах життєдіяльності людства, вони є багатозначними і багатоаспектними: бар'єри у процесі спілкування (В. Волобуєва, Т. Щербан, Т. Яценко); сприйняття (І. Батраченко), бар'єри у пізнавальній і творчій діяльності (Г. Бал, Р. Грановська, В. Моляко, Я. Пономарьов та ін.), бар'єри в інноваційній діяльності (В. Антонюк), смислові бар'єри (Л. Божович, Б. Братусь) тощо. Бар'єри розглядаються як: неусвідомлювана актуальна установка, що детермінує індиферентне або негативне настановне ставлення (Н. Яковлева); як психічний стан особистості (В. Вілюнас, Б. Паригін,

О. Свенцицький); як суб'єктивне переживання труднощів у діяльності людини (О. Леонт'єв, Н. Наєнко, С. Рубінштейн); як результат компенсації індивідом психологічної неготовності до ефективної діяльності в умовах її екстремальності (Л. Гримак, О. Тімченко, С. Яковенко). З поняттям «бар'єр» дослідники пов'язують феномен волі (В. Іванников, О. Лазурський, Н. Менчинська, В. М'ясищев та ін.), захисну поведінку (Б. Анан'єв, Л. Божович, В. М'ясищев, А. Налчатджан, В. Рожнов та ін.).

Мета статті – ознайомлення з результатами теоретичного аналізу стану дослідженості проблеми психологічних бар'єрів особистості у професійній діяльності.

Виклад основного матеріалу. Широке вживання у вітчизняній психології поняття «психологічний бар'єр» отримало при аналізі різних видів саме пізнавальної і творчої діяльності. Виявилось, що кожному відкриттю передуює поява пізнавального специфічного бар'єра. При виконанні якої-небудь діяльності людині важко зруйнувати звичну систему уявлень і підійти до цього явища з нової точки зору, тобто включити його до нової системи знань. У деяких конкретних завданнях ці труднощі пов'язані зі своєрідною завуальованістю одних вихідних даних і привнесенням інших. Високий ступінь такої завуальованості Б. Кедров назвав пізнавально-психологічним бар'єром. Він підкреслював, що виявлення такого бар'єра і перехід через нього становить психологічну сутність у вирішенні як наукових завдань, що мають суспільну високу цінність, так і завдань – головоломки, ребусів, загадок [1].

Р. Грановська зазначає, що сутність психологічного бар'єра полягає у тенденції до використання штамів [2]. Непомітно для себе людина попадає на «традиційний» шлях мислення, починає думати у загальноприйнятому, звичайному напрямку і, природно, нічого нового, оригінального придумати не може. Вплив бар'єра виражається у тому, що вирішальне те або інше завдання не тільки надмірно звужує зону пошуку гіпотез, але й напрям цього звуження вже визначено штамом. Автор виділяє такі види психологічних бар'єрів: самообмеження, пов'язані з інертністю і трафаретністю нашого мислення; схилення перед авторитетами; заборони, що базуються на помилковій аналогії.

Деякі дослідники (Л. Божович, О. Зимін) розглядають бар'єри як звичайні особистісні утворення, що перешкоджають самостійним висловленням особистості і перепиняють її саморозкриття. Психологічні бар'єри, на їхню думку, небезпечні тим, що викликають стан закритості і перешкоджають висловленням особистості про себе і тим самим створюють своєрідне нерозуміння навколишніми деяких особливостей особистості. Вони стверджують, що, виставляючи бар'єри, особистість збіднює власну сутність і прирікає себе на автономну ізоляцію від суспільства. Розглядаючи бар'єр як відносини між елементами системи, що обмежує свободу одного з них, Р. Шакуров визначає основні функції бар'єра, які після аналізу і систематизації можна представити у вигляді таблиці [3]. Отже, бар'єр у розумінні Р. Шакурова – це психологічний феномен (представлений у формі відчуттів, переживань, образів, понять та ін.), у якому відображено

властивості об'єкта обмежувати прояви життєдіяльності людини, перешкоджати задоволенню її потреб.

Таким чином, у вітчизняній психології поняття «бар'єр» і «подолання» пов'язані з онтогенезом усіх психічних структур. Головна функція бар'єрів полягає у мобілізації внутрішніх ресурсів індивіда для подолання опору середовища процесу задоволення його потреб. Досліджуючи проблему психологічних бар'єрів і бар'єростійкості, вважаємо за необхідне розглянути психологічні бар'єри як захисні механізми, отже, бар'єростійка поведінка – це спосіб взаємодії людини з різними складними ситуаціями, що проявляється або у формі психологічного захисту від неприємних переживань, або у вигляді конструктивної активності особистості, спрямованої на вирішення проблеми.

