

## ПСИХОЛОГІЧНЕ НЕБЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ПИТАННЯ ПРОКРАСТИНАЦІЇ ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ

### PSYCHOLOGICAL DISTRESS AND THE ISSUE OF PROCRASTINATION OF CIVIL SERVANTS

Стаття присвячена визначенню поняття психологічного неблагополуччя, яке є предиктором прокрастинації державних службовців. Визначено, що психологічне неблагополуччя як сукупність особистісних ресурсів, які не забезпечують суб'єктивної і об'єктивної успішності, призводить до неефективного кар'єрного зростання державних службовців. Успішний процес кар'єрного зростання державних службовців визначається усвідомленням своїх особливостей, урахуванням ступеня відповідності цих особливостей вимогам професійної діяльності, розвитком необхідних якостей та загальним психологічним благополуччям. Психологічне благополуччя як інтегральний показник, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, переживанні позитивних емоцій, задоволеності собою і власним життям, дає можливість державним службовцям ефективно здійснювати професійні обов'язки, ухвалювати та виконувати державні рішення без прокрастинації. Психологічне неблагополуччя призводить до негативної динаміки особистісного потенціалу та професійного кар'єрного зростання державних службовців і характеризується відчуттям невдачливості, переживанням негативних емоцій, незадоволеністю собою і власним життям. У результаті аналізу наукових джерел з'ясовано суть поняття психологічного неблагополуччя як предиктора прокрастинації державних службовців.

Мета даної роботи полягає в теоретичному аналізі та визначенні поняття психологічного неблагополуччя як предиктора прокрастинації виконання справ і ухвалення рішень у процесі кар'єрного зростання державних службовців.

Відповідно до мети були виділені такі завдання:

- дати визначення понять психологічного благополуччя, психологічного неблагополуччя, прокрастинації;
- розглянути основні теорії психологічного благополуччя;
- охарактеризувати психологічне благополуччя як предиктор прокрастинації державних службовців у процесі кар'єрного зростання;
- виявити характерні показники психологічного благополуччя й умови прокрастинації державних службовців.

Методи дослідження, що використовуються в роботі: аналіз наукової літератури, нормативно-правових актів. Дослідження може бути цінним для усвідомлення негативного впливу психологічного неблагополуччя, яке є предиктором прокрастинації виконання справ і ухвалення рішень у процесі кар'єрного зростання державних службовців.

Процес кар'єрного зростання державних службовців визначається усвідомленням своїх інтересів, ідеалів, цінностей, установ, особистісно-індивідуальних якостей, відчуттів, емоцій, ставлення до себе та до власного життя, інших психологічних елементів. Часто саме ці суб'єктивні елементи відіграють вирішальну роль у

процесі кар'єрного зростання, визначають його сенс і результативність. Психологічне благополуччя прогнозує прокрастинацію виконання справ і ухвалення рішень державних службовців, яка проявляється за таких умов, як: страх неуспіху; страх успіху як додаткових обов'язків, які можуть виникнути в разі успішного виконання справи; особистісна і ситуативна тривожність; невміння планувати, погана орієнтація в часі, невизначення пріоритетності справ; недостатня особистісна готовність до виконання справ; відсутність радості від роботи; несформованість вольових процесів.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, психологічне неблагополуччя, державний службовець, предиктор, прокрастинація.

The article is devoted to the definition of the concept of psychological distress, which is a predictor of procrastination of civil servants. It is determined that psychological distress as a set of personal resources that do not provide subjective and objective success, leads to inefficient career growth of civil servants. The successful process of career growth of civil servants is determined by the awareness of their features, taking into account the degree of compliance of these features with the requirements of professional activity, the development of the necessary qualities and general psychological well-being. Psychological well-being as an integral indicator, which is subjectively expressed in the feeling of happiness, experiencing positive emotions, self-satisfaction and one's own life, enables civil servants to effectively perform professional duties and make and implement public decisions without procrastination.

