

ЦІЛЬОВА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: МОЖЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ

GOAL ORIENTATIONS: CORRECT OPTIONS

Стаття присвячена проблемам постановки та дотримання цілей і стану їх дослідження в сучасній психології. Розглянуто західну теорію коригування цілей, де робиться акцент на вивченні процесів адаптивної саморегуляції, у яких важливу роль відіграє здатність ідентифікувати, ставити й досягати цілі. Нами ця концепція оцінена як «операціональна». У статті представлена протилежна теорія футурреальної психології українського дослідника Я. Васильєва, яка спирається на ситуативний підхід. Футурреальність розглядається дослідником як провідна орієнтація особистості на майбутнє, виходячи з реальних умов ситуації теперішнього часу. Людина живе майбутнім і для майбутнього. Таке бачення проблеми футурреальності спирається на постулати ситуаційного підходу, які стверджують, що життєдіяльність людини є процесом розв'язування ситуацій, які послідовно змінюють одна одну. Це дає можливість чітко визначити ситуації майбутнього, теперішнього та минулого часу й суттєві ознаки їх зовнішніх умов. Ним висунута категорія «цільова спрямованість особистості», розглянута її рівнева структура, віддаленість цілей від ситуації теперішнього часу та визначені цілі саморозвитку особистості. Подано визначення процесу саморозвитку й окреслено чотири види цілей, що його становлять: самореалізації, самовизначення, самовдосконалення та самоактуалізації. У рівневій структурі цільової спрямованості особистості встановлені чотири рівні і три позиції, які спираються на три види віддаленості цілей: егоцентричну, раціональну та альтруїстичну. Нами цей підхід оцінено як «холістичний». Для вивчення футурреальних процесів розроблена методика дослідження цільової спрямованості особистості (ЦСО). Вона дає змогу визначити зміст цілей і їх віддаленість від ситуації теперішнього часу в напрямку до майбутнього. Наводяться приклади ситуацій, під час яких досліджувалася можливість корегування цільової спрямованості особистості.

Ключові слова: теорія корегування цілей, футурреальна психологія, цільова спрямо-

ваність, ситуативний підхід, саморозвиток особистості.

The article is devoted to the problems of setting and meeting the goals and state of their research in modern psychology. A Western theory of goal adjustment has been considered, focusing on the study of adaptive self-regulation processes in which the ability to identify, pursue, and achieve goals plays an important role. We considered this concept operational. The article presents the opposite theory of futurreal psychology of the Ukrainian researcher Y. Vasilyev, which relies on a situational approach. Futurality is considered by the researcher as a leading orientation of the person for the future, based on the real conditions of the situation of the present time. Man lives to the future and for the future. This vision of the futurality problem relies on a situational approach that states that human life is a process of solving situations that consistently change one another. This makes it possible to clearly identify the situations of the future, present and past and the essential features of their external conditions. He put forward the concept of "goal orientation of the personality", to consider its level structure, the distance of goals from the situation of the present time and defined goals of self-development of the personality. The process of self-development was defined and four types of goals were outlined: self-realization, self-determination, self-improvement and self-actualization. Four levels and three positions were established in the level structure of the personality goals, which are based on three types of goal distance: self-centered (egocentric), rational and altruistic. We consider this approach to be "holistic". To study futurreal's processes, a methodology for the study of goal-oriented personality (CSR) was developed. It allows you to determine the content of goals and their remoteness from situations of the present time towards the future. The article provides examples of situations in which the possibility of adjusting the targeting of the individual was explored.

The article provides examples of situations in which the possibility of corrections goal orientation of the personality.

Key words: goal correction theory, futurreal psychology, goal orientation, situational approach, personality self-development.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.12-2.25>

Каневський В.І.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. Прагнення до особистих значущих цілей забезпечує основу для високої якості життя. Цілі забезпечують напрям дій, наповнюють життя сенсом і є проявом самості. Дослідження саморегуляції й адаптивної поведінки людини часто підкреслюють роль, яку відіграє досягнення мети, поряд із супутніми процесами, що сприяють досягненню цілей, таких як наполегливість, самоефективність або оптимізм (Bandura, 1977; Carver & Scheier, 1981; Heckhausen & Schulz, 1995). Цілі є проекцією особистості в майбутнє.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема цілі (мети) і визначення її в психології має важливий і багатоаспектний характер. Фізіологи обґрунтовували механізми цільоспрямованої діяльності рефлексом мети [7], акцептором дії [1], образом потрібного майбутнього [2]. У психологічній науці цілі пов'язуються з процесами визначення мети й утворення, які реалізуються в указівці на їх зв'язок з діями та мотивами діяльності. Із цих питань накопичено великий експериментальний матеріал. За останні 20 років найбільш цікаві дослідження в західній психології так чи інакше

пов'язані з теорією коригування цілей (Goal Adjustment Theory). Ми можемо тут відзначити роботи С. Wrosch, R.C. Carver, R. O'Connor [11]. Робиться акцент на вивченні процесів адаптивної саморегуляції, у яких важливу роль відіграє здатність ідентифікувати, ставити й досягати цілі (Carver & Scheier, 1998; O'Connor & Cassidy, 2007; O'Connor & Forgan, 2007; Sheldon, Ryan, Deci & Kasser, 2004). Стратегію постановки й реалізації цілей розглядали в роботах Р. Gollwitzer і Г. Oettingen [10]. Водночас існує футурреальний підхід українського психолога Я. Васильєва до дослідження особистості на основі цільової спрямованості її, що відображає її футурреальність, при цьому ставляться акценти на ситуаціях майбутнього часу, які включають перспективні цілі

Постановка завдання. У публікації ми хочемо представити вітчизняний підхід у роботі із цільовою поведінкою особистості, його особливості порівняно із західними концепціями. Ми розглянемо його оригінальність і практичну цінність, деякі результати його застосування та можливість використання в корекційній роботі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як ми зазначали вище, у процесах адаптивної саморегуляції важливу роль відіграє здатність ідентифікувати, ставити й досягати мету. Особливе місце останнім часом приділяється більш широкому розумінню цільової поведінки, за якого вважається, що адаптивним процесам слугує також можливість відмовитися від поставленої мети, якщо вона стає неактуальною або недосяжною (Wrosch, Scheier, Miller, Schulz & Carver, 2003b). Це положення теорії коригування цілей, представники якої (С. Wrosch, R.C. Carver, R. O'Connor) визначають, що найбільш адаптивною відповіддю на недосяжну мету є її коригування, що тягне за собою як відсторонення від недосяжної мети, так і відновлення альтернативних цілей [11], оскільки можливі як зовнішні (соціальні умови), так і внутрішні чинники (наприклад, вік, здоров'я), що тягарем лежать на особистості й обмежують можливості досягнення цілей. Описано два механізми: goal disengagement (відокремлення від мети) і goal reengagement (повторне зчеплення), що працюють у цьому процесі, розроблена Шкала коригування цілей (Goal Adjustment Scale) [12], що дає змогу визначити рівень презентації їх у цільовій поведінці. Їх урахування дає можливість припускати корекцію психологічного стану особистості. Ми б визначили цей підхід як операціональний. Разом із тим існує футурреальний підхід Я. Васильєва до дослідження особистості на основі цільової спрямованості її, що відображає її футурреальність, при цьому ставляться акценти на ситуаціях майбутнього часу, які включають

перспективні цілі; ми б визначили цей підхід як холистичний. Цей погляд звертається до цілей саморозвитку особистості, можна згадати, що один із представників холізму, К. Гольдштейн, відзначав, що нормальний організм – це той, «у якого тенденція до самоактуалізації діє зсередини та який перемагає труднощі, що виникають у процесі зіткнення із зовнішнім світом не на основі тривоги, а в очікуванні радості перемоги» [9].

Цілі є сполучною ланкою між реальними ситуаціями теперішнього часу й майбутнім, а за цілями стоять мотиви та способи дії. Футурреальність розглядається дослідником як провідна орієнтація особистості на майбутнє, виходячи з реальних умов ситуації теперішнього часу. Людина живе майбутнім і для майбутнього. Таке бачення проблеми футурреальності спирається на ситуаційний підхід, який стверджує, що життєдіяльність людини – процес розв'язування ситуацій, що послідовно змінюють одна одну. Це дає можливість чітко визначити ситуації майбутнього, теперішнього та минулого часу й суттєві ознаки їх зовнішніх умов.

Для вивчення футурреальних процесів дослідником розроблена методика дослідження цільової спрямованості особистості (ЦСО). Вона дає змогу визначити зміст цілей і їх віддаленість від ситуацій теперішнього часу в напрямі до майбутнього. Ця методика є головним інструментом експериментальних досліджень напряму футурреальної психології, яка вважає, що людина завжди орієнтується на ситуації майбутнього часу, виходячи з реальних ситуацій теперішнього часу, так як він завжди ставить цілі, незалежно від того, усвідомлює він це чи ні. С. Рубінштейн указував, що спрямованість включає два тісно між собою пов'язані моменти: а) предметний зміст, оскільки спрямованість – це завжди спрямованість на щось, на якийсь більш-менш певний предмет, і б) напруження, яке при цьому виникає [8].

У цьому визначенні привертає увагу вказівка на те, що спрямованість пов'язана з досягненням цілей і вирішенням завдань. Із визначення випливає, що спрямованість має стосунок до реальності, а це значить, що вона має стосунок до життєвих ситуацій. Саме включення предметного змісту в ситуації та його зв'язок зі спрямованістю дали можливість автору футурреальної концепції об'єднати в одному контексті спрямованість і ситуаційний підхід. Другий момент – напруження, яке при цьому виникає, також може бути враховано під час побудови моделі дослідження.

З іншого боку, те, що спрямованість – це завжди спрямованість на щось, на якийсь предмет, дає змогу поставити шуканий предмет у певні часові параметри. Для цього такі

предмети необхідно з'єднати із цілями, які особистість ставить перед собою. Саме цілі можуть стати сполучною ланкою між реальними ситуаціями теперішнього часу й ситуаціями майбутнього часу.

Сама методика ЦСО дуже проста: усього за десять хвилин треба завершити двадцять пропозицій, які починаються двома словами: «Я хочу ... або Мені хочеться ...». Після завершення цієї частини роботи з правого боку протоколу в колонці «З» (від слова «значимість») треба проранжувати всі пропозиції за значущістю для себе. Для цього навпроти кожного речення або слова у вихідному списку в колонці «З» респондент ставить номер, який відповідає його значущості. Отже, необхідно кожній пропозиції присвоїти номер від одного до останнього за кількістю позицій вихідного списку.

Як ми бачимо, це методика проєктивна, і ніяких додаткових вимог, крім часу й кількості пропозицій, у ній немає. Інструкція та обробка результатів з інтерпретацією наводяться в роботах [3; 4]. Так як методика проєктивна, то можна в пропозиціях висловлювати будь-які бажання, які відповідають цілям людини.

Під час аналізу цілей особистості ми відбираємо ті, які стосуються її саморозвитку. Під саморозвитком Я. Васильєв розуміє «процес самостійної активності особистості, спрямований на досягнення цілей самовизначення, самореалізації, самовдосконалення й самоактуалізації в життєвих ситуаціях майбутнього часу, що зумовлює її постійне зростання й розвиток» [4, с. 185]. Ураховується кількість цілей по кожному з чотирьох видів і сумарний (інтегральний) показник – загальна кількість цілей, який показує рівень саморозвитку. Запропоновано лише чотири процеси саморозвитку, так як іншого змісту цілей не було.

Ознайомимо з коротким визначенням цих процесів саморозвитку.

Самовизначення (СВ) – це процес саморозвитку, за якого особистість ставить цілі, що стосуються вибору або зміни професії. Самореалізація (СР) – це процес саморозвитку, за якого особистість ставить цілі в життєвих ситуаціях, що можуть бути досягнуті в певний період майбутнього часу, так як відомі всі умови досягнення мети, що відображають нормативний характер діяльності. Самовдосконалення (СУ) – це процес саморозвитку, за якого особистість ставить цілі, пов'язані з власним зростанням і розвитком, зміною особистих або інтелектуальних якостей, а також заняттями тими видами діяльності, які сприяють такому зростанню. Самоактуалізація (СА) – це процес саморозвитку, пов'язаний із постановкою цілей, що відображають прагнення особистості до видів діяльності, які розкривають її потенційні можливості, що відображають самостійний і творчий характер діяльності.

Процес саморозвитку спирається на перспективні цілі в житті, що мали обов'язково привести до зміни життєвої позиції.

В основі зміни життєвої позиції лежать закономірності відкритої дослідником у футур-реальній психології функції віддаленості цілей, яка узгоджується з процесом саморозвитку [3]. У рівневій структурі цільової спрямованості особистості встановлені чотири рівні й три позиції, які спираються на три види віддаленості цілей. Перший – біологічний – рівень спирається на близькі цілі, змістом яких є задоволення біологічних потреб. Пропозиції завершуються найчастіше за допомогою одного-двох слів: їсти, пити, спати або з уточненням – щось їсти, щось пити тощо.

Другий рівень, або перша позиція особистості, яка іменується егоцентричною, також спирається на близькі цілі й складається також з одного-двох слів, але змістом є предмети або об'єкти певної меркантильної або утилітарної мотивації, придбані для задоволення особистих бажань.

Третій рівень, або друга позиція характеризується середніми за віддаленістю цілями, до змісту яких додаються слова, у яких відображені суттєві параметри умов досягнення цілей або оціночні судження морально-етичного змісту і прагматичної чи престижної мотивації.

Четвертий рівень, або третя позиція особистості позначена як альтруїстична позиція, а в цілях переважають слова, що відображають загальнолюдські цінності, турботу про інших, альтруїстичну і творчу мотивацію, і втілює самоактуалізовану особистість.

Процес саморозвитку особистості в цьому підході розглядається як процес, безпосередньо пов'язаний із задоволенням потреби в зростанні й розвитку суб'єкта.

Перші дослідження роботи з корекції цілей проводилися з пацієнтами, що мали в анамнезі суїцидальні спроби. Варто зазначити, що дослідження цільової спрямованості осіб, які вчинили суїцидальні спроби (парасуїцид) (N = 120 чол.), проведене автором статті в Миколаївській області з 2002–2007 рр., показало порівняно з контрольною групою незначну кількість висунутих ними цілей, причому переважно близьких [6]. Крім того, результати дослідження свідчать про те, що в парасуїцидентів немає прагнення до саморозвитку, оскільки це не є для них сенсом, вони живуть поверховою емоційною ситуацією. Робота з корекції цілей проводилася з 10 пацієнтами, які погодилися взяти в ній участь. Протягом року під час консультацій досліджувалися цілі, причому робота передбачала рефлексії цільової спрямованості. Для цього висунуті цілі досліджуються за певним алгоритмом: «Проти висунутих цілей у колонці «Д» (від слова «дата») проставте час,

коли, на вашу думку, кожне написане бажання може бути виконано. Ми пропонуємо таку градацію часових відрізків. Це – ніколи, сьогодні, завтра, післязавтра, через стільки днів, тиждень, місяць, стільки місяців, півроку, рік, стільки років, завжди. У наступних чотирьох колонках Ви повинні оцінювати запропоновані якості від 0 до 10 балів тією мірою, якою Ви в себе відмічаєте їх вираженість: 0 – відсутність якості, 5 – середня вираженість і 10 – максимальна. У колонці «Р» (від слова «реалізація») Ви маєте оцінити кожне бажання з позиції його реалізації в цей момент. У колонці «М» (від слова «від мене») Ви повинні оцінити кожне бажання з позиції, наскільки його досягнення залежить від ваших зусиль. У колонці «Е» (від слова «емоції») оцініть, наскільки Ви розгубитеся (будете переживати), якщо мета не буде досягнута. У колонці «В» (від слова «воля»), оцініть, скільки треба буде докладати зусиль, якщо виникнуть перешкоди під час досягнення кожної мети».

Після цього цілі знову ранжувалися за значимістю. У таблиці 1 приводяться результати висунутих цілей у порівнянні двох періодів.

Ми можемо говорити про динаміку. Насамперед це пов'язано з цільовою спрямованістю, що, відповідно, тягне за собою зміни й інших характеристик. Насамперед значно збільшилася кількість цілей, а також структура їх: більше стало середніх за віддаленістю цілей, що підтверджено на статистично значущому рівні, а також дальніх, знизилася кількість близьких цілей.

Критерій Стьюдента показує значущі відмінності в продукуванні цілей саморозвитку на статистично достовірному рівні. У саморозвитку виділені дві групи процесів, так звані «вищі» й «нижчі». До групи «нижчих» належать

самореалізація й самовизначення, до групи «вищих» – самовдосконалення та самоактуалізація. Як показує таблиця, переважають процеси першої групи. Найбільш вагомо представлені цілі самореалізації, їх кореляція з ІПР: $r = 0,966^{**}$. Респонденти вирішують соціальні завдання, які є реальними з погляду їх можливостей. Дані особистісного опитувальника NEO PI-R, який вони заповнили в цей час, показали, що цілі самовизначення бачаться ними з альтруїстичних позицій: $r = 0,766^*$, вони пов'язані з фантазією (o1): $r = 0,873^*$ й активністю (e4): $r = 0,756^*$. В альтруїстичній позиції найважливішу функцію відіграє фантазія, уява (o1): $r = 0,966^{**}$, екстраверсія (E): $r = 0,859^*$ та активність (e4): $r = 0,756^*$, що в них пов'язується з далекими цілями. Цілі самореалізації продиктовані почуттями, емоційним ставленням (o3): $r = 0,808^*$ (* – показники з імовірністю помилки $p \leq 0,05$; ** – показники з імовірністю помилки $p \leq 0,01$).

Звернули на себе увагу зміни в позитивний бік субфактору компетентність (c1): $t = 2,13$ ($p < 0,055$), що оцінює рівень особистості як здатної, розсудливої, ефективної й передбачливої.

Надалі дослідницька робота в цьому напрямі вдосконалилася, у тому числі й під час корекції цільової спрямованості військових, які брали участь в АТО, була розроблена психокорекційна програма (яка передбачала й можливість самокорекції, так би мовити, у польових умовах), мета якої – виявлення цілей егоцентричного характеру, збільшення цілей, спрямованих на альтруїстичну позицію за рахунок раціональної позиції та процесу рефлексії. Її зміст можна побачити в начальному посібнику «Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості» [5] і доданому до нього

Таблиця 1

Постановка цілей парасуїцидентами двох періодів

№ з/п	Показники (цілі)	У постсуїцидальний період		Рік поспіль		t-критерій Стьюдента (p=)
		М	Std	М	Std	
1	Близькі	2,38	1,85	6,57	4,86	2,15 (0,066)
2	Середні	0,25	0,462	4,57	3,69	3,08 (0,02)
3	Дальні	0,75	1,164	2,29	2,215	1,549 (0,135)
4	Сума цілей	3,38	2,445	15,67	4,546	6,003 (0,001)

Таблиця 2

Компоненти саморозвитку двох періодів

№ з/п	Показники	У постсуїцидальний період		Рік поспіль		t-критерій Стьюдента (p=)
		М	Std	М	Std	
1	Самореалізація (CP)	0	0	0,57	0,534	2,049 (0,030)
2	Самовизначення (CB)	0	0	0,71	0,756	2,5 (0,047)
3	Самоудосконалення (CU)	0	0	0,29	0,488	1,549 (0,172)
4	Самоактуалізація (CA)	-	-	-	-	-
5	Інтегральний показник саморозвитку (ІПР)	0	0	1,57	1,134	3,67 (0,010)

Зошиті з психокорекції позицій цільової спрямованості особистості, де містяться завдання, які спрямовані на самоаналіз і саморефлексію суб'єктів, що в результаті допомагає їм зрозуміти самих себе та сутність своїх цілей, бажань, мрій, показує, над чим необхідно працювати, аби вийти на шлях саморозвитку.

Існує кілька шляхів досягнення цілей у певних умовах, але способи виконання дій залежать від схеми орієнтовної основи дій (ООД за П. Гальперінім), тобто тієї карти, яка знаходиться у внутрішніх умовах кожної людини. Зміна цієї робочої карти в бік її трансформації – знаходження більш раціональних шляхів досягнення поставленої мети, у цьому полягає завдання психокорекції. Відповідні робочі карти для зміни позицій розроблені та запропоновані в начальному посібнику.

Висновки з проведеного дослідження.

Магістерські роботи, які проведені під керівництвом автора статті, свідчать про те, що ці програми працюють. Так, у дослідженні магістра В. Доріної вивчено зв'язок процесів саморозвитку та рівня якості життя в підлітків, хворих на сколіотичну хворобу, у них знизилася кількість цілей біологічного й егоцентричного характеру, що властиво пацієнтам на першому етапі дослідження (відповідно, 21 проти 39 та 66 проти 112) і свідчило про обмеженості їхніх можливостей ситуацією хвороби, збільшилася кількість цілей раціональної й альтруїстичної спрямованості (відповідно, 218 проти 188 та 79 проти 53), що свідчить про можливість переходу їх на ситуативний і надситуативні рівні в подальшому житті, розширення свідомості й перспектив розвитку. У магістерському дослідженні А. Власенко психологічних особливостей цільової спрямованості студентів-психологів після корекційних заходів показники говорять про те, що багато цілей студенти приділили процесу самоактуалізації порівняно із самореалізацією. Це може вказувати на прагнення особистості до видів діяльності, які розкривають її потенційні здібності, відображають самостійний і творчий характер

діяльності в навчально-професійній, громадській, самодіяльній чи особистій сферах.

Система психологічної корекції за принципами футурреальної психології доводить свою життєздатність і може прийматися як керівництво до дії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анохин П.К. Рефлекс цели как объект физиологического анализа / Анохин П.К. *Избранные труды*. Москва : Наука, 1978. С. 292–310.
2. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. Москва : Медицина, 1966. 349 с.
3. Васильев Я.В. Футурреальная психология личности : монография. Николаев : Иллион, 2007. 519 с.
4. Васильев Я.В. Целевая направленность личности (футурреальный подход). Saarbrücken : PalmariumAcademicPublishing, 2015. 232 с.
5. Васильев Я.В., Каневський В.І. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості : навчальний посібник. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. 88 с.
6. Каневський В.І. Психологічні особливості парасуїцидальної поведінки особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2011. 20 с.
7. Павлов И.П. Полное собрание трудов : в 3 т. Москва : Учпедгиз, 1949. Т. 3. 387 с.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 1999. 720 с.
9. Терлецька Л.П. Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу : монографія. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2003. 150 с.
10. Gollwitzer P.M. Oettingen G. Motivation and Actions, Psychology of. James D. Wright (edior-in-chief), *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. 2nd edition. Oxford : Elsevier, 2015. Vol 15. P. 887–893.
11. Wrosch C., Scheier M.F., Carver C.S., Schulz R. The importance of goal disengagement in adaptive self-regulation: When giving up is beneficial. *Self and Identity*. 2003a. № 2. P. 1–20.
12. Wrosch C., Scheier M.F., Miller G.E., Schulz R. & Carver C.S. (2013). Goal Adjustment Scale (GAS). Measurement Instrument Database for the Social Science. URL: www.midss.ie.