До основної функції психологічного бар'єра відносять захист особистості від погрози руйнівного впливу, говорячи про психологічні захисти (Ф. Бассін, В. Воловик, Р. Грановська, Ю. Крижанська, О. Романова, Б. Паригін та ін.). Передбачається, що будь-яка психічно здорова людина, не фрустрована проблемами, що не піддаються вирішенню, спочатку звертається до «здорових» Я-процесів у формі стратегій подолання труднощів, і лише коли ситуація виходить за межі її можливостей, звертається до захисних механізмів.

Особливий інтерес для нашого дослідження являє собою запропонована Т. Яценко схема моделі процесу походження бар'єрів, що базується на охороні власного «Я» від передбачуваних травмуючих впливів. Оцінки, що виходять із боку інших людей, можуть поставити під сумнів уявлення особистості про гармонії її якостей і про їхні цінності. Усвідомлення індивідом своєї неповноцінності є нераціональним для нього самого. Шляхом включення бар'єра створюються умови для збереження сформованої системи самооцінок, що завжди прагне бути позитивною, залишається незмінною і структура особистості [4].

С. Максименко вказує, що умовою успішної самореалізації є динамічна функціональна єдність, де образ світу та образ «Я» мовби врівноважені через адекватне розуміння свого місця у світі і використання адекватних соціальних вмінь [5]. При тих або інших порушеннях цієї рівноваги людині для вирішення проблем самореалізації доводиться шукати умовно-компенсаторні шляхи за типом психологічного захисту. Таким чином, для самореалізації людина повинна переборювати психологічні бар'єри, вирішувати утруднення, що виникають на її життєвому шляху. А це означає, що вона повинна перетворювати складні ситуації, створювати нові або змінювати обставини через особистісну трансформацію цілей, інтенцій, очікувань і домагань, щоб прийти до кращої перспективи, більшою мірою розкрити свій потенціал.

Аналіз психоаналітичних концепцій особистості показує, що більшість авторів розкриває поняття психологічного бар'єра через конфлікт несвідомого і свідомості, через усвідомлення втрати особистістю своїх цінностей, ідеалів, «свого обличчя», через конфлікт спілкування. Незважаючи на розбіжності у передбачуваних джерелах тривоги, автори теорій особистості є солідарними в одному: найважливішим механізмом психічної адаптації у важкій ситуації є

система «психологічного захисту», функціонування якої здатне пом'якшити або нейтралізувати реакцію на значущий стимул; під яким і мається на увазі «бар'єростійкість» як захисна поведінка людини, що опинилась у важкій ситуації. Особливий інтерес у межах нашого дослідження викликають психоаналітична теорія З. Фрейда та його послідовників (А. Адлера, Е. Еріксона, Е. Фромма, К. Хорні, К. Юнга та ін.), гуманістична концепція особистості К. Роджерса, теорії особистості, представлені Е. Берном і К. Левінім, когнітивний напрям у теорії особистості Дж.Келлі, а також дослідження інших вчених, які так чи інакше розглядають питання психологічних бар'єрів і стійкості до них.

Основна проблема особистості у психоаналітичній теорії Зігмунда Фрейда полягає у тому, як їй упоратися з перешкодами, різними бар'єрами, тривожністю, які зустрічаються на шляху розвитку людини. Відповідно до поглядів З. Фрейда, поведінка, усі психодинамічні процеси розгортаються у результаті взаємодії інстинктів і бар'єрів, зовнішніх і внутрішніх. Він описує людську поведінку із залученням двох категорій – «катексис» і «антикатексис». Під катексисом розуміється спрямована на певні об'єкти психічна енергія інстинктів, що вимагає розрядки, а під антикатексисом – бар'єр, що робить неможливим задоволення інстинкту [6].