Psychological distress leads to negative dynamics of personal potential and professional career growth of civil servants and is characterized by: feelings of failure, negative emotions, dissatisfaction with themselves and their own lives. The analysis of scientific sources clarifies the essence of the concept of psychological distress as a predictor of procrastination of civil servants. The purpose of this work is to theoretically analyze and define the concept of psychological distress as a predictor of procrastination in the performance of cases and decision-making in the career development of civil servants.

According to the purpose the following tasks were allocated:

- define the concepts of psychological well-being, psychological distress, procrastination;
- consider the basic theories of psychological well-being;
- to characterize psychological distress as a predictor of procrastination of civil servants in the process of career growth;
- identify characteristic indicators of psychological distress and conditions of procrastination of civil servants.

Research methods used in the work: analysis of scientific literature, regulations. Research can be valuable for recognizing the negative impact of psychological distress, which is a predictor of procrastination in the performance of cases and

УДК 159.944.3

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5240-2021.21.8>

**Котляр Л.І.**

к. психол. наук, доцент,  
докторант кафедри публічного управління та публічної служби  
Національна академія державного управління при Президентові України

*decision-making in the career development of civil servants.*

*The process of career growth of civil servants is determined by the awareness of their interests, ideals, values, attitudes, personal and individual qualities, feelings, emotions, attitudes towards themselves and their own lives and other psychological elements. Often these subjective elements play a decisive role in the process of career growth, determine its meaning and effectiveness. Psychological distress predicts the procrastination of cases and deci-*

*sion-making of civil servants, which manifests itself in such conditions as: fear of failure; fear of success as additional responsibilities that may arise if the case is successful; personal and situational anxiety; inability to plan, poor orientation in time, failure to prioritize cases; insufficient personal readiness to perform cases; lack of joy from work; not the formation of volitional processes.*

**Key words:** *psychological well-being, psychological distress, civil servant, predictor, procrastination.*

**Постановка проблеми в загальному вигляді.** Комплексний і багатогранний характер управління породжує теоретичні посилки, які необхідно враховувати в дослідженні і науковому описі різних його елементів, сторін, їхніх взаємозв'язків і проявів. По-перше, кожен підхід до управління, філософський, політичний, історичний, ідеологічний, юридичний, економічний, соціально-психологічний, праксеологічний, інформаційний, педагогічний, несе в собі пізнавальний зміст, висвітлює якусь особливу грань цього складного суспільного явища. По-друге, кожен аспект виконує свою пізнавальну функцію, їх не варто протиставляти один одному, підкреслювати один аспект і принижувати інший, уважати один слухним, а інший аспект помилковим. Тільки рівноправність і глибина різних аспектів дослідження здатні наближати до істини. По-третє, єдність сутності управління припускає, що різні аспекти дослідження управління, сторони і грані повинні бути одне з одним логічно погоджені, співвідноситися із сутністю управління, відбивати і характеризувати саме управління, а не щось інше, близьке до нього чи схоже на нього. Це особливо актуально для практики управління, у якій управління виявляє себе як складна цілісність у всім багатстві своїх елементів і їхніх властивостей. Не випадково найбільші труднощі державне управління викликає не в пізнанні, а в застосуванні на практиці [2]. Кар'єрне зростання – практична реалізація державних службовців в управлінні.

Актуальність даного дослідження зумовлена тим, що психологічне неблагополуччя є предиктором прокрастинації виконання справ і ухвалення рішень, призводить до неефективного кар'єрного зростання державних службовців.

У науковому дослідженні дано визначення феномену прокрастинації, який проявляється у процесі кар'єрного зростання державних службовців. Проблема прокрастинації розглядається як розлад вольових процесів, самопокладання, цілеспрямованості, самоорганізованості, є відкладання або уникання ухвалення й реалізації управлінських рішень.

У науковій статті були з'ясовані наукові підходи до визначення термінів «психологічне благополуччя», «психологічне неблагополуччя», «прокрастинація». Також виявлені такі характерні показники психологічного неблагополуччя державних службовців у процесі кар'єрного зростання: відчуття невдачливості, переживання негативних емоцій, незадоволеність собою і власним життям.

