



ISSN 2450-6486

<http://ehs.eeipsy.org>DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.2.09>

This publication was made with the funds of a joint Grant of
EEIP (Ukraine - France) and ChF "Education: Future"

**Алла МОСКАЛЬОВА**

Саморегуляція як ознака ефективного подолання професійних криз керівниками загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни*

ALLA MOSKALYOVA. Self-regulation as a sign of effective overcoming of professional crises by the heads of general educational institutions in the conditions of war. *The psychological features of socio-political crises situation in Ukraine, which influences on the origin of problems of both personality and professional, development. They are reflected in a publication. The value of difficult psychology situation is marked during military operations on the origin of posttraumatic disorder of personality which generates difficulties at implementation of administrative activity including in the system of education. It is considered essence of concepts «professional crisis of personality», «professional crisis» of leader general. The problem of studying psychological features of overcoming of professional crises rises by the leaders of general educational establishments in the conditions of war. It is found out, that the successfully used self-regulation of personality and helping overcoming of professional crises is in an educational environment. Research of ability of the use of self-regulation*



Received 05.20.2023

Peer-reviewed 06.01.2023

Revised version received 06.18.2023

Accepted 06.25.2023

of general educational establishments leaders is conducted at overcoming of professional crises in the conditions of war. There are results of researching.

Keywords: *psychotraumatic event, stress disordering after psychology injuring, crisis, socio-political events, military operations in a peace-time, professional crisis, professional crisis of leaders of general educational establishments, self-regulation.*

1. Постановка проблеми

У зв'язку із політичним, економічним, екологічним неблагополуччям, що виникли в Україні, відбувається різке порушення звичного способу життя, краху життєвих планів, розриву звичних соціальних зв'язків, а також з'являються проблеми професійного та кар'єрного зростання. Поглиблює ситуацію психогенна катастрофа, зумовлена соціально-політичними подіями, а саме: військові дії у мирний час, бомбардування, тероризм, поява вимушених переселенців і біженців, жертв захоплення та заручників, загибель родичів та ін.

Як зазначає у своїх дослідженнях С. Ніколаєнко [4], людина може брати вільну чи мимовільну участь у стресових життєвих подіях, викликаних військовими діями. Автор зазначає, що на відміну від багатьох інших стресових ситуацій, участь у війні формує психічні травми з віддаленими наслідками [1], які супроводжуються комплексним впливом на людину, а саме: усвідомлюване почуття загрози для життя, так званий «біологічний страх смерті», а також страхи поранення, болі, інвалідизації; стрес, що виникає у безпосереднього учасника бою; психоемоційний стрес, пов'язаний із загибеллю товаришів; вплив специфічних чинників бойової обстановки (дефіцит часу, прискорення темпу дій, раптовість, невизначеність, новизна); негаразди і обмеження в умовах бойових дій (нерідко відсутність повноцінного сну, дефіцит води та харчування); іноді незвичайний для учасника війни клімат і рельєф місцевості (гіпоксія, спека, підвищена інсоляція та ін.) [6].

Інші автори [7] також виокремлюють *безпосередніх жертв* військових подій – це ті хто: безпосередньо знаходилися в місці теракту і отримали пошкодження; чиї родичі або друзі загинули в результаті терактів; втратили роботу в результаті терактів; брали участь в рятувальних операціях); *непрямі жертви* – це ті хто: могли отримувати інформацію про теракт через ЗМІ, чутки, розповіді очевидців і т.п. і у яких визначається психопатологічна симптоматика (що виникла після терактів).

У науковій літературі зазначається, що у результаті психотравмуючих подій, що створюють загрозу для життя та здоров'я людини, виникає відчуття безсилля, страх, невпевненість, розпач тощо. За реакцією на таку ситуацію поведінку постраждалих людей можна розподілити за такими ознаками: а) готові до боротьби за виживання в агресивному середовищі, для них необхідний вдало продуманий психологічний супровід та підтримка (вчасне інформування, стимуляція до активності, координація дій тощо); б) байдужі до оточуючих і до того, що відбувається навколо, пасивність, страх майбутнього, втрата сенсу життя тощо. Це саме та група осіб, яка потребує термінової психологічної допомоги, що полягає у цілеспрямованому, системному психологічному втручанні спеціальним чином підготованих психологів.