Головна ідея А. Адлера – заперечення положень З. Фрейда про домінування індивідуальних несвідомих інстинктів в особистості і поведінці людини, інстинктів, які протиставляють і відокремлюють людину від суспільства [7]. Почуття спільності або суспільний інтерес є своєрідним стрижнем, що тримає усю конструкцію стилю життя, визначає її зміст і напрямок. Нерозвиненість такого почуття викликає, на думку А. Адлера, неврози і конфлікти і перешкоджає зростанню особистості. Неадекватне уявлення про себе і про світ, що створюється кожною людиною, є для А. Адлера бар'єром, перешкодою для розвитку особистості й у той же час стимулом для особистісного зростання, для самовдосконалення. Під такими перешкодами він бачив два вроджених, несвідомих почуття – неповноцінність і прагнення до переваг. Компенсаторний механізм бар'єра неповноцінності, за А. Адлером, може виступати формуванням життєвих цілей, які служать захистом проти безсилля, місцем між незадовольняючою дійсністю та яскравим, могутнім, досконалим майбутнім.

Заслуговує на увагу і теорія Е. Еріксона, в якій головною частиною структури особистості є не несвідоме Ід, як у З. Фрейда, а усвідомлювана частина, Его, що прагне у своєму розвитку до збереження своєї цілісності та індивідуальності. Его-психологія Е. Еріксона описує людей як більш раціональних і тому таких, що приймають усвідомлені рішення і свідомо вирішують життєві проблеми.

В інших психоаналітичних теоріях особистості проблема психологічних бар'єрів розглядається через структуру характеру, що формується у людини під впливом життєвого досвіду, здобуває особливе сполучення своїх індивідуальних рис і закріплюється у стилі життя. Першим, хто сформулював теорію типів характеру, був Е. Фромм, відповідно до поглядів якого поведінка людини може бути зрозумілою лише у контексті впливів культури,

що існують на конкретний момент історії [8]. З його погляду, особистість є продуктом динамічної взаємодії між уродженими потребами і тиском соціальних норм і приписів. Досліджуючи розвиток особистості, він доходить висновку, що рушійними силами цього розвитку є дві вроджені несвідомі потреби, які перебувають у стані протистояння – це потреба в укоріненості і потреба в індивідуалізації.

Відповідно до соціокультурної теорії К. Хорні, структура характеру розвивається на основі досвіду дитинства [9]. Головною у розвитку дитини є потреба у безпеці. У цьому випадку основний мотив – бути улюбленим, бажаним, захищеним від небезпеки або ворожого світу. К. Хорні вважала, що у задоволенні цієї потреби у безпеці дитина повністю залежить від своїх батьків. У випадку дурного поведіння у дитини розвивається на основі почуття самотності, безпорадності і занедбаності у ворожому оточенні базальна тривога, що надалі проявляється в усіх взаєминах людини з іншими людьми.

У свою чергу, відкидаючи фрейдівські уявлення про лібідо як домінуюче енергетичне джерело поведінки людини, Г. Саллівен запропонував розглядати як перший і найважливіший компонент особистості систему динамізмів – особливих «зразків енергії», які проявляються у міжособистісних відносинах і забезпечують задоволення потреб [10]. Невідповідності потреб способам їхнього задоволення, а також «занепокоєння» особистості із приводу своєї безпеки, що передається дитині від матері і розвивається у несприятливих міжособистісних ситуаціях, викликають, на думку Г. Саллівена, численні особистісні «напруги», конфлікти. Провідними для усіх потребами він вважав потребу у ніжності і потребу в уникненні тривоги. У той же час джерела тривоги є настільки різноманітними і непередбаченими, що фактично неможливо повністю виключити можливість неприємних, таких, що викликають занепокоєння подій, з життя людини. Ця потреба – в уникненні тривоги (у збереженні бар'єростійкості) – стає провідною для особистості і визначає формування «Я-системи», що перебуває в основі особистості людини.

У теоріях гуманістичної психології життя процес розгортання прагнення до актуалізації своїх можливостей і здібностей, генетично закладених у людині, посідає центральне місце. Людина не розглядається як егоїстична і руйнівна істота. Конфлікт не є неминучим. Особистість розглядається як унікальна цілісна система, що являє собою не щось задалегідь дане, а відкриту можливість самоактуалізації. У цьому аспекті само актуалізація розглядається як процес переживання цінностей професійної діяльності, що сприяє оптимальному подоланню психологічних бар'єрів і забезпечує стійкість професійної діяльності.

Г. Олпорт вбачає якісну різницю між зрілою особистістю і незрілою, котру він ототожнював з невротичною і вказував, що здоровій особистості властива активна позиція стосовно дійсності, доступність досвіду свідомості, самопізнання, постійний процес індивідуалізації, стійкість до фрустрації і функціональна автономія рис (об'єкти, що були раніше засобом для досягнення мети, набувають власної мотиваційної сили) [12].