**Виклад основного матеріалу.** Суспільні трансформації, стрімкий темп життя, надмірний інформаційний вплив привертають увагу науковців до проблеми збереження та підвищення рівня психічного здоров'я особистості. Тому актуальним виявляється й питання визначення його показників. Одним із показників психічного здоров'я особистості є суб'єктивне благополуччя.

Зазначимо, що благополуччя визначають за зовнішніми ознаками. Згідно з ними людина відчуває благополуччя, якщо їй притаманні соціально схвальні якості. Критерієм тут виступає система цінностей, характерна для окремої культури. Визначення суб'єктивного благополуччя може зводитися до поняття задоволеності життям та пов'язуватися з індивідуальними стандартами особистості. Також поняття суб'єктивного благополуччя поєднано з повсякденним розумінням щастя як переваги позитивних емоцій над негативними. Це визначення виділяє емоційні переживання, які або об'єктивно переважають у житті людини, або людина виявляє суб'єктивну схильність до них. Отже, психологічне благополуччя визначають як інтегральний показник, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, переживанні позитивних емоцій, задоволеності собою і власним життям.

Проблемою суб'єктивного благополуччя цікавилися такі науковці, як: К. Абульханова-Славська, Н. Бахарєва, Д. Леонтьєв, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, В. Франкл та інші. Зокрема, представниками західної психології увага акцентувалася на виявленні впливу життєвих цілей на суб'єктивне благополуччя (Р. Еммонс), його структури (Е. Діннер), наповненні новим змістом (М. Аргайл, Е. Діннер).

Поняття психологічного благополуччя було обґрунтоване американською дослідницею К. Ріфф.

Ми пропонуємо розглянути проблему психологічного неблагополуччя, яке може бути предиктором прокрастинації та призводити до неефективного кар'єрного зростання державних службовців.

Питаннями розуміння механізмів прокрастинації цікавилися Є. Базика, Н. Боровська, Т. Вайда, Я. Варваричева, В. Воробйова, М. Дворник, М. Кузнецов, Ю. Шайгородський та інші.

Найбільш повну характеристику механізму прокрастинації, на нашу думку, подає дослідниця Є. Базика, яка вважає, що прокрастинація – розлад вольових процесів, самопокладання, цілеспрямованості, самоорганізованості. Ідеться про особистості з нерозвиненими, несформованими вольовими процесами, які не вміють чи не здатні подолати самих себе, свої лінощі [3].

Надалі перейдемо до розгляду сутності феномену психологічного благополуччя. Дослідження проблеми благополуччя особистості традиційно пов'язують з іменами таких науковців, як Н. Бредб'орн, К. Ріфф та інші, які вкладали в розуміння даного феномену поняття щастя, задоволеності життям, позитивної емоційності, психологічного здоров'я, стійкості духу.

Основою для розуміння феномену психологічного благополуччя є дослідження Н. Бредб'орна, який уважав, що для опису даного поняття необхідно оперувати такими ознаками: стан щастя чи нещастя, суб'єктивне відчуття загального задоволення чи незадоволення життям.

Різні підходи до вивчення поняття психологічного благополуччя можна розділити на групи.

До першої групи відносять гедоністичні й евдемонічні теорії тлумачення психологічного благополуччя. До гедоністичних теорій належать ті, що описують психологічне благополуччя в термінах задоволення / незадоволення; а евдемонічне розуміння даної проблеми засноване на постулаті, що особистісне зростання – це головний та найнеобхідніший аспект благополуччя.

До другої групи належать теорії, які розглядають феномен психологічного благополуччя, що будується на вивченні питання сприятливого психологічного функціонування особистості.

До третьої групи відносять теорії, що розуміють поняття психологічного благополуччя на основі психофізіологічної збереженості функцій.

До четвертої групи входять теорії, які психологічне благополуччя тлумачать як нерозривне переживання (існування), що виражене в суб'єктивному відчутті переживання щастя, задоволеності собою та власним життям, а також пов'язане з базовими людськими цінностями та потребами [6].

Згідно з позицією К. Ріфф, психологічне благополуччя розуміється як налагодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги, задоволеності собою та навколишнім світом. Це поняття складається з таких компонентів, як: 1) *позитивні стосунки з оточенням* – це як уміння співпереживати, здатність бути відкритим для спілкування, так і навички встановлення та підтримання контактів з іншими; 2) *автономія*, розуміється як сприймання своєї поведінки, що конгруентна внутрішнім цінностям та бажанням особистості; 3) *управління навколишнім середовищем* – означає наявність якостей, що зумовлюють успішне опанування різних видів діяльності, здібність досягати бажаного та долати перешкоди на шляху до реалізації власних цілей; 4) *особистісне зростання* – передбачає прагнення розвиватися, вчитися, самоактуалізуватися, самореалізуватися; 5) *наявність життєвих цілей* – приводить до появи почуття осмисленості існування, цінності того, що було в минулому, відбувається в теперішньому та буде відбуватися в майбутньому; 6) *самоприйняття* – відображає позитивну самооцінку себе та свого життя загалом, усвідомлення та прийняття не тільки своїх позитивних якостей, але і недоліків [10].

На думку дослідника Р. Шаміонова, психологічне благополуччя – це власне ставлення людини до своєї особистості, свого життя і процес, що має велике значення з погляду засвоєння нормативних уявлень про зовнішнє та внутрішнє середовище, характеризується відчуттям задоволеності [9]. Екзистенціальний підхід виводить проблему психологічного благополуччя на метафізичний рівень, коли йдеться про вище розуміння психологічного благополуччя, що досягається внутрішньою роботою людини і проявляється в екзистенції [5].

Важливо також звернути увагу на дослідження, яке присвячене теоретичному й емпіричному вивченню ролі самоусвідомлення (усвідомлювання в повсякденному житті) у психологічному благополуччі. Самоусвідомлення – це унікальна якість свідомості, яка пов'язана з різноманітними конструктами психологічного благополуччя і дає змогу посилювати самоусвідомість. Усвідомлювання в повсякденному житті збільшує саморегулювання поведінки та позитивні емоційні стани [13].

Актуальним у контексті аналізу літератури є дослідження зв'язку психологічного благополуччя з кількістю можливих соціальних проявів ідентичності (тобто ролей). Особистості, які добре інтегровані в суспільство, більше виграють від появи нових ролей і більше страждають від їх втрати, на відміну від тих, хто ізольований від суспільства [14].

Погоджуємось з думкою О. Ширяєвої, що психологічне благополуччя – це сукупність особистісних ресурсів, які забезпечують суб'єктивну і об'єктивну успішність особистості в системі «суб'єкт – середовище». Для досягнення суб'єктивної й об'єктивної успішності особистості за різного рівні впливу на неї об'єктивних чинників екстремального середовища залучаються різні моделі психологічного благополуччя: в екстремальних умовах, що депривують потреби особистості, – асиметрична модель психологічного благополуччя, що характеризується переважним зверненням до внутрішніх ресурсів; в умовах із менш інтенсивним впливом – симетрична модель психологічного благополуччя, побудована на гармонійній взаємодії особистості із середовищем, передбачає рівноцінне звернення особистості як до внутрішніх, так і до зовнішніх ресурсів розвитку [11].

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз показав, що процес кар'єрного зростання державних службовців визначається усвідомленням своїх інтересів, ідеалів, цінностей, настанов, особистісно-індивідуальних якостей, відчуттів, емоцій, ставлення до себе та до власного життя. Визначено, що психологічне неблагополуччя як сукупність особистісних ресурсів, які не забезпечують суб'єктивної й об'єктивної успішності, призводить до неефективного кар'єрного зростання державних службовців і характеризується відчуттям невдачливості, переживанням негативних емоцій, незадоволеністю собою і власним життям.

Аналіз і узагальнення науково-теоретичних підходів дозволили визначