

Rybalka V. V. Psychologija rozvytku tvorchoi' osobystosti [Psychology of a creative personality's development] / V. V. Rybalka. – K. : IZMN, 1996. – 236 s.

10. Юнг К. Г. Психологія і поезія / К. Г. Юнг // Антологія світової літературно-критичної думки ХХ ст. – Львів : [б. в.], 1996. – С. 93–107.

Jung K. G. Psychologija i poezija [Psychology and poetry] / K. G. Jung // Antologija svitovoi' literaturno-krytychnoi' dumky HH st. – L'viv, 1996. – S. 93–107.

УДК 316.624

**А. Б. Мудрик**

Received December 15, 2015;

Revised March 15, 2016;

Accepted April 26, 2016.

## ДО ПИТАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ АДИКЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

Залежна, або адиктивна, поведінка є однією із форм девіантної поведінки, яка виражається в прагненні до відходу від реальності через зміну свого психічного стану за допомогою прийому деяких речовин або постійної фіксації уваги на певних предметах чи видах діяльності, супроводжується розвитком інтенсивних емоцій і має захисний характер.

Ще донедавна досить актуальною була проблема хімічних залежностей, таких як тютюнопаління, алкоголізм, наркоманія, залежність від стимуляторів тощо. Проте сьогодні вже не викликає сумнівів, що залежність може розвинути не лише від уживання психоактивних речовин, а й від різноманітних видів діяльності (або потоків інформації), які приносять безпосереднє задоволення.

Сучасний реєстр подібних поведінкових адикцій, на думку окремих авторів, нараховує близько тисячі різних адиктивних «агентів» (адиктогенів), що спонукують до формування нефармакологічних хвороб залежності.

В умовах сьогодення досить помітним є виражене прагнення людей орієнтуватися насамперед на кар'єрні та професійні досягнення. Відповідно, фахівець щораз більше часу проводить на роботі і менше часу приділяє іншим сферам свого життя. Подібний спосіб життя утворює певний перекис у бік професійної діяльності, що може спричинити виникнення значних проблем в інших сферах життя та порушення психологічного здоров'я.

Професійні адикції в патологічній формі прояву стають дедалі частішим явищем, а це означає, що з'являється більша кількість людей, яка потребує психологічної допомоги. Тому одними з найбільш важливих практичних завдань сьогодення є збереження професійного здоров'я фахівця, профілактика професійних залежностей та формування гармонійно розвиненої особистості.

**Ключові слова:** адикція, адитивна поведінка, професійна адикція, трудовголізм, професійна лінь, завчена безпорадність, прокрастинація, професійний перфекціонізм, ургентна залежність, професійний маргіналізм.

**Mudryk A. B. To the Question of Profession Addictions.** Dependent or addictive behavior is a form of deviant behavior, which is expressed in the striving for escaping from reality by changing own mental condition by means of taking certain substances or permanent fixation of attention on certain objects or activities, accompanied by the development of intense emotions and has defensive nature.

Until recently, was actual the problem of chemical addictions such as tobacco-smoking, alcohol and drug abuse, dependence on stimulants, etc. However, it is now no doubt that the dependence can develop not only on the substance use, but also from various types of activities (or data flows) that bring immediate pleasure.

The current list of such behavior addictions, according to some authors, amounts to about a thousand of different addiction to “causes” (the genes of addiction) that induce the formation of pharmacological disease of addiction.

In the present circumstances, there is a notable aspiration of people for being mostly oriented toward career and professional achievements. Accordingly, a professional person spends more time at work and dedicates less time to other areas of their lives. Thus, similar way of workaholic life makes a turn to one side of certain professional activity, makes a skew that may lead to large problems in other areas of life and broken psychological health. Professional addictions in a pathological form of manifestation are becoming more common phenomenon, and this means that there are more people in need of psychological help. Therefore, one of the most important present practical problems – to promote good work-related health of specialists, professional addictions prevention and formation of harmoniously developed personality.

**Keywords:** addiction, addictive behavior, professional addiction, workaholism, professional laziness, learned helplessness, procrastination, professional perfectionism, urgent professional relationship, professional marginalism.

**Мудрик А. Б. К вопросу профессиональных аддикций личности.** Зависимое, или аддиктивное, поведение является одной из форм девиантного поведения, которое выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности, сопровождается развитием интенсивных эмоций и имеет защитный характер.