Джерела ідеї самореалізації, що розвиваються в її сучасному варіанті провідними психологами, сходять до ідей А. Адлера [7]. На його думку, людина, порівнюючи себе з недосяжним ідеалом досконалості, постійно сповнюється почуттям, що вона нижче його і мотивується цим почуттям. Згодом це універсальне прагнення, відкрите А. Адлером, знайшло своє відображення у концепціях самореалізації К. Хорні, К. Роджерса, А. Маслоу та ін. Виразність тих або інших способів реагування на складні життєві ситуації ставиться у залежність від ступеня самоактуалізації особистості – чим вище рівень розвитку особистості людини, тим більш успішно справляється вона з виниклими труднощами.

Концепція самоактуалізації, описана А. Маслоу, інтерпретується як своєчасний усвідомлений вибір людини на користь своєї сутності і поетапне втілення своїх актуальних потреб у життя. «Поняття вибору трактується як свідомо перевага особистістю оптимальних стратегій поведінки у складних життєвих обставинах, що формують досвід вирішення проблем у майбутньому. Такий вибір називається конструктивним, на відміну від деструктивних переваг, що ведуть до руйнування людської самости (К. Юнг) або навколишнього соціуму (Е. Фромм)». Самоактуалізація – це не відсутність проблем, а рух від минулих і нереальних проблем до проблем реальних, вважає А. Маслоу [13].

К. Роджерс у своїй теорії особистості розрізняє дві системи регуляції поведінки: організм, що прагне зберегти і підсилити себе, і «Я» особистості – особливу сферу у полі досвіду індивіда, що складається із системи сприйняття та оцінок особистістю своїх рис і відносин до світу [14]. Він вважає, що той досвід, що виникає у людини у процесі життя і який він називає «феноменальним полем», є унікальним та індивідуальним. Цей світ, створений людиною, може збігатися або не збігатися з реальною дійсністю. Ступінь тотожності цього поля реальної дійсності К. Роджерс назвав конгруентністю. Високий ступінь конгруентності означає, що повідомлення, досвід та усвідомлювання є більш-менш однаковими. При жорсткій структурі «Я» досвід, що не погоджується з нею, сприймається як погроза особистості і при своєму усвідомленні або піддається викривленню, або заперечується. К. Роджерс пояснює таку поведінкову реакцію організму на погрозу як захист цілісності Я-структури.

Певний інтерес являє собою концепція, запропонована Е. Берном, що розуміє людину як своєрідну енергетичну систему, що прагне зберегти власну рівновагу і стан спокою. Е. Берн вважав, що людина влаштована таким чином, що при усякій внутрішній або зовнішній події рано або пізно має статися що-небудь таке, що відновить рівновагу. Енергія, що вийшла з рівноваги (напруга), проявляється у людині фізично і психічно. Психічно напруга проявляється у почутті занепокоєння і пригніченості. Це почуття походить із потреби яким-небудь способом відновити рівновагу і зняти напруження. Такі потреби називаються бажаннями [15]. Згідно думки Е. Берна, проблема людини полягає у тому, що їй доводиться відкладати зняття деяких напруг, щоб уникнути виникнення нових, ще більш складних, наприклад, замішання. У концепції Е. Берна напруга виступає як бар'єр, що

заважає задоволенню бажань; отже, здатність відновити рівновагу і зняти напругу виступає як бар'єростійкість.

У «теорії психологічного поля» К. Левіна особистість живе і розвивається в оточенні предметів, кожний з яких має певний заряд (валентність) [16]. Впливаючи на людину, ці предмети викликають у неї потреби, які К. Левін розглядав як свого роду енергетичні заряди, що викликають напруження людини. У цьому стані людина прагне до розрядки, тобто до задоволення власної потреби (біологічної або соціальної квазіпотреби). Відповідно до цієї теорії, психологічний конфлікт характеризується К. Левіном як ситуація, в якій на індивіда водночас діють протилежно спрямовані сили рівної величини. Чи призведе до виникнення конфлікту та або інша подія, значною мірою залежить від рівня напруження особистості або соціальної атмосфери групи.

Ф. Перлс вважав, що життя людського організму характеризується безперервною зміною станів балансу і нестійкості, причому наявність в організмі здатності підтримувати гомеостаз дозволяє йому задовольняти свої потреби [17]. Організм постійно стикається з різного роду дисбалансом, що виводить організм зі стану рівноваги або через зовнішні (вимоги навколишнього середовища), або через внутрішні (потреби) чинники. Людям потрібно періодично відчувати фрустрації. Людина зростає і розвивається тоді, коли вчиться переборювати фрустрації, мобілізуючи вроджені ресурси на управління (маніпуляцію) навколишнім середовищем з метою задоволення своїх потреб.

Таким чином, огляд окремих психологічних теорій і концепцій, представлених у зарубіжній психології, показав, що, поняття психологічного бар'єра розглядається з різних точок зору – як конфлікт несвідомого і свідомості, через усвідомлення втрати особистістю своїх ідеалів, цінностей, своєї безпеки, через конфлікт спілкування; як конфлікт між тиском суспільства і внутрішніми схильностями, потребами; як неадекватне уявлення про себе і про світ, що створюється кожною людиною через структуру характеру під впливом життєвого досвіду.

Висновки. Таким чином, аналіз наявних наукових праць показав, що існує велика кількість поглядів на природу і розвиток бар'єрів у різних сферах життєдіяльності людини, вони є багатозначними і багатоаспектними, але дотепер у психологічній науці немає єдиного, чіткого визначення бар'єра. Незаперечним є той факт, що основною змістовною характеристикою психологічних бар'єрів є внутрішня психічна активність, спрямована на усунення виникаючих порушень діяльності, на зміну смислових структур особистості як охорону власного Я від потенційних травмуючих впливів як передумови для змін, що заповнюють дефіцит внутрішніх ресурсів, необхідних для подолання важких ситуацій і забезпечення стійкості діяльності.

Психологічна сутність бар'єрів характеризується глибокою внутрішньою роботою з усвідомлення критичної ситуації, зародження переживання, оцінки травмуючого впливу і подальшого додання бар'єра або захисту від нього. Перешкодою, що зупиняє діяльність, є момент переживання та оцінки кри-

тичної ситуації. Отже, психологічний бар'єр розглядається як фактор, що активізує або руйнує діяльність.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кедров Б. М. Творчество в науке и технике / Кедров Б. М. – М. : Молодая гвардия, 1987. – 192 с.
2. Грановская Р. М. Защита личности : психологические механизмы / Р.М. Грановская, И. М. Никольская. – СПб. : Знание, Свет, 1999. – 352 с.
3. Шакуров Р. Х. Барьер как категория и его роль в деятельности / Р.Х. Шакуров // Вопросы психологии. – 2001. – №1. – С. 3–18.
4. Яценко Т. С. Психологические основы активной социально-психологической подготовки будущего педагога к общению с учащимися : дис... д-ра психол. наук / Тамара Семеновна Яценко. – К., 1989. – 359 с.
5. Максименко С. Д. Психологічні механізми зародження, становлення та здійснення особистості / С. Д. Максименко, В. В. Клименко, А. В. Толстоухов. – К. : Видавництво Європейського університету, 2010. – 152 с.
6. Фрейд З. «Я» и «Оно» : труды разных лет / Фрейд З. – Тбилиси : Мерани, 1991. – 398 с.
7. Адлер А. Понять природу человека / Адлер А. – СПб. : Академический проект, 2000. – 256 с.
8. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Фромм Э. – М., 1998. – 670 с.
9. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза / Хорни К. – СПб. : Лань, 1997. – 240 с.
10. Салливен Г. С. Интерперсональная теория психиатрии / Г. С. Салливен. – М, 1999. – 345 с.
11. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. – М., 1970. – С. 178–209.
12. Олпорт Г. Становление личности : избранные труды / Г. Олпорт ; [пер. с англ. Л. В. Трубицыной и Д. А. Леонтьева]; под общ. ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – 468 с.
13. Маслоу А. Психология бытия / Маслоу А. – М., 1997. – 304 с.
14. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Роджерс К. – М, 1994. – 380 с.
15. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Берн Э. – М. : Прогресс, 1988. – 399 с.
16. Левин К. Типы конфликтов / К. Левин // Психология конфликта / сост. и общая редакция Н. В. Гришиной. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
17. Перлз Фредерик Опыты психологии самопознания : практикум по гештальттерапии / Фредерик Перлз, Р. Хефферлин, П. Гудмэн. – М., 1993. – 240 с.