Такі люди, на думку авторів, володіють ознаками різного ступеня вираженості посттравматичного стресового розладу, ПТСР (posttraumatic stress disorder, PTSD) [4]. Іншими словами, посттравматичний стресовий розлад розвивається після переживання особою психотравмуючої події. Особа може бути учасником чи свідком цієї події.

Отже, посттравматичний стресовий розлад (PTSD, ПТСР, посттравматичний синдром, «комбатантський синдром», «в'єтнамський синдром», «афганський синдром», «східний синдром» тощо) розглядається як психічний розлад, різновид неврозу, що виникає в результаті переживання однієї чи кількох психотравматичних подій, таких як, наприклад, військові дії, теракти, аварії чи стихійні лиха, катастрофи, важка фізична травма, побутове чи статеве насильство, загроза смерті або перебування свідком або заподіювачем чужої смерті [5].

Як наслідок, значна кількість людей перебуває у кризовому стані, вихід з якого можливий за своєчасної психологічної підтримки. Особливо це стосується керівників, які окрім власних психологічних проблем несуть тягар відповідальності за підлеглих. Враховуючи актуальність та недостатність розробки проблеми подолання професійних криз особистості, *метою статті* є визначення сутності поняття «професійна криза», дослідження психологічних особливостей стилю особистісної саморегуляції та можливості здійснення подолання професійних криз керівниками загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни.

2. Аналіз останніх досліджень і публікацій

Аналіз наукової літератури надав можливість виявити, що дослідження проблеми професійної кризи в різних галузях народного господарства загалом та в системі середньої освіти зокрема, розглядалися лише деякими як зарубіжними (Е.Ф. Зеєр, Я.М. Мітіна, Е.Е. Симанюк), так і українськими науковцями (О.І. Бондарчук, Н.Ю. Волянюк, Л.М. Карамушка, С.Д. Максименко, Т.М. Титаренко та ін.) [3]

Аналіз наукової літератури виявив, що у наукових дослідженнях з вікової та педагогічної психології, соціальної психології, організаційної психології, психології управління досліджувалися питання, що висвітлювали окремі аспекти зазначеної проблеми. Сутність поняття «професійна криза» управлінця трактується як [2; 4]:

- психічний стан людини, що характеризується суб'єктивними (внутрішніми) переживаннями неможливістю реалізації двох професійно важливих мотивів – мотиву досягнення і потреби в досягненнях (Н. Пилипенко);
- явище в професійній діяльності, що призводить до деструкцій, деформацій структури особистості (Н.А. Голиков, О.О. Деркач, А.К. Маркова, В.П. Подвойский, Е.В. Руденский, Д.І. Трунов та ін.);
- різка зміна вектора професійного розвитку суб'єкта діяльності (М.Й. Варій, Н.Ю. Волянюк, В.Л. Ординський, Е.Е. Симанюк та ін.);
- «професійне вигорання» (Г.С. Абрамова, В.В. Бойко, О.І. Бондарчук, Н.Є. Водопьянова, Т.В. Зайчикова, Е.Л. Ільїн, Л.М. Карамушка, С.Д. Максименко, Т.В. Форманюк, Е. Aronson, E. Hartman, C. Maslach та ін.);
- переживання професійних проблем, що усвідомлюються як професійні перешкоди, які виникають внаслідок блокування можливості досягнення професійних цілей, що мають життєзначущий, особистісний сенс для управлінця (А.С. Москальова).

Проте варто відмітити, що вивченню зазначеної проблеми в науковій літературі приділено не достатньо уваги.

В науковій літературі особистісна саморегуляція розглядається як процесорганізації особистістю своєї поведінки, який характеризується специфічною активністю, спрямованою на узгодження поведінки

особистості з вимогами ситуацій, очікуваннями інших людей, забезпечення оптимального рівня взаємодії як між власними підструктурами, так і взаємодії із зовнішніми впливами. На думку К.О. Абульханової-Славської, саморегуляція може здійснюватися при наступних умовах: коли індивід здатен адекватно відображати і моделювати наявну ситуацію; перетворювати власну внутрішню і зовнішню активність у відповідності з моделлю запропонованої ситуації; переборювати безпосередні спонукання ради досягнення перспективної мети, за наявності у індивіда можливості виходити за межі наявної ситуації [3].

