

УДК 159.9.072 + 159.92

DOI: 10.18384/2310-7235-2022-3-36-51

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ИСПОЛНЕННОСТЬ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ У СУБЪЕКТОВ ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ

Попова Т. А.^{1,2}, Попова К. В.³

¹ Психологический институт Российской академии образования»

125009, г. Москва, ул. Моховая, д. 9, стр. 4, Российская Федерация

² Московский институт психоанализа

121170, г. Москва, Кутузовский пр-т, д. 34, стр. 14, Российская Федерация

³ Независимый исследователь, г. Москва, Российская Федерация

Аннотация

Цель. Анализ характера соотношения экзистенциальной исполненности и профессиональной мотивации у субъектов помогающих профессий.

Процедура и методы. Авторами проведён анализ научных работ и эмпирического материала по изучению феноменов экзистенциальной исполненности и профессиональной мотивации. Проведён констатирующий эксперимент. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи этих феноменов у психологов как субъектов помогающих профессий. Выборка составила 153 человека (31 мужчина и 122 женщины): практикующие психологи-консультанты с опытом работы от 3 до 6 лет в возрасте от 27 до 42 лет. Для проведения исследования были применены методики: Шкала экзистенции (ШЭ) С. В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орглер, опросник для диагностики мотивов профессиональной деятельности специалистов Т. Н. Францевой, методика оценки мотивации профессиональной деятельности К. Замфир (в модификации А. А. Реана).

Результаты. Результаты исследования показали: существует статистически значимая связь между экзистенциальной исполненностью и профессиональной мотивацией, а именно высоким показателям экзистенциальной исполненности психологов соответствуют мотив профессиональной деятельности – «мотив самореализации» и такие регулирующие факторы, как «ценностная регуляция», «волевая регуляция» и внутренняя и внешняя положительная мотивации.

Теоретическая и/или практическая значимость. Работа вносит вклад в исследование экзистенциальных аспектов выбора, мотивации субъектов помогающих профессий. Полученные данные могут быть полезны в деятельности образовательных учреждений, предлагающих обучение, дополнительное образование, переподготовку или повышение квалификации специалистов помогающих профессий с целью улучшения качества предлагаемых услуг и разработки обучающих программ, наиболее соответствующих целям по подготовке квалифицированных профессионалов, а также при создании тренинговых программ для формирования и актуализации профессионально важных качеств у будущих психологов, программ по профилактике эмоционального выгорания. Эмпирические материалы могут лечь в основу исследования смысложизненных, ценностных ориентаций и исследования экзистенциальной динамики данных аспектов у психологов.

Ключевые слова: экзистенциальная исполненность, профессиональная мотивация, субъект, помогающие профессии, психолог

© СС ВУ Попова Т. А., Попова К. В., 2022.

EXISTENTIAL EXECUTION AND PROFESSIONAL MOTIVATION IN SUBJECTS OF HELPING PROFESSIONS

Попова Т.^{1,2}, Попова К.²

¹ *Psychological Institute of the Russian Academy of Education
ul. Mokhovaya, 9, str. 4, Moscow, 125009, Russian Federation*

² *Moscow Institute of Psychoanalysis
pr-t. Kutuzovsky, 34, str. 14, Moscow, 121170, Russian Federation*

³ *Independent researcher, Moscow, Russian Federation*

Abstract

Aim. Analysis of the nature of the relationship between existential fulfillment and professional motivation among subjects of helping professions.

Methodology. The authors analyzed scientific papers and empirical material on the study of the phenomena of existential fulfillment and professional motivation. An ascertaining experiment was carried out. The article presents the results of the study of the relationship of these phenomena in psychologists as subjects of helping professions. The sample consisted of 153 people (31 men and 122 women). Practicing psychologists-consultants with experience from 3 to 6 years, aged 27 to 42 years. To conduct the study, the following methods were applied: Questionnaire Scale of Existence (SE) S.V. Krivtsova, A. Lenglet, K. Orgler, a questionnaire for diagnosing the motives of professional activity of specialists T.N. Frantseva (2010), a methodology for assessing the motivation of professional activity by K. Zamfir (modified by A.A. Rean).

Results. The results of the study showed that there is a statistically significant relationship between existential fulfillment and professional motivation, namely: high rates of existential fulfillment of psychologists correspond to the motive of professional activity - "self-realization motive" and such regulatory factors as "value regulation", "volitional regulation" and internal and external positive motivation.

Research implications. The work contributes to the study of existential aspects of choice, motivation of subjects of helping professions. The data obtained can be useful in the activities of educational institutions that offer training, additional education, retraining or advanced training of specialists in helping professions in order to improve the quality of the services offered and develop training programs that are most consistent with the goals of training qualified professionals. And also when creating training programs for the formation and updating of professionally important qualities in future psychologists, as well as programs for the prevention of emotional burnout. Empirical materials can form the basis for the study of meaningful life, value orientations and the study of the existential dynamics of these aspects in psychologists.