Еще не так давно весьма актуальной была проблема химических зависимостей, таких как табакокурение, алкоголизм, наркомания, зависимость от стимуляторов и т. п. Однако сегодня уже не вызывает сомнений, что зависимость может развиваться не только от употребления психоактивных веществ, но и от различных видов деятельности (или потоков информации), которые приносят непосредственное удовольствие.

Современный реестр подобных поведенческих аддикций, согласно с некоторыми авторами, насчитывает около тысячи различных аддиктивных «агентов» (адиктогенов), которые побуждают к формированию нефармакологических болезней зависимости.

В современных условиях достаточно заметным является выраженное стремление людей ориентироваться прежде всего на карьерные и профессиональные достижения. Соответственно, специалист все больше времени проводит на работе и меньше времени уделяет другим сферам своей жизни. Подобный образ

жизни образует определенный переко́с в сторону профессиональной деятельности, что может приводить к возникновению значительных проблем в других сферах жизни и нарушению психологического здоровья. Профессиональные аддикции в патологической форме проявления становятся все более частым явлением, а это значит, что появляется большее количество людей, которые нуждаются в психологической помощи. Поэтому одной из самых важных практических задач современности является сохранение профессионального здоровья специалиста, профилактика профессиональных зависимостей и формирование гармонично развитой личности.

**Ключевые слова:** аддикция, аддиктивное поведение, профессиональная аддикция, трудоголизм, профессиональная лень, заученная беспомощность, прокрастинация, профессиональный перфекционизм, ургентная зависимость, профессиональный маргинализм.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Феномен психологічної залежності, що є однією з найбільш актуальних і хворобливих проблем сьогодення, стає атрибутом сучасного життя. Якщо раніше проблеми психологічних залежностей переважно пов'язувалися із різного роду хімічними залежностями, то сьогодні зростає інтерес науковців до дослідження інших форм залежності, зокрема професійних адикцій особистості.

Професійні адикції в патологічній формі прояву стають дедалі частішим явищем, а це означає, що з'являється більша кількість людей, яка потребує психологічної допомоги. Тому одне з найбільш важливих практичних завдань сучасності – збереження професійного здоров'я фахівця, профілактика професійних залежностей та формування гармонійно розвиненої особистості.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Дослідження психологічних особливостей залежної поведінки особистості, її симптоматики, видів висвітлено у роботах і зарубіжних, і вітчизняних дослідників (В. Оутс, А. Міллер, Б. Робінзон, Г. Портер, Б. Кіллінджер, В. Кукк, М. Гріффітс, Д. Пайнз, О. Личко, С. Кулаков, Ц. Короленко, Є. Ільїн, А. Єгоров, Є. Змановська, В. Менделевич, Т. Донських, Б. Братусь, Ю. Зав'ялов, Ц. Короленко, К. Лисецький, Н. Максимова, Толстоухова, Н. Пихтіна, Г. Золотова, Р. Карковська, Н. Моргунова, О. Песоцька, Ж. Вірна, Н. Бугайова та ін.).

**Мета статті** полягає в теоретичному вивченні феномену професійних адикцій особистості. **Основні методи дослідження** – аналіз наукової літератури, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних даних.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Англomовний термін «адиктивна поведінка»

(від англ. addiction – схильність, пристрасть, згубна звичка) останніми роками щораз частіше використовується у вітчизняній психологічній науці. Якщо звернутися до історичних коренів цього поняття, то латин. addictus – «той, хто пов'язаний боргами (засуджений до рабства за борги)». Інакше кажучи, це людина, яка знаходиться в глибокій рабській залежності від якоїсь непереборної влади.

У психології із феноменом адиктивної поведінки пов'язують ім'я В. Міллера (1984 р.), який уперше обґрунтував це поняття і надав йому наукового статусу.

Адиктивну поведінку російські вчені Ц. Короленко, Н. Дмитрієва тлумачать як різновид девіантної, деструктивної поведінки, для якої властиве прагнення втечі від реальності через штучну зміну свого психічного стану за допомогою вживання різноманітних хімічних речовин чи постійної фіксації уваги на певних видах діяльності задля розвитку та підтримання інтенсивних емоцій [8]. Науковці розрізняють три види адикцій: хімічні (вживання та вдихання психоактивних речовин: тютюну, алкоголю, наркотиків, медичних препаратів, речовин побутової хімії); нехімічні (патологічна схильність до азартних ігор (гемблінг); комп'ютерні адикції; інтернет-залежності; любовні адикції та адикції уникання; сексуальні адикції; спортивні адикції (адикція вправ); адикція до витрачання грошей професійні адикції та ін.); проміжні форми (між хімічними й нехімічними залежностями, оскільки у виникненні цих адикцій залучені поведінкові й біохімічні механізми) – харчові адикції (нервова анорексія й булімія) [8].

Нехімічними називаються такі адикції, де об'єктом залежності стає поведінковий патерн, а не психоактивні речовини. У західній літературі для означення цих видів адиктивної поведінки науковці використовують термін «поведінкові адикції». Отже, залежність може розвинути не лише від уживання психоактивних речовин, а й від різних видів діяльності (або потоків інформації), які приносять безпосереднє задоволення. З огляду на здобутки психологічної науки щодо поведінкових адикцій можна констатувати близько тисячі різних адиктивних «агентів» (адиктогенів), що призводять до формування нефармакологічних хвороб залежності [5].

Переходячи до аналізу професійних залежностей, слід зазначити, що *професійна адикція* найчастіше розглядається як нав'язлива потреба певного виду діяльності. Теоретичне поле аналізу проблеми професійних адикцій стосується розгляду таких соціально-психологічних

явищ, як трудоголізм, професійна лінь, завчена безпорадність, прокрастинація, ургентна залежність, професійний перфекціонізм, професійний маргіналізм [2].

Уперше термін «*трудоголізм*» (роботоголізм, *workaholisme*) увів американський священник та фахівець із психології релігії У. Оутс у 70-х роках ХХ ст. Загалом теоретичний аналіз різних наукових підходів до розуміння поняття трудоголізму дає змогу зазначити, що найчастіше його трактують як потяг людини до роботи, який, у разі набуття характеру залежності, витісняє всі інші інтереси та потреби, заповнює собою життя [7]. Більшість підходів до проблеми трудоголізму мають схожий напрям (У. Оутс, Б. Робінзон, Робінсон, Г. Портер, Б. Кіллінджер, М. Гріффітс, А. Гоголева, І. Козлова, М. Наріцин, Ц. Короленко, В. Менделевич, Є. Ільїн, О. Єгоров, О. Весніна, В. Караваєва, Р. Карковська, Ж. Вірна та ін.).

У. Оутс описує трудоголіка як особу, що з гордістю розповідає про те, як вона багато працює, презирливо відгукується про інших людей, які працюють менше та гірше, ніж вона; ця особа не здатна відповісти відмовою на прохання виконати додаткову роботу та схильна до суперництва. Б. Робінзон окреслює трудоголізм як ситуацію, коли людина починає надавати перевагу роботі як відходу від переживань щодо свого емоційного стану та з приводу проблем особистого життя. Г. Портер вважає, що трудоголіку властиве ригідне мислення, втеча від дійсності, відсутність критики, і зазначає, що від цієї залежності страждає кожна четверта людина, яка працює. Б. Кіллінджер трактує трудоголізм одночасно як негативний та складний процес, який впливає на здатність індивіда належним чином функціонувати, та стверджує, що до цієї форми адикції особливо схильні фахівці соціономічних професій, особливо медичні працівники. М. Гріффітс підкреслює, що основна відмінність між працьовитістю та трудоголізмом полягає в тому, що здорові поведінкові моделі щось привносять у життя, у той час як адикції забирають із життя [12].

Що стосується російських і українських наукових підходів, то більшість авторів схильні розглядати трудоголізм як деструктивну залежність. Відомий науковець О. Єгоров вважає, що однією з важливих особливостей трудоголізму є компульсивне прагнення до постійного успіху та схвалення з боку оточення. Адикт відчуває страх невдачі, «втрати себе, свого “Я”», боязнь бути звинуваченим у некомпетентності, ліні тощо. З цим пов'язано домінування в психологіч-

ному стані почуття тривоги, яке не залишає трудоголіка майже ніколи. Трудоголік настільки фіксований на роботі, що відчужується від сім'ї, друзів, стає замкнений у системі власних переживань. Науковець І. Козлова також розглядає трудоголізм із позиції психологічної залежності. На думку дослідниці, трудоголіки, поринаючи в роботу, гублять зв'язок із навколишнім світом; у них зазвичай не складається сімейне життя (така людина або самотня, або має в сім'ї негаразди); вони мають вузьке коло інтересів та труднощі, пов'язані із самореалізацією [7]. Російський психотерапевт Н. Наріцин зауважує, що різні прояви трудоголізму виникають найчастіше на тлі тієї або іншої нестабільності; а точніше – після різних «революційних змін», громадських криз тощо. Науковець висловлює думку, що в деякій частині людей спрацьовує якийсь закладений глибоко всередині механізм: стрес, розруха, нестабільність і, відповідно, вони рятуються роботою, надмірною працею. Після громадських катаклізмів, можливо, деякий час це йде на користь. Але трудоголізм може бути так само спровокований кризами, особистими, душевними, сімейними проблемами або відчуттям нестабільності власного «психологічного тилу» [7]. Дослідник Г. Старшенбаум зазначає, що «втеча в роботу» від повсякденного життя може бути пов'язана з неможливістю переживати «маленькі життєві радощі», нездатністю забезпечити собі домашній комфорт. Людина захоплено ставить перед собою дедалі важчі професійні завдання і з почуттям задоволення розв'язує їх. Робота займає всі її думки, основну частину часу, сил та енергії [10].

Варто зазначити, що в межах полярного прояву трудоголізму науковці схильні виділяти такі адикти, як професійна лінь, прокрастинація, завчена безпорадність.

*Професійна лінь* полярна до таких якостей людини, як працьовитість, старанність. У різних словниках, як зазначає Т. Понарядова, лінь (лінощі) визначається подібним чином: у Словнику давньоруської мови – як недбальство, безтурботність; у Словнику російської мови XI–XVII ст. – як відсутність бажання; у Словнику В. Даля – як небажання працювати, відраза до праці, як схильність до неробства, дармоїдства; Д. Ушаков розглядає лінь як відсутність бажання виконувати роботу, а С. Ожегов пише, що лінь – це відсутність бажання діяти, працювати, любов до неробства. Подібні визначення ліні пропонуються і в зарубіжних словниках. Так, Оксфордський тлумачний словник англійської мови Хорнбі трактує лінь як небажання

працювати або бути активним, працювати якнайменше, щоб не витратити багато енергії [7, с. 168]. Проаналізувавши ці визначення, можна виділити два аспекти: як мотиваційний стан і як властивість особистості (любов до неробства, схильність до неробства, дармоїдства).

Д. Богданова пропонує таке визначення: «Лінь – це реакція особистості на невідповідність вимог ситуації, діяльності суб'єктивного змісту цих вимог, ситуацій, своєї ролі в ситуації, зовні проявляється як відмова або ухилення від цієї діяльності, взаємодії із ситуацією, а внутрішньо – як переживання неможливості встановити потрібне співвідношення внаслідок порушення або недостатньої інформованості механізмів саморегуляції». Є. Михайлова виділяє три компоненти ліні: мотиваційний, поведінковий та емоційний [7, с. 169].

Термін «*прокрастинація*» (латин. *pro* – попереду і *crastinus* – завтрашній; англ. – *procrastination*) означає відкладання запланованих дій на потім. Уперше в психологічну практику термін «прокрастинація» увів П. Рінгенбах у 1992 р., означивши його у книзі «Прокрастинація в житті людини». Значний внесок у вивчення цього феномену внесли дослідники А. Елліс і В. Кнаус, опублікувавши свої наукові доробки в книзі «Подолання прокрастинації» [7, с. 174]. У наступні роки над вивченням феномену прокрастинації працювали і зарубіжні, і українські науковці: Дж. Бурка і Л. Юен; Дж. Феррарі, Дж. Джонсон, Л. Соломон, К. Даймон, Дж. Лей, Дж. Пері, О. Шемякіна, Н. Гараян, Е. Ільїн, Н. Карловська, Р. Баранова, М. Кисельова, Н. Шухова, Д. Антипілова, М. Шиманська, Н. Крейдун, О. Невоєнна, О. Поліванова, Л. Яворська, С. Яновська, А. Шиліна, К. Макогончук, О. Фролова, Є. Базика, О. Бондаренко та ін.

Регулярне вивчення феномену прокрастинації почалося в 1970-х рр. ХХ ст. Однак пошуки в історичних джерелах виявили згадки про «прихильників відкладати на завтра» вже у Стародавній Греції (про них писав поет Гесіод, афінський полководець Фулідід, на прокрастинаторів у владних структурах скаржився і Марк Туллій Цицерон). Про прихильників відкладати справи на завтра зазначено і в Оксфордському словнику за 1548 рік.

Спочатку феномен «прокрастинація» розглядався досить вузько. Дослідники трактували його з етико-філософського погляду, найчастіше маючи на увазі під цим поняттям термін «лінь», тобто психічний стан, що характеризується відсутністю бажання що-небудь робити,

якщо це потребує вольового зусилля (Т. Хокінс і Г. Претор-Пінні; С. Степанов, К. Платонов та ін.). Дослідники Н. Гаранян, А. Горбунова, С. Мохова та інші розглядали феномен прокрастинації у зв'язку з особистісними характеристиками. Синдром «мотиваційної недостатності» розглядався також у контексті перцептивно-семантичної організації часу (Ф. Зімбардо) і теорії перфекціонізму (Е. Бернс, П. Х'юїтт, Г. Флітт, Р. Слен, Дж. Ешбі, А. Холмогорова та ін.).

Як комплексний, неоднорідний у психологічному плані феномен, прокрастинація включає в себе поведінкові, емоційні та когнітивні компоненти й тісно пов'язана з мотиваційною сферою особистості.

Прокрастинація – явище нормативне, може виникати час від часу в кожній людині, однак загрозу становить ситуація, коли прокрастинація стає звичним робочим станом людини. Сучасні дослідження науковців (Н. Гаранян, Е. Ільїна, Н. Карловської, Р. Баранової, Д. Анпілової та ін.) підтверджують, що явище прокрастинації призводить до вкрай негативних наслідків: виникає стрес, почуття провини, жаль за втраченими можливостями, зниження ефективності й продуктивності діяльності, виникнення міжособистісних конфліктів, незадоволення оточенням тощо. На думку зарубіжних дослідників Дж. Харріотта та Дж. Феррарі, кожний четвертий представник західної цивілізації страждає від власної прокрастинації.

Я. Варваричева тлумачить прокрастинацію як вираження емоційної реакції на заплановані або необхідні справи, що пояснюється наявністю в людини низки суб'єктивних чинників: нерішучості, страху невдачі й несхвалення з боку оточення, невпевненості в собі, перфекціонізму [1].

Узагальнення досліджень психологічного феномену *завченої безпорадності* в західній психології дало змогу виявити, що завчена безпорадність розглядається як психологічний стан, що формується внаслідок тривалого суб'єктивного усвідомлення невідконтрольності подій і проявляється в різкому зниженні продуктивної активності людини (К. Петерсон, М. Селігман, Л. Абрамсон, Л. Еллой, Д. Хірто, С. Майер, Дж. Гілхам, Н. Репуччі, Х. Хекхаузен та ін.) [4].

Згідно з теорією завченої безпорадності, що її започаткував М. Селігман, людина може «завчити» безпорадність, пасивність і навіть депресивну поведінку за умови накопичення досвіду власної неможливості впливати на ситуацію, яка склалася [14]. Д. Хірто, продовжуючи наукові пошуки М. Селігмана, дійшов висновку, що



завчена безпорадність має тенденцію до генералізації – поширення на чималий спектр ситуацій, у результаті чого закріплюється своєрідна модель поведінки, більше того – життєва стратегія «безпорадності» [13]. Подальші дослідження показали, що завчена безпорадність стимулюється, здавалося б, позитивними підкріпленнями, такими як співчуття, надання допомоги, опіка тощо.

У російській психології завчена безпорадність вивчалася в контексті виділення двох її видів – ситуативної та особистісної (М. Батурін, Д. Цирінг), на основі яких із позицій суб'єктного підходу було сформульовано концепцію особистісної безпорадності (Д. Цирінг), яка відобразилася в працях інших авторів (К. Веденеєва, О. Давидова, К. Забеліна, Л. Рудіна, Ю. Яковлєва та ін.) [4].

Цей феномен в українській психології вивчався лише епізодично (Я. Гошовський, О. Демчук, В. Горбунова, С. Занюк, І. Зарубінська, А. Костюк, Т. Макота, О. Музика, І. Ушакова, В. Харитонов), що відобразилося, зокрема, і в термінологічній невизначеності. Семантичний аналіз уживаних термінів «завчена», «навчена», «набута», «вивчена», «прищеплена» безпорадність засвідчив, що психологічному змісту феномену безпорадності більшою мірою відповідає поняття «завчена безпорадність», яке підкреслює «завчений», «засвоєний» під дією зовнішніх і внутрішніх чинників характер цього явища [4].

Термін «*ургентна адикція*» вперше ввів до наукового тезаурусу зарубіжний вчений Н. Тассі в 1993 р. Слід зазначити, що автор не здійснює точної дефініції поняття «ургентна залежність», однак інтерпретує його як залежність від постійної нестачі часу. Стан зумовлений зайнятістю, потребою бути залученим до різноманітних видів діяльності, пришвидшенням темпу життя.

Значний внесок у вивчення феномену ургентної залежності здійснили такі зарубіжні й вітчизняні науковці, як Н. Тассі, В. Гросс, В. Міллер, Є. Ільїн, Ц. Короленко, В. Менделевич, Н. Моргунова, В. Ляудіс, О. Шибко, Н. Дмитрієва, І. Зеленко, К. Стволигін, А. Єгорова, А. Єгоров, А. Артемчук, А. Голева та ін.).

Ургентна адикція – вид залежності, що виявляється в суб'єктивному відчутті постійного браку часу й страху «не встигнути». Людині з такою залежністю властиві такі особистісні характеристики, як бажання контролювати час і усвідомлення неможливості підпорядкувати собі хід подій; реалізація професійних обов'язків на шкоду задоволенню потреб у відпочинку і міжособистісних стосунках; прийнят-

тя абсолютно всіх вимог, що стосуються професійної діяльності; втрата здатності радіти життю в сьогоденні, «зацикленість» на завданнях майбутнього або невдачі в минулому; ігнорування минулого, витіснення в несвідоме емоційно насичених переживань; страх майбутнього; прагнення відкладати на майбутнє, зазвичай невизначене, реалізацію своїх цілей і бажань у поєднанні з почуттям того, що час минає [11].

Теоретико-методологічний аналіз вивчення феномену *перфекціонізму* демонструє його багатоаспектність дослідження у психологічній науці. Феномен перфекціонізму вивчали такі зарубіжні і вітчизняні науковці, як Е. Фромм, А. Адлер, К. Хорні, А. Маслоу, З. Фройд, Дж. Ешбі, Л. Сільверман, Л. Кларк, С. Блатт, Д. Ватсон, К. Адкінс, В. Паркер, Г. Оуенс, П. Слейд, О. Савенко, І. Гуляс, З. Карпенко, Т. Титаренко, Ж. Вірна, О. Соколова, П. Циганкова, Н. Гаранян, Л. Данилевич, А. Холмогорова, Г. Чепурна, К. Дебровський, С. Волікова, Т. Юдєєва, Д. Хамачек, К. Шчуцька, О. Золотарьова, О. Лоза, І. Матієшин та ін.

Розгляд перфекціонізму в доробках сучасних науковців демонструє широку варіативність його трактувань, що об'єднані в такі підходи до його вивчення: потреба самовдосконалення, яка визначає специфіку особистісних стандартів діяльності, без урахування здатності до їх досягнення, і виявляється в прагненні бути досконалим, ідеальним у всьому (Н. Гаранян, Дж. Ешбі, Р. Слені, Г. Флет, Р. Фрост, П. Х'юїтт та ін.); настанова особистості, що виявляється в тенденції розглядати як неприйнятне те, що «нижче за довершеність» (Д. Барнс, Г. Олпорт, І. Гуляс, Н. Грисенко, З. Карпенко, П. Циганкова та ін.); життєвий стиль, що включає змінену мотиваційну спрямованість і особливості когнітивного стилю, такі як надмірне узагальнення, імперативність, ігнорування обмежень, когнітивна недиференційованість тощо (А. Адлер, М. Елліот, В. Паркер, А. Золотарьова, О. Соколова, М. Холодна, Т. Юдєєва та ін.); риса особистості, яка виявляється в повсякденній практиці висування до себе та інших вимог щодо виконання обов'язків і провадження діяльності на більш високому рівні, ніж того потребують обставини, а також у прагненні до бездоганного виконання завдання (Д. Ватсон, К. Кларк, К. Ландрева, А. Харкнесс, Г. Чепурна та ін.) [9].

Якщо особистість фахівця позбавлена професійної ідентичності, то виникає так званий *професійний маргіналізм* – утрата професійної

ідентичності, байдужість до професійних норм і обов'язків, заміщення професійних цінностей і моралі цінностями та цілями іншого середовища – професійного чи позапрофесійного. Таким чином, професійний маргіналізм – це невідповідність особистості професіонала та його поведінки етико-нормативним вимогам професії [6].

Феномен професійного маргіналізму представлено у наукових доробках таких зарубіжних та українських учених, як Д. Сьюпер, А. Маслоу, Е. Еріксон, Т. Парсонс, Ст. Беком, Ст. Вордвелл, Н. Дензін, В. Ільїн, К. Абульханова-Славська, А. Пальмонарі, Н. Антонова, Л. Мітіна, Д. Леонтьєв, З. Єрмакова, Ж. Зайнобіддінов, Г. Гарбузова, М. Кліщевська, В. Зливков, Н. Кузьміна, А. Лукіячук, Т. Міщенко, З. Оруджев, М. Павлюк, Ю. Поваренков, В. Столін В. Сафін, Л. Шнейдер, О. Кочкурова, К. Тороп, М. Попіль, Е. Зеєр, О. Єрмолаєва, Є. Єфремов, Є. Конєва, В. Ляудіс, Є. Чорний, А. Шатохін, О. Косилова, С. Краснодзьомська, С. Максименко, І. Попова, Л. Путилова, М. Тьомкін, Г. Ложкін, О. Саннікова, Ж. Вірна, Н. Волянчук, Л. Орбан-Лембрик та ін.

О. Волкова зазначає, що професійна маргінальність виступає як основна форма й визначальний чинник соціальної маргінальності. Науковець виділяє такі типи маргіналізмів згідно з мотиваційно-реалізаційним критерієм: 1) біхевіоральні – люди, що прийняли професійні цінності не повністю або формально; 2) ментальні – вузькі фахівці, що не виходять у виконанні посадових функцій за межі особистих інтересів, або люди, що не зробили для себе професію особово значущою цінністю. Авторка виділяє наслідки професійної маргіналізації: невідповідність перебування в професії й володінні відповідною підготовкою; незбіг високої компетентності фахівця з його місцем в ієрархії професійного поля; часткова втрата професійними групами панування над буденною свідомістю людей [3].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Проведений теоретичний аналіз сучасного стану вивчення та розробки феномену професійних адикцій дає загальне уявлення про суть та основні різновиди означеного явища. Професійні адикції розуміються як нав'язлива потреба до певного виду діяльності. Теоретичне поле аналізу проблеми професійних адикцій стосується розгляду таких соціально-психологічних явищ, як трудоголізм, професійна лінь, завчена безпорадність, прокрастинація, ургентна залежність, професійний перфекціонізм, професійний маргіналізм. Перспективи подальших дослі-

дженъ убачаємо в можливості удосконалити теоретико-методологічні конструкти вивчення професійних адикцій особистості та впровадити системну діагностику прояву професійних адикцій.

### *Література*

1. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я. И. Варваричева // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121–131.  
Varvaricheva Ja. I. Fenomen prokrastinacii: problemy i perspektivy issledovanija [Phenomenon of procrastination: problems and prospects of research] / Ja. I. Varvaricheva // Voprosy psihologii. – 2010. – № 3. – P. 121–131.
2. Вірна Ж. П. Неврогенез професійних деструкцій особистості / Ж. П. Вірна // Психологічні перспективи. – 2012. – Вип. 19. – С. 84–91.  
Virna Zh. P. Nevrogenez profesiynih destruktсий osobistosti [Neurogenesis of professional destructions of personality] / Zh. P. Virna // Psihologichni perspektivu. – 2012. – Vip. 19. – P. 84–91.
3. Волкова О. А. Социологическая модель социальной работы в сфере профессиональной идентификации в современном Российском обществе : автореф. дис. ... д-ра социол. наук / Волкова О. А. – СПб., 2007. – 42 с.  
Volkova O. A. Sociologicheskaja model' social'noj raboty v sfere professional'noj identifikacii v sovremennom Rossijskom obshhestve : avtoref. dis. ... d-ra sociol. nauk [The sociological model of social work in the field of professional identity in the modern Russian society] / Volkova O. A. – SPb., 2007. – 42 p.
4. Дучимінська Т. І. Психологічні особливості подолання особистісної безпорадності в навчальній діяльності студентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Дучимінська Т. І. ; СНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2013. – 26 с.  
Duchimins'ka T. I. Psihologichni osoblivosti podolannja osobistisnoї bezporadnosti v navchal'nij dijāl'nosti studentiv : avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk : 19.00.07 [Psychological characteristics of overcoming personal helplessness of student's training activity] / Duchimins'ka T. I. ; SNU im. Lesi Ukrainki. – Lutsk, 2013. – 26 p.
5. Егоров А. Ю. Нехимические зависимости / А. Ю. Егоров. – СПб. : Речь, 2007. – 190 с.  
Egorov E. Ju. Nehimicheskie zavisimosti [Non-chemical addictions] / A. Ju. Egorov. – SPb. : Rech, 2007. – 190 p.
6. Ермолаева Е. П. Профессиональная идентичность и маргинализм: концепция и реальность / Е. П. Ермолаева // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – № 4. – С. 51–59.  
Ermolaeva E. P. Professional'naja identichnost' i marginalizm: koncepcija i real'nost' [Professional identity and marginalism: the concept and the reality] / E. P. Ermolaeva // Psihologicheskij zhurnal. – 2001. – T. 22. – № 4. – P. 51–59.
7. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.  
Il'in E. P. Rabota i lichnost'. Trudogolizm, perfekcionizm, len' [The work and personality. Workaholism, perfectionism, laziness] / E. P. Il'in. – SPb. : Piter, 2011. – 224 p.

8. Короленко Ц. П. Аддиктология: настольная книга / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – М. : Ин-т консультирования и системных решений, 2012. – 536 с.  
Korolenko Ts. P. Addiktologija: nastolnaja kniga [Addictology: table book] / Ts. P. Korolenko, N. V. Dmitrieva. – M. : In-t konsultirovanija i systemnych resheniy, 2012. – 536 p.
9. Матієшин І. В. Психологічні особливості перфекціонізму спортсменів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Матієшин І. В. ; СНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2013. – 20 с.  
Matieshin I. V. Psihologichni osoblivosti perfekcionizmu sportsmeniv : avtoref. dis. ... kand. psichol. nauk : 19.00.01 [Psychological peculiarities of perfectionism of sportsmen] / Matieshin I. V. ; SNU im. Lesi Ukrainki. – Lutsk, 2013. – 20 p.
10. Старшенбаум Г. В. Аддиктология: психология психотерапия зависимостей / Г. В. Старшенбаум. – М. : Когито-Центр, 2006. – 367 с.  
Starshenbaum G. V. Addiktologija: psihologija i psihoterapija zavisimostey [Addictology: psychology and psychotherapy of addictions] / G. V. Starshenbaum. – M. : Kogito-Tsentr, 2006. – 367 p.
11. Шибко О. Л. Ургентная аддикция как форма аддиктивного поведения личности / О. Л. Шибко // Психологический журнал. – 2006. – № 3 (11). – С. 65–69.  
Shibko O. L. Urgentnaja addikcija kak forma addiktivnogo povedenija lichnosti [Urgent addiction as a form of addictive behavior person] / O. L. Shibko // Psihologicheskij zhurnal. – 2006. – № 3 (11). – P. 65–69.
12. Griffiths M. D. Workaholism is still a useful construct / M. D. Griffiths // Addiction Research and Theory. – 2005. – Vol. 13. – № 2. – P. 97–100.
13. Hiroto D. Locus of control and learned helplessness / D. Hiroto // Journal of Experimental Psychology. – 1974. – № 102. – P. 187–193.
14. Seligman M. Helplessness: on depression, development, and death / Martin Seligman. – New York : W. H. Freeman, 1992. – 250 p.

УДК 159.923.2

**Н. О. Олейник**

Received October 27, 2015;

Revised December 16, 2015;

Accepted March 26, 2016.

## **ФАКТОРНА МОДЕЛЬ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ**

Стаття присвячена дослідженню феномену самотності. Труднощі визначення та інтерпретації сутності переживання самотності пояснюються певною суперечністю в теоретичному усвідомленні самотності як психічного феномену.