В психологічній науці поняття «саморегуляція» чільно пов'язане з самосвідомістю особистості. Так В.І. Моросанова та Е.О. Аронова, виділяють три основні функції самосвідомості, а саме: 1) здатність людини до самоідентифікації, самооцінки та свого ставлення до світу; 2) здатність людини бути суб'єктом усвідомленої та спрямованої зміни себе; 3) спрямовуюча регуляція своєї поведінки і життєдіяльності завдяки самосвідомості, яка забезпечує їх усвідомлення [3].

Автори стверджують, що перші дві функції є більш вивчені в науці. Перша функція щодо механізмів підтримки внутрішньої цілісності вивчалась рядом авторів, що стосуються порушень та викривлень самосвідомості та їх впливу на поведінку людини. На думку за Б. В. Зейгарник, розвинута саморегуляція забезпечує не лише свідому організацію дії за допомогою засобів, направлених на її оптимізацію, але й оволодіння, свідоме управління, власною мотивацією [3]. Ця здатність може використовуватися в подоланні професійних криз особистості. Варто звернути увагу і на те, що здатність до цілостності особистості допомагає людині адаптуватися і до самого себе, через самоприйняття, самоприспосовування, завдяки чому людина стає більш впевненою. Друга функція сприяє удосконаленню та себе за рахунок самопізнання та само змін, що досягається завдяки особистісній саморегуляції. Третя функція це регулятивна функція своєї поведінки та життєдіяльності за рахунок самосвідомості це процес по забезпеченню дієвості змісту самосвідомості, що і проявляється у взаємозв'язку самосвідомості з поведінкою та діяльністю людини.

3. Методика дослідження

Для дослідження рівнів особистісної саморегуляції керівників ЗНЗ нами було використано методику «Стиль саморегуляції поведінки-98» В.І. Моросанової та Є.М. Коноз (для виявлення

характеристик як розвитку складових, так і самої саморегуляції). Зазначимо, що завдяки методиці «Стиль саморегуляції поведінки-98» — ССП-98 В.І. Моросанової та Є.М. Коноз, яка містить 46 тверджень згрупованих у сім шкал: планування (здатність виявляти реалістичні плани, самостійно висувати і утримувати цілі діяльності); моделювання (здатність виокремлювати умови, які мають значення для досягання мети); програмування (здатність обмірковувати способи своїх дій для досягнення поставленої мети); оцінювання результатів (здатність адекватно оцінювати себе і результатів своєї діяльності); гнучкість (здатність перебудовувати систему саморегуляції у зв'язку із зміною зовнішніх і внутрішніх умов); самостійність (характеризує автономність в організації, активність, здатність самостійно планувати, організовувати і контролювати роботу з досягання мети); загальний рівень саморегуляції (характеризує усвідомленість і взаємозв'язок регуляторних ланок в загальній структурі індивідуальної регуляції) [3].

Усього в дослідженні брали участь 102 керівники ЗНЗ, які проходили підвищення кваліфікації в ДВНЗ «Університет менеджменту освіти» НАПН України. Статистичне опрацювання даних і графічна презентація результатів здійснювалась за допомогою пакета статистичних програм SPSS (версія 17.0).

4. Виклад основного матеріалу

Аналіз результатів методики надав можливість виявити певні характеристики розвитку стилю особистісної саморегуляції.

Майже всі отримані результати показали, що як загальний рівень особистісної саморегуляція, так і її показники у керівників загальноосвітніх навчальних закладів знаходяться на низькому (90,2 %), або середньому (8,8 %) рівнях розвитку. Виявлено, що лише 1,0 % керівників загальноосвітніх навчальних закладів проявили високий рівень особистісної саморегуляції. Наявність переважної кількості осіб з низьким рівнем особистісної саморегуляції вказує на те, що таким керівникам притаманно: відсутність потреби в усвідомленому плануванні та програмуванні своєї поведінки, відсутність впевненої поведінки в невизначених життєвих та виробничих ситуаціях, невпевненість. Важаємо, що саме такі характеристики керівників загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни стримують їхню діяльність.

Зупинимось більш детально на характеристиці показників

особистісної саморегуляції керівників загальноосвітніх навчальних закладів.

Особливо низькими були показники шкал «гнучкість» та «програмування» (83,3 % та 85,3 % відповідно). Варто відмітити, що решта керівників попали в групу з середніми показниками (16,7 % та 14,7 % відповідно). Низький рівень за шкалою «гнучкість» вказує на те, що таким керівникам ЗНЗ важко адекватно реагувати на ситуацію, швидко і своєчасно планувати діяльність і поведінку, розробити програму дій, виділити значимі умови, оцінити неузгодженість отриманих результатів з метою діяльності та внести корекції. Наші дослідження співпадають з дослідженнями деяких авторів [7], які вказують на те, що недавні негативні життєві події можуть гальмувати або знижувати поведінку людини.

Що ж до показника «програмування» то наявність низьких показників вказують на невміння і небажання продумувати послідовність своїх дій. На думку Н. В. Тарабріної [7], людям, які не тільки безпосередньо були учасниками бойових дій, а й переживали за своїх друзів чи родичів, коли чули про те, що відбувається з ними із мас-медіа, притаманно відчуття безпомочності, погіршення ефективності соціального функціонування. В таких умовах важко виконувати дії пов'язані із активним способом життя, де задіяні механізми розумової діяльності. А серед особистісних характеристик переважає відчуття власної загрози життю, емоційна незрілість, ригідність, екстернальна спрямованість тощо [7].

Привертають увагу низькі показники шкал «планування» (75,5%) та «моделювання» 68,6 %. Це говорить про те, що у досліджуваних із низькими показниками за цією шкалою «планування» переважає слабо розвинена потреба в плануванні, поставлена мета рідко буває досягнута. Низькі показники за шкалою «моделювання» вказують на тенденцію до неадекватної оцінки значимих внутрішніх умов і зовнішніх обставин, що корелюють із ознаками ПТСР. У таких досліджуваних часто виникають труднощі у визначенні мети і програми дій, адекватних поточній ситуації, вони не завжди помічають зміну ситуації, що також часто призводить до невдач.

Результати, отримані за шкалами «оцінювання результатів» та «самостійність», є дещо вищими, хоча особливо і не впливають на загальну картину. Так, низький рівень за шкалою «оцінювання результатів» (72,5 %) характеризує некритичність до своїх дій, що веде до різкого погіршення якості результатів при збільшенні обсягу

роботи, погіршенні стану або виникненні зовнішніх труднощів. Переважання досліджуваних з низьким показником за шкалою «самостійність» вказує на залежність від думок і оцінок оточуючих.

Отже, отримані результати щодо рівнів сформованості особистісної саморегуляції вказують на те, що керівникам загальноосвітніх навчальних закладів, які знаходяться в умовах війни, ефективно здійснювати подолання професійних криз дуже непросто.

5. Висновки

Таким чином, розглянуто психологічні передумови виникнення, на основі психотравмуючих подій під час війни, посттравматичного розладу особистості, який руйнує звичний спосіб життя людини у суспільстві, її здоров'я, особистісне та професійне зростання. А також призводить до виникнення труднощів на роботі, як у персоналу і керівників організацій загалом, так і освітніх організацій, зокрема, що сприяє виникненню професійних криз. Виявлено, що професійна криза керівника загальноосвітнього навчального закладу є переживання професійних проблем, що усвідомлюються як професійні перешкоди, які виникають внаслідок блокування можливості досягнення професійних цілей, що мають життєзначущий, особистісний сенс для управлінця. З'ясовано несформованість ефективного стилю особистісної саморегуляції керівників загальноосвітніх навчальних закладів при подоланні професійних криз, що вказує на нагальну проблему, яка є характерною для людей, що відчули на собі тягар психотравмуючих дій під час війни. Це вказує на необхідність надання психологічної допомоги керівникам задля ефективного здійснення ними подолання професійних криз як власних, так й персоналу загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни.

Дослідження не висчерпує всіх аспектів проблеми. Перспективою подальших наукових розробок в цьому напрямку вбачається розробка тренінгових програм щодо розвитку ефективного стилю особистісної саморегуляції та її складових у керівників загальноосвітніх навчальних закладів при подоланні професійних криз.

References:

1. Александровский Ю. А. Посттравматическое расстройство и общие вопросы развития психогенных заболеваний / Ю. А. Александровский // Российский психиатрический журнал. – 2005. – № 1. – С. 4–12.

2. Москальова А. С. Підготовка керівників освітніх організацій до попередження професійних криз особистості: спецкурс / А. С. Москальова. – К., 2010. – 28 с.
3. Москальова А. С. Деякі аспекти дослідження особистісної саморегуляції керівників загальноосвітніх навчальних закладів в умовах післядипломної педагогічної освіти / А. С. Москальова //Зб. мат-ів наук.-практ. конф. «Наукові засади підвищення кваліфікації керівників навчальних закладів» 23 квітня 2014 р. НАПН України, Ун-т менедж. освіти. – К., 2014. С. 50-51.
4. Москальова А.С. Психологічна підготовка керівників освітніх закладів до подолання професійних криз: гендерний аспект : спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навчання в системі після диплом. пед. освіти / А. С. Москальова ; НАПН України, Ун-т менедж. освіти. – К., 2011. – 36 с.
5. Ніколаєнко С. Особливості психологічної допомоги учасникам військових дій при посттравматичному стресовому розладі //Світогляд – Філософія – Релігія. Зб. наук. праць. 2014. – Вип. 7. – С. 51-61.
6. Посттравматичний стресовий розлад / [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://uk.wikipedia.org/wiki..>
7. Пушкарёв А. Л. Посттравматическое стрессовое расстройство : диагностика, психофармакотерапия, психотерапия / А. Л. Пушкарёв, В. А. Доморацкий, Е. Г. Гордеева. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2000. – 128 с.
8. Тарабрина Н.В. Современное состояние психологических исследований террористической угрозы / Ю.В.Быховец. – [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России : электрон. науч. журн. – 2011. N 5. URL: <http://medpsy.ru>.

Transliteration of References:

1. Aleksandrovskiy Yu.A. (2005). Posttravmaticheskoe rasstroistvo y obshchie voprosy razvitiia psikhogennyykh zabolevaniy / Yu. A. Aleksandrovskiy // Rossiyskiy psykhyatricheskyy zhurnal. № 1. S. 4–12.
2. Moskalova A.S. (2010). Pidhotovka kerivnykiv osvitnikh orhanizatsii do poperedzhennia profesiinykh kryz osobystosti: spetskurs / A. S. Moskalova. K. 28 s.
3. Moskalova A.S. (2014). Deiaki aspekty doslidzhennia osobystisnoi samorehuliatsii kerivnykiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv v umovakh pislidyplomnoi pedahohichnoi osvity / A. S. Moskalova //Zb. mat-iv nauk.-prakt. konf. «Naukovi zasady pidvyshchennia kvalifikatsii kerivnykiv navchalnykh zakladiv» 23 kvitnia 2014 r. NAPN Ukrainy, Un-t menedzh. osvity. K. S. 50-51.
4. Moskalova A.S. (2011). Psykholohichna pidhotovka kerivnykiv osvitnikh zakladiv do podolannia profesiinykh kryz: hendernyi aspekt: spetskurs dlia slukhachiv ochno-dystants. formy navchannia v systemi pislia dyplom. ped. osvity / A. S. Moskalova; NAPN Ukrainy, Un-t menedzh. osvity. K. 36 s.
5. Nikolaienko S. (2014). Osoblyvosti psykholohichnoi dopomohy uchastykam viiskovykh dii pry posttravmatychnomu stresovomu rozladi //Svitohliad – Filosofiia – Relihiia. Zb. nauk. prats. Vyp.7. S. 51-61.

6. Posttravmatychnyi stresovyi rozlad / [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu : <https://uk.wikipedia.org/wiki>.
7. Pushkariov A.L. (2000). Posttravmaticheskoe stressovoe rasstroistvo : diagnostika, psikhofarmakoterapiya, psikhoterapiya / A. L. Pushkariov, V. A. Domoratskyi, E. H. Hordeeva. M.: Izd-vo Instituta psikhoterapii. 128 s.
8. Tarabrina N.V. (2011). Sovremennoe sostoianie psikhologicheskikh issledovaniy terroristicheskoi ugrozy / Yu.V. Byukhovets. [Elektronnyi resurs] // Meditsynskaia psikhologiya v Rossii: elektron. nauch. zhurn. N 5. URL: <http://medpsy.ru>.

The Author

Alla Stepanivna MOSKALYOVA
*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor,
Professor of the Department of
Management Psychology,
State Educational Institution "University
of Education Management",
Kyiv, Ukraine
E-mail: moskalla@ukr.net*

Abstracts

АЛЛА МОСКАЛЬОВА. Саморегуляція як ознака ефективного подолання професійних криз керівниками загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни. У публікації висвітлено психологічні особливості соціально-політичного неблагополуччя в Україні, яке впливає на виникнення проблем як особистісного, так і професійного розвитку. Відмічено значення психотравмуючої ситуації під час військових дій на виникнення посттравматичного розладу особистості, що породжує труднощі при виконанні управлінської діяльності, у тому числі в системі освіти. Розглянуто сутність понять «професійна криза особистості», «професійна криза» керівника загальноосвітнього навчального закладу. Піднімається проблема вивчення психологічних особливостей подолання професійних криз керівниками загальноосвітніх навчальних закладів в умовах війни. З'ясовано, що вдало використана саморегуляція особистості допомагає подоланню професійних криз в освітньому середовищі. Проведено дослідження здатності використання саморегуляції керівниками загальноосвітніх навчальних закладів при подоланні професійних криз в умовах війни. Подано результати.

Ключові слова: психотравмуюча подія, простотравматичний стресовий розлад, криза, соціально-політичні події, військові дії у мирний час, професійна криза, професійна криза керівників загальноосвітніх навчальних закладів, саморегуляція.

ALLA MOSKALYOVA. Samoregulacja jako przejaw skutecznego przezwyciężania kryzysów zawodowych przez kierowników ogólnokształcących placówek oświatowych w warunkach wojny. W publikacji zwrócono uwagę na aspekty społeczno-politycznego niepokoju na Ukrainie, które wpływają na pojawienie się problemów zarówno rozwoju osobistego, jak i zawodowego. Zwraca się uwagę na znaczenie sytuacji traumatycznej podczas działań wojennych w kontekście powstawania pourazowego zaburzenia osobowości, co generuje trudności w wykonywaniu działalności zarządczej, w tym w systemie edukacji. Rozważono istotę pojęć „kryzys zawodowy osobowości”, „kryzys zawodowy” z punktu widzenia kierownika ogólnokształcącej placówki oświatowej. Poruszono problem badania psychologicznego aspektów przezwyciężania kryzysów zawodowych przez kierowników ogólnokształcących placówek oświatowych w warunkach wojny. Stwierdzono, że skuteczna samoregulacja osobowości pomaga przezwyciężyć kryzysy zawodowe w środowisku edukacyjnym. Przeprowadzono badanie umiejętności stosowania samoregulacji przez kierowników ogólnokształcących placówek oświatowych podczas przezwyciężania kryzysów zawodowych w warunkach wojennych. Przedstawiono wyniki tych badań.

Słowa kluczowe: wydarzenie traumatyczne, zespół stresu pourazowego, kryzys, wydarzenia społeczno-polityczne, działania wojenne w czasie pokoju, kryzys zawodowy, kryzys zawodowy kierowników ogólnokształcących placówek oświatowych, samoregulacja.

* Матеріал підготовлено у 2017 році (коли тривав 4-й рік війни, яку в 2014 році розпочала Росія проти України) і вперше представлено на I-й Міжнародній Міждисциплінарній Асамблеї “ІПТСР: дорослі, діти та родини в ситуації війни” (8-10 грудня 2017 року, м. Київ, Україна) (Ред.)