Keywords: existential fulfillment, professional motivation, subject, helping professions, psychologist

Введение

Спрос на психологические услуги в современных условиях демонстрирует положительную динамику: по данным некоторых источников за 2020–2021 гг. поиск специалиста-психолога и психотерапевта в онлайн режиме увели-

чился на 300%. По данным сайта profi.ru, весной 2020 года спрос поднялся на 69% по сравнению с 2019 г.; а к осени, по данным «Авито Услуги», он вырос на 90%; по данным hh.ru к осени того же года востребованность корпоратив-

ных психологов увеличилась на 30%¹. Последние события – пандемия, самоизоляция, спецоперация – вызывают большое напряжение, и это не может не сказаться на психологическом состоянии людей. Мы наблюдаем рост значимости профессии психолога, который помогает в разрешении трудных жизненных ситуаций. Отметим, что рост желающих приобрести дополнительно профессию психолога, психотерапевта, специалиста по психологическому консультированию также вырос. Перед многими встаёт вопрос о собственной самореализации и люди, уже имеющие образование и опыт работы, начинают задумываться о смене сферы деятельности. Специалист стоит перед непростым выбором: рассмотреть собственные мотивы, отвечающие его ценностно-смысловой сфере, его профессиональной идентичности и нравственной ориентации [9], тем самым обеспечивая надёжность профессиональной деятельности, а также работоспособность² или отказаться от профессиональной реализации, таким образом отчуждая свои ценности. Таким образом, происходит перемещение из сферы выбора профессии к процессу развития профессионализма, обретения компетенций, и здесь речь в большей степени касается экзистенциального выбора. Таким образом, развитие мотивационной сферы в организации процесса профессиональной

деятельности является важным фактором, влияющим на качество жизни в целом и качество профессиональной жизни в частности.

Проблема, которую мы исследуем, лежит в нескольких плоскостях – в изучении взаимосвязи профессиональной мотивации и экзистенциальной исполненности у субъектов помогающих профессий (психологов) и в одновременном значительном увеличении социальной потребности в таких специалистах с продолжающейся тенденцией к росту.

Экзистенциальная исполненность как термин в психологической науке впервые появился в трудах австрийских психологов В. Франкла [12–15] и А. Лэнгле [5–9]. Экзистенциальная исполненность может быть определена через субъективное ощущение качества жизни в соответствии с внутренней сущностью человека, где значимым представляется отсутствие разрыва между фактическим проживанием и представлениями, как стоит жить [5]. Если нет различия и разрыва, то можно говорить о полноте проживаемой жизни, осознании ценности.

Обращаясь к работам В. Франкла, находим, что условием проживания чувства исполненности является обязательный поиск смысла в любой ситуации, в которой находится личность, независимо от того, соответствуют ли условия ожидаемым, и осуществления деятельности, которая является правильной в данный момент. Правильность действий определяет совесть человека [3; 4]. Особенно важным, для нашего исследования считаем концепцию В. Франкла о совершении человеком «коперниковского поворота» [13] или экзистенциального

¹ Секрет Фирмы. Спасите наши души. Почему психологи-недоучки заполнили российский рынок [Электронный ресурс]. URL: https://news.rambler.ru/science/47091799/?utm_content=news_media&utm_medium=read_more&utm_source=copylink (дата обращения: 20.06.2022).

² Нестерова А. А. Профессиональная этика психолога: учебник для бакалавриата. М.: Юрайт, 2017. 356 с.

поворота, смысл которого заключается том, чтобы суметь ответить на вопрос от самой Жизни: «В чём собственно состоит ценность?» [6].

С точки зрения экзистенциальных психологов, существование человека проистекает в процессе постоянного развития личности и подчёркивает, что необходимым условием для этого является наличие у человека свободы в принятии решений, т. е. «то, как и для чего человек распознаёт, схватывает и использует всегда имеющуюся возможность принимать решения»¹, полностью находится в руках человека. Следовательно, экзистенция не происходит сама по себе, она – есть активность, включаемая волей человека. Структуры, лежащие в основе экзистенции, требуют от человека вовлечённости, осознанного взаимодействия. Процесс такого взаимодействия человека с фундаментальными структурами закладывает основы экзистенции. Основываясь на концепции фундаментальных структур, А. Лэнгле выделяет четыре области в качестве структуры экзистенции [6]: 1. Простой факт бытия. «Я есть». Основной вопрос экзистенции: «Я здесь, но могу ли я быть здесь? Способен ли я быть в тех условиях, что есть и что нужно сделать, чтобы мочь быть?» 2. Факт наличия жизни, т. к. жизнь – это значительно независимый от нас процесс, сопровождающийся чувствами и отношениями. Поэтому с точки зрения экзистенции актуален вопрос: «Я живу, но нравится ли мне жить?» 3. Кроме всего, каждый человек связан с самим собой. Проживание жизни здесь воз-

можно только конкретной личностью (Person) и субъективно. Но проживать бытие возможно только в соотношении с другими. Возникает вопрос этики и аутентичности: «Я – это я, но имею ли я право быть собой?». 4. Человек находится в постоянном потоке изменений. Смысл бытия в этом процессе в некотором роде масштабируется, укрупняется, важным становится способность раскрыться. «Я есть, но я – для чего? Для чего моя жизнь является хорошей?» [6].

А. Лэнгле считает, что человек нуждается в этих четырёх структурных элементах и постоянно стремится соотноситься с ними. Как следствие, эти структурные элементы являются фундаментальными мотивациями, т. е. являются основами всех прочих мотиваций. Как и мотивации, основные структурные элементы экзистенции выглядят следующим образом:

1. Мотивация к выживанию и к овладению с бытием-здесь, т. е. мотивация «мочь-быть».

2. Мотивация к психическому желанию жить, согласно собственным ценностям, т. е. мотивация «нравиться-жить».

3. Мотивация к аутентичности и к справедливости, т. е. мотивация «имею-право-быть-таким».

4. Мотивация к экзистенциальному смыслу, т. е. мотивация к «быть-должным-действовать» [7].

Как видно, присутствие категорий «мочь», «нравится», «иметь право» и «быть-должным-действовать», доказывает наличие подлинной экзистенциальной воли. Следовательно, четыре фундаментальные мотивации являются основой экзистенциальной исполненности. Вопросы, лежащие в основе

¹ Лукас Э. Учебник логотерапии. Представление о человеке и методы. М.: Когито-Центр, 2020. 256 с.

каждой их структур, точнее, поиск ответов на них, обеспечивают человека инструментом, способным помочь достичь экзистенциальной исполненности [16]. Перейдём к рассмотрению мотивации.

Рассматривая совокупности побуждений, активирующих личность и определяющих её направленность, мы переходим к понятию «мотивация».

Для понимания мотивационного процесса следует отметить участвующие в нём детерминаты, имеющие значимость в процессе принятия решений, называемые ещё мотиваторами, т. к. они непосредственно участвуют в мотивационном процессе. Эти факторы и обуславливают принятие решений. Можно выделить несколько видов мотиваторов [10; 11]: нравственный контроль, предпочтения, внешняя ситуация, собственные возможности, состояние на данный момент, условия достижения целей, последствия действия.

Для нашего исследования особо важным является общее понятие мотивации профессиональной деятельности – это сумма побуждающих к трудовой деятельности внутренних и внешних движущих сил, задающих направленность и ориентированных на достижение целей благодаря этой деятельности. Следовательно, как и в случае любого другого вида мотивации, факторы, влияющие на мотивацию, можно разделить на внутренние и внешние, а также на постоянные и временные. Основываясь на этом разделении, следует считать профессиональную мотивацию сложным психологическим образованием, обладающим одновременно относительно устойчивыми и относительно изменчивыми свойствами, т. е. длительность

профессиональной мотивации у разных субъектов может отличаться от нескольких десятков лет до более короткого срока, находясь в зависимости от свойств личности и окружающих обстоятельств.

«Мотивы трудовой деятельности ведут к формированию мотивов выбора профессии, а последние ведут к мотивам выбора места работы» [2, с. 271]. С точки зрения классификации мотивов профессиональной деятельности, К. Замфир предлагает следующую структуру мотивации:

- внутренняя мотивация (ВМ) возникает из непосредственных потребностей самой личности, на основании которой личность трудится без внешнего воздействия и с удовольствием. Внутренняя мотивация непосредственно связана с процессом и результатами деятельности личности;

- внешняя положительная (ВПМ) косвенно связана с процессом трудовой деятельности и касается таких сфер, как материальное вознаграждение, продвижение по службе, одобрение со стороны коллег, престиж и т. д.;

- внешняя отрицательная (ВОМ) также, как и внешняя положительная, лишь косвенно зависит от самого процесса трудовой деятельности и связана с негативным внешним стимулированием (наказаниями, штрафами, осуждением и т. д.).

Е. П. Ильин представляет структуру мотивации следующим образом:

- мотивы осуществления трудовой деятельности: побуждения общественного характера; получение материальных благ; удовлетворение потребностей в самореализации и признании;

- мотивы выбора места работы: оценка положительных и отрицатель-

ных факторов; оценка собственных возможностей; оценка соответствия места работы своим интересам [2].

Необходимо отметить, что все перечисленные виды профессиональной мотивации существуют в её структуре одновременно, не исключая друг друга, где лишь одно преобладает над другим. Следовательно, мотивы профессиональной деятельности следует рассматривать в совокупности.

Профессиональную деятельность возможно рассматривать в контексте изучения ценностно-смысловой жизненной ориентации личности, т. к. в профессиональной деятельности у субъекта появляется возможность непосредственно взаимодействовать с фундаментальными структурами, подвергая окружающий мир изменениям. Это обеспечивает «становление самим собой» [5] – базовый процесс, обеспечивающий профессиональную активность, а именно поиск личных смыслов и мотивов к труду. Без наличия и развития таких качеств, как способность к самодистанцированию и самотрансценденции, поиск смыслов становится невозможным [13].

Развивать способность к самодистанцированию личности необходимо прежде всего для определения собственных границ и обретения способности как будто отойти на расстояние от себя, чтобы беспристрастно анализировать собственное «Я». Но без участия другого и наличия собственного неподдельного желания достичь узнавания самого себя реализовать этот процесс невозможно. С формированием способности познания себя как другого и через другого развивается способность к поиску собственного смысла и его реализации в професси-

ональной деятельности; т. е. определение человеком, насколько важно в конкретных обстоятельствах его творческое воздействие на бытие и преобразование активности путём вовлечённости в деятельность. Определить ценностное соответствие деятельности и себя можно через способность личности к самотрансценденции, т. е. способности личности воспринимать себя, свой прошлый опыт через личные ценности. Следовательно, способность к самотрансценденции, связанная с пониманием и принятием собственного Я, обеспечивает стремление к реализации себя согласно Я-особенностям на профессиональном поприще, и как следствие – к реализации фундаментальных мотиваций, описанных А. Лэнгле.

Если личность в процессе бытия не может реализовать исполнение фундаментальных мотиваций, возникает проблема, которую А. Лэнгле связывает с недостатком экзистенциального смысла, это – проблема профессионального (эмоционального) выгорания [5]. В своей статье «Экзистенциальный анализ эмоционального выгорания» он определил симптомы эмоционального выгорания как «не экзистенциальную жизненную установку». Автор пишет о связи нездоровых соматических и психических симптомах как следствии игнорирования экзистенциальной действительности, такая симптоматика является защитой от развития не экзистенциальной установки [8].

Проводя сравнение экзистенциально исполненных людей и людей, реализующих кажущиеся смыслы в категориях действий и переживаний, отметим, что первые ощущают действия и переживания как ценность, а

вторые – как принуждение. Если сравнивать этот аспект в контексте ощущений от жизни, то можно говорить, что для экзистенциально исполненных людей жизнь является полной, вдохновляющей и изматывающей и несвободной и закабаленной для людей, реализующих кажущиеся смыслы. Таким образом, переживание выгорания, особенно характерное для субъектов помогающих профессий, является результатом недостатка экзистенциальной исполненности как следствие реализации ложных, не истинных ценностей, ошибочно принимаемых личностью за собственные. Тратя энергию на такого вида реализацию, человек не получает удовлетворения, истощается. Напротив, проживая жизнь согласно истинным соотнесённым с собой ценностям, человек получает взамен потраченных времени и сил нечто большее (или хотя бы равное) – чувство исполненности, удовлетворения. Следовательно, исполненность в профессиональной деятельности – необходимое и обязательное условие профилактики синдрома выгорания и, как следствие, это возникновение устойчивого интереса и радости в реализации трудовой активности. Интерес и радость, в свою очередь, являются гарантией увлечённости своей профессией.

Эффективная профессиональная деятельность человека является своеобразным маркёром, характеризующим наличие или отсутствие у субъекта ощущения экзистенциальной исполненности. В основе достижения эффективности – понимание её мотивации через личностные смыслы. Осознание ценностей, с учётом свободы воли и принятием изменчивости

жизни, является частью проблемы поиска смысла [5].

С поиском смыслов в профессиональной деятельности и поиском деятельности, отвечающей ценностям личности, по нашему мнению, связана современная тенденция смены профессии взрослыми людьми, часто уже состоявшимися в своей области, а также обучение в течение всей жизни. Поэтому сегодня становится актуальной «концепция непрерывного образования» (англ. *lifelong learning*)¹, впервые представленная на форуме ЮНЕСКО в 1965 г. П. Ленграндом в контексте профессиональной компетенции. В своих основах она восходит к гуманистической идее понимания человека как субъекта, постоянно стремящегося к изменениям, находящегося в процессе становления. Активно развивающаяся личность обязательно будет опираться не столько на внешние вызовы, а сколько на внутреннюю мотивацию, подвигающую к собственному развитию в соответствии с ценностями и смыслами.

Таким образом, соотнесение экзистенциальной исполненности с профессиональной мотивацией позволяет увидеть и определить основные ценностно-смысловые ориентиры личности и проанализировать полноту проживания жизни в контексте соответствия её ценностям. Если личность не ощущает разрыва между тем, как она живёт сейчас, и тем, как ей хотелось бы жить, то из этого следует, что личность находится в приближении к экзистенции. В контексте профессио-

¹ Lifelong learning in the Global Knowledge Economy: Challenges for Developing Countries. A World Bank Report (2003). Washington D. C., 2003.

нальной мотивации можно говорить о соответствии её фундаментальным мотивациям и ключевым личностным смыслам.

Процедура исследования

Целью исследования является анализ характера соотношения экзистенциальной исполненности и профессиональной мотивации у субъектов помогающих профессий.

Гипотеза исследования состояла в предположении о том, что существует связь положительного характера между уровнем экзистенциальной исполненности личности и профессиональной мотивацией.

Методики исследования

1. Опросник «Шкала экзистенции» (ШЭ) С. В. Кривцова, А. Лэнгле, К. Орглер.

2. Опросник для диагностики мотивов профессиональной деятельности специалистов Т. Н. Францевой;

3. Методика оценки мотивации профессиональной деятельности К. Замфир в модификации А. А. Реана.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы IBM SPSS Statistics 26.

Методы статистической обработки: анализ средних данных, анализ распределений, коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Статистически значимыми мы считали различия при $p < 0,05$ (отмечено «*»).

В исследовании приняли участие 153 человека (31 мужчина и 122 женщины). Практикующие психологи-консультанты с опытом работы от 3 до 6 лет в возрасте от 27 до 42 лет. Участники групп имели схожие социально-демографические характеристики.

Результаты исследования

Для определения уровня выраженности экзистенциальных феноменов самодистанцирования, самотрансценденции, свободы, ответственности, личности, экзистенциальности и экзистенциальной исполненности, был осуществлён анализ распределений по результатам, полученным при помощи Шкалы экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер. Полученные результаты исследования показывают, что среди респондентов наиболее выраженным уровнем самодистанцирования является средний (63%), менее выражен низкий уровень (32%) и наименее выражен высокий уровень (5%). Полученные результаты означают, что большинство психологов способны ясно воспринимать ситуацию, но дистанция по отношению к себе может быть недостаточной. Наиболее выраженным уровнем самотрансценденции у респондентов является низкий (54%), менее выражен средний уровень (46%). Интересным фактом стало то, что в данной выборке высокий уровень не был представлен, что может говорить о том, что психологи в силу профессиональных знаний о процессе тестирования занимают сдержанную позицию, либо полученные результаты означают, что психологи могут рассматривать возникающие переживания как явления, которые могут препятствовать реализации их функциональности.

Тенденция в преобладании среднего и низкого уровней сохраняется: среди респондентов наиболее выраженным уровнем свободы является средний (61%), менее выражен низкий уровень свободы (29%) и наименее вы-

раженным уровнем является высокий (9%). Данные результаты означают, что психологи склонны легко находить возможности для действия и принимать решения. Наиболее выраженным уровнем ответственности является средний (58%), менее выражен низкий уровень (34%) и наименее выражен высокий уровень (8%). Полученные данные означают, что большинство психологов заботливы и обязательны по отношению к собственной жизни, но и здесь занимают сдержанную позицию в тестировании. По показателю персональности наиболее выраженным уровнем является средний уровень (56%), менее выражен низкий уровень (44%), высокий уровень не выявлен (0%). Показатель экзистенциальности – и снова наиболее выраженным уровнем является средний (64%), менее выражен низкий уровень (32%) и наименее выражен высокий уровень (4%). Полученные данные означают, что большинство психологов проявляют сдержанность в ответах либо методика не является чувствительной. Такую же позицию респонденты занимают по отношению к экзистенциальной исполненности: наиболее выраженным уровнем является средний (67%), менее выражен низкий уровень (33%), в то время как высокий уровень не выражен вовсе (0%).

Обобщая результаты анализа распределений по уровню выраженности компонентов экзистенциальной исполненности, мы можем утверждать, что по всем показателям в группе респондентов преобладает низкий и средний показатели.

Для определения мотивов и факторов, лежащих в основе профессиональной деятельности, был осуществ-

влён анализ средних значений по результатам, полученным при помощи «Опросника для диагностики мотивов профессиональной деятельности специалистов» Т. Н. Францевой. Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что наиболее выраженным мотивом профессиональной деятельности среди респондентов является «Познавательный мотив» (ср. знач. = 30,63), менее выражен мотив «Мотив жизнеобеспечения» (ср. знач. = 29,99) и наименее выражен мотив «Мотив признания» (ср. знач. = 26,81). Полученные результаты означают, что для психологов наиболее важным является удовлетворение профессионального интереса. Выявлено, что наиболее выраженным фактором регуляции профессиональной деятельности среди респондентов является «Волевая регуляция» (ср. знач. = 39,08), менее выражен фактор «Ценностная регуляция» (ср. знач. = 36,27) и наименее выражен фактор «Социальная регуляция» (ср. знач. = 34,25). Полученные данные говорят о том, что психологи наиболее склонны к регуляции собственного поведения на основе сознания и волевых усилий и наименее склонны к актуализации мотивов на основании результатов когнитивной обработки информации, поступающей извне.

Выявление мотивации, преобладающей в группе респондентов, было осуществлено с помощью методики «Мотивации профессиональной деятельности» (методика К. Замфир в модификации А. А. Реана).

Полученные результаты позволяют утверждать, что наиболее выраженной мотивацией профессиональной деятельности среди респондентов является «Внутренняя мотивация» (ср. знач.

= 3,13), менее выражена мотивация «Внутренняя положительная мотивация» (ср. знач. = 3,09) и наименее выражена мотивация «Внешняя отрицательная мотивация» (ср. знач. = 2,77). Полученные результаты означают, что для психологов в большинстве случаев деятельность является значимой сама по себе.

Для определения взаимосвязи экзистенциальной исполненности с мотивами, факторами, регулирующими профессиональную деятельность, и мотивациями профессиональной деятельности, был осуществлён корреляционный анализ Спирмена. Результаты корреляционного анализа представлены в таблицах 1–3.

Таблица 1 / Table 1

Результаты расчёта корреляций между показателями экзистенциальной исполненности и мотивами профессиональной деятельности / Results of correlations between indicators of existential efficiency and motives of professional activity

	Самодистанцирование	Самотрансценденция	Свобода	Ответственность	Персональность	Экзистенциальность	Общий показатель
МЖ	-0,103	-0,006	-0,269*	-0,145	-0,088	-0,107	-0,103
МВ	-0,371*	-0,498*	-0,143	-0,114	-0,369*	-0,144	-0,130
ПМ	-0,106	-0,126	-0,139	-0,018	-0,127	-0,132	-0,139
МА	0,145	0,130	0,134	0,106	0,143	0,126	0,065
МП	0,073	0,058	0,080	0,037	0,058	0,083	0,158
МС	0,221*	0,142	0,077	0,120	0,292*	0,090	0,150

* – корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

Данные, представленные в таблице 1, обнаруживают статистически значимую обратную взаимосвязь между шкалой «Мотив жизнеобеспечения» и шкалой «Свобода» ($r = -0,269$, $p = <0,05$). Полученный результат показывает, что чем более высокий уровень мотивации, который фиксируется на мотивации жизнеобеспечения (а в современных условиях это выражается в материальном благополучии, в том числе в высоком за-

работке и материальном вознаграждении), тем менее человек ощущает свою свободу. Вполне понятная обратная зависимость между шкалой «Мотив взаимодействия» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = -0,371$, $p = <0,05$), «Самотрансценденция» ($r = -0,498$, $p = <0,05$), «Персональность» ($r = -0,369$, $p = <0,05$). Полученный результат демонстрирует, что чем выше желание к социальным контактам и установлению отношений, тем мень-

ше вероятности погружения в себя, ощущение собственной персональности и меньше возможности самодистанцироваться и оценивать ситуации с позиции стороннего наблюдателя, меньше возможности обратить внимание и сфокусироваться на себе. Выявлена также статистически значимая взаимосвязь между «Мотивом самореализации» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = 0,221$, $p = <0,05$) и «Персональность» ($r = 0,292$, $p = <0,05$). Полученный результат показывает, что чем выше желание к саморазвитию и самореализации, тем больше вероятности обращения к собственному «Я» и одновременное желание самодистанцироваться, для того чтобы иметь возможность посмотреть на себя со стороны, стать более объективным и открытым в восприятии себя и мира.

Данные, представленные в таблице 2, позволяют увидеть статистически значимую взаимосвязь между шкалой «Ценностная регуляция» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = 0,275$, $p = <0,05$), «Самотрансценденция» ($r = 0,356$, $p = <0,05$), «Свобода» ($r = 0,333$, $p = <0,05$), «Ответственность» ($r = 0,408$, $p = <0,05$), «Персональность» ($r = 0,557$, $p = <0,05$), «Экзистенциальность» ($r = 0,361$, $p = <0,05$) и «Общий показатель» ($r = 0,484$, $p = <0,05$).

Полученный результат может означать, что чем более сформирована мотивационная функция как основная мотивация, тем более объективным является восприятие ситуации, более согласованными с ценностями являются действия человека, выше вероятность того, что дело будет доведено до конца, более открытым является восприятие мира и себя, более ответ-

Таблица 2 / Table 2

Результаты расчёта корреляций между показателями экзистенциальной исполненности и факторами регуляции профессиональной деятельности / The results of the calculation of correlations between indicators of existential fulfillment and factors of regulation of professional activity

	Самодистанцирование	Самотрансценденция	Свобода	Ответственность	Персональность	Экзистенциальность	Общий показатель
ЦР	0,275*	0,356*	0,333*	0,408*	0,557*	0,361*	0,484*
ЭР	0,065	0,014	0,136	0,128	0,078	0,130	0,134
СР	-0,319*	-0,395*	-0,448*	-0,360*	-0,263*	-0,312*	-0,204*
ВР	0,267*	0,339*	0,453*	0,305*	0,352*	0,318*	0,325*
ИР	-0,056	0,022	-0,023	-0,010	-0,006	0,009	0,011

* - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

ственным является отношение к окружению.

Обнаружена статистически значимая обратная взаимосвязь между шкалой «Социальная регуляция» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = -0,319$, $p = <0,05$), «Самотрансценденция» ($r = -0,395$, $p = <0,05$), «Свобода» ($r = 0,448$, $p = <0,05$), «Ответственность» ($r = -0,360$, $p = <0,05$), «Персональность» ($r = -0,263$, $p = <0,05$), «Экзистенциальность» ($r = -0,312$, $p = <0,05$) и «Общий показатель» ($r = -0,204$, $p = <0,05$). Данные, полученные в исследовании, показывают, что чем более выражен социальный вектор, где личность подвержена влиянию окружения, тем меньше вероятность объективной оценки ситуации и глубинного переживания, и тем менее нацеленность на обнаружение возможностей и их использование, меньше выражена ответственность и вовлечённость в деятельность. В исследовании обнаружена статистически значимая взаимосвязь между шкалой «Волевая регуляция» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = 0,267$, $p = <0,05$), «Самотрансценденция» ($r = 0,339$, $p = <0,05$), «Свобода» ($r = 0,453$, $p = <0,05$), «Ответственность» ($r = 0,305$, $p = <0,05$), «Персональность» ($r = 0,352$, $p = <0,05$), «Экзистенциальность» ($r = 0,318$, $p = <0,05$) и «Общий показатель» ($r = 0,325$, $p = <0,05$). Данный результат демонстрирует то, что чем более субъекты помогающего поведения управляют своим поведением через волевую сферу, тем более они способны к объективной оценке ситуации, более согласованными становятся их собственные действия с ценностями и реализация ценностей до момента достижения поставленной

цели, также можно наблюдать открытость по отношению к окружающему миру.

Таким образом, высоким показателям экзистенциальной исполненности соответствуют ценностная и волевая регуляция, а низким – социальная.

Данные, отображённые в таблице 3, демонстрируют статистически значимую взаимосвязь между шкалой «Внутренняя мотивация» и шкалами «Свобода» ($r = 0,358$, $p = <0,05$), «Персональность» ($r = 0,342$, $p = <0,05$). Полученный результат показывает, что чем более сформирована внутренняя мотивация и чем более ценной для субъекта помогающего поведения является собственно деятельность, тем более он способен приходить к персонально обоснованным решениям, и тем больше его доступность и для себя и для мира.

Обнаружена статистически значимая взаимосвязь между шкалой «Внешняя положительная мотивация» и шкалами «Самодистанцирование» ($r = 0,348$, $p = <0,05$), «Ответственность» ($r = 0,306$, $p = <0,05$). Можно утверждать, что чем более для психологов выраженной является ориентация на удовлетворение внешних положительных потребностей, тем больше объективности в оценке своих действий, тем выше вероятность реализации решений, принятых на основании личных ценностей, тем выше ответственность.

Обнаружена также статистически значимая обратная взаимосвязь между шкалой «Внешняя отрицательная мотивация» и шкалами, «Самотрансценденция» ($r = -0,201$, $p = <0,05$), «Свобода» ($r = -0,313$, $p = <0,05$). Полученный результат означает, что чем более выражена внешняя

отрицательная мотивация человека, тем менее он объективен в оценках ситуации, тем менее его действия согласованы с ценностями и направлены на полноценную реализацию возможностей.

Заключение

Обобщая полученные результаты, мы можем утверждать, что гипотеза исследования о том, что экзистенциальная исполненность взаимосвязана с профессиональной мотивацией психологов, нашла эмпирическое подтверждение.

Результаты, полученные в ходе исследования взаимосвязи между экзистенциальной исполненностью и профессиональной мотивацией, во многом подтверждают теоретические представления о связях исследуемых феноменов.

Полученные результаты позволяют утверждать, что «мотив жизнеобеспечения» и «мотив взаимодействия» соответствуют более низким показателям экзистенциальной исполненности. Данное явление может быть объяснено в соответствии с мнением А. Лэнгле о том, что при игнорировании некоторых аспектов экзистенциальной действительности возможно снижение экзистенциальной исполненности. В связи с тем, что данные мотивы более ориентированы на внешний мир или зависят от событий, происходящих в нём, велика вероятность того, что психологи могут недостаточно внимания уделять внутренним переживаниям и стремлениям. В результате они сталкиваются со снижением экзистенциальной исполненности.

В то же время «мотив самореализации», напротив, соответствует более высоким показателям экзистенциаль-

ной исполненности, что может быть объяснено тем, что реализация деятельности в соответствии с данным мотивом способствует поддержанию баланса между требованиями к работе и ресурсами человека.

Взаимосвязи между показателями экзистенциальной исполненности и факторами регуляции профессиональной деятельности. Результаты, полученные в ходе статистического анализа данных, позволяют утверждать, что более высоким показателям экзистенциальной исполненности соответствуют показатели «ценностная регуляция», «волевая регуляция». Полученные результаты могут быть объяснены тем, что психологи, выбирающие собственные ориентиры и способы их достижения с опорой на свои истинные желания и причины их возникновения, избегают внутриличностных конфликтов, и, как следствие, достигают большей экзистенциальной исполненности.

Одновременно с этим было установлено, что «социальная регуляция» соответствует более низким показателям экзистенциальной исполненности. Данное явление может быть связано с тем, что психологи принимают на себя ответственность не только за себя, но и за тех, кто обращается к ним за помощью. Действия с опорой исключительно на чувство ответственности по отношению к другим могут способствовать снижению экзистенциальной исполненности.

Взаимосвязи между показателями экзистенциальной исполненности и мотивациями профессиональной деятельности. Результаты, полученные в ходе исследования, позволяют утверждать, что высоким показателям

экзистенциальной исполненности соответствуют внутренняя мотивация и внешняя положительная мотивация. Данное явление может быть объяснено тем, что те психологи, которые заинтересованы и увлечены собственной работой, реализуют профессиональную деятельность в соответствии с собственными ценностями. В результате их мотивационные процессы интегрированы.

В то же время, было установлено, что внешней отрицательной мотивации соответствуют низкие показатели экзистенциальной исполненности, что может быть связано с тем, что профессиональная деятельность психолога, которая не является так называемой «добровольной», т. е. которую можно назвать вынужденной в текущий момент профессиональной деятельности по ряду экономических или личных причин (например, занятость, обеспечивающая социальный найм жилья для семьи или постоянный доход для погашения ипотечных взносов и т. п.) и которая не соотносится с собственными мотивами и ценностями, ведёт к возникновению экзистенциального вакуума.

Обобщая полученные результаты, мы можем утверждать, что чем более психологи ориентированы на свои ценности, стремления и желания, тем они более экзистенциально исполнены, а их жизнь более осмыслена.

Проведённая работа вносит вклад в исследование психологических аспектов деятельности психологов в экзистенциальном аспекте, результаты исследования могут быть полезны психологам, психотерапевтам, консультантам для работы при возникновении профессионального выгорания, в составлении рекомендаций для профессионального выбора специалистам, желающим сменить свою деятельность, а также для создания программ профориентации, профилактики эмоционального выгорания и тренингов для формирования и актуализации профессионально важных компетенций психологов. Также результаты могут быть использованы в качестве основы для изучения психологических механизмов формирования смысложизненных ориентаций и профессиональной мотивации.

Статья поступила в редакцию 27.06.2022

ЛИТЕРАТУРА

1. Гришина Н. В., Костромина С. Н. Психология личности: переосмысление традиционных подходов в контексте вызовов современности // Психологические исследования: [сайт]. 2017. Т. 10. № 52. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 08.10.2021).
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2011. 890 с.
3. Кривцова С. В. Вступительная статья научного редактора // Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. М.: Генезис, 2005. С. 5–38.
4. Кривцова С. В. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер // Экзистенциальный анализ. 2009. № 1. С. 141–170.
5. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом / пер. Я. Дюковой. М.: Генезис, 2003. 112 с.
6. Лэнгле А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью // Московский психотерапевтический журнал. 2001. № 1. С. 5–23.
7. Лэнгле А. Экзистенциальный анализ. Экзистенциальные подходы в психотерапии / пер. Е. Б. Амбарновой. М.: Когито-Центр, 2020. 322 с.

8. Лэнгле А. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования. М.: Юрайт, 2020. 403 с.
9. Мамардашвили М. К. Очерк современной европейской философии. М: Азбука, 2014. 640 с.
10. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. Т. Гутмана, Н. Мухиной. СПб.: Питер, 2019. 400 с.
11. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / пер. А. Попогребского. М.: Смысл, 1999. 425 с.
12. Франкл В. Воля к смыслу / пер. Д. Гурьевой, Л. Суворовой. М.: Апрель-Пресс, 2000. 368 с.
13. Франкл В. Доктор и душа / пер. А. А. Бореева. СПб.: Ювента, 1997. 287 с.
14. Франкл В. Психотерапия на практике. СПб.: Ювента, 1999. 256 с.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / под ред. Л. Я. Гозмана, Д. А. Леонтьева. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
16. Längle A. Orgler Ch., Kundi M. The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfilment // *European Psychotherapy*. 2003. Vol. 4. № 1. P. 135–151.

REFERENCES

1. Grishina N. V., Kostromina S. N. [Psychology of personality: rethinking traditional approaches in the context of modern challenges]. In: *Psihologicheskie issledovaniya* [Psychological research], 2017, vol. 10, no. 52. Available at: <http://psystudy.ru> (accessed: 08.10.2021).
2. Il'in E. P. *Motivaciya i motivy* [Motivation and motives]. St. Petersburg, Piter Publ., 2011. 890 s.
3. Krivcova S. V. [Introductory article of the scientific editor]. In: *Lengle A. Person. Ekzistencial'no-analiticheskaya teoriya lichnosti* [Person. Existential-analytical theory of personality]. Moscow, Genezis Publ., 2005, pp. 5–38.
4. Krivcova S. V. [Scale of Existence (Existenzskala) A. Langle and K. Orgler]. In: *Ekzistencial'nyj analiz* [Existential Analysis], 2009, no. 1, pp. 141–170.
5. Langle A. Sinnvoll Leben (Rus. ed.: Dukova Ya., transl. *Zhizn', napolnennaya smyslom*). Moscow, Genezis Publ., 2003. 112 p.).
6. Langle A. [Existential analysis - to find agreement with life]. In: *Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal* [Moscow Journal of Psychotherapy], 2001, no. 1, pp. 5–23.
7. Langle A. Existenztanalyse. Existentielle Zugänge der Psychotherapie (Rus. ed.: Ambarnova E. B., transl. *Ekzistencial'nyj analiz. Ekzistencial'nye podhody v psihoterapii*). Moscow, Kogito-Centr Publ., 2020. 322 p.).
8. Langle A. *Sovremennyj ekzistencial'nyj analiz: istoriya, teoriya, praktika, issledovaniya* [Modern existential analysis: history, theory, practice, research]. Moscow, Yurajt Publ., 2020. 403 p.
9. Mamardashvili M. K. *Ocherk sovremennoj evropejskoj filosofii* [Essay on modern European philosophy]. Moscow, Azbuka Publ., 2014. 640 p.
10. Maslow A. Motivation and personality (Rus. ed.: T. Gutman, N. Muchina, transl. *Motivaciya i lichnost'*). St. Petersburg, Piter Publ., 2019. 400 p.).
11. Maslow A. The Farther Reaches of Human Nature (Rus. ed.: A. Popogrebkskii, transl. *Novye rubezhi chelovecheskoj prirody*). Moscow, Smysl Publ., 1999. 425 p.).
12. Frankl V. Psychotherapy and existentialism (Rus. ed.: D. Gur'eva, A. Suvorova, transl. *Volya k smyslu*). Moscow, Aprel'-Press Publ., 2000. 368 p.).

13. Frankl V. Das Menschenbild der Seelenheilkunde (Rus. ed.: A. A. Boreev, transl. *Doktor i dusha*. St. Petersburg, Yuventa Publ., 1997. 287 p.).
14. Frankl V. Psychotherapie in der Praxis (Rus. ed.: *Psihoterapiya na praktike*. St. Petersburg, Yuventa Publ., 1999. 256 p.).
15. Frankl V. Der Mensch auf der Suche nach Sinn (Rus. ed.: *Chelovek v poiskah smysla*. Moscow, Progress Publ., 1990. 368 p.).
16. Längle A. Orgler Ch., Kundi M. The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfilment. In: *European Psychotherapy*, 2003, vol. 4, no. 1, pp. 135–151.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Попова Татьяна Анатольевна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории консультативной психологии и психотерапии Психологического института РАО, доцент кафедры психотерапии и психологического консультирования Московского института психоанализа;

e-mail: elenia2@yandex.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8772-8990>

Попова Карина Владимировна – магистр психологии, независимый исследователь;

e-mail: poprina@yandex.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9468-4380>

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Tatyana A. Popova – Cand. Sci. (Psychology), Senior Researcher, Laboratory of Counseling Psychology and Psychotherapy of Psychological Institute of the Russian Academy of Education, Assoc. Prof. of the Department of Psychotherapy and Psychological Counseling, Moscow Institute of Psychoanalysis;

e-mail: elenia2@yandex.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8772-8990>

Karina V. Popova – Postgraduate Student (Psychology), Independent Researcher;

e-mail: poprina@yandex.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9468-4380>

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Попова Т. А., Попова К. В. Экзистенциальная исполненность и профессиональная мотивация у субъектов помогающих профессий // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2022. № 3. С. 36–51.

DOI: 10.18384/2310-7235-2022-3-36-51

FOR CITATION

Popova T. A., Popova K. V. Existential execution and professional motivation in subjects of helping professions. In: *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychological Sciences*, 2022, no. 3, pp. 36–51.

DOI: 10.18384/2310-7235-2022-3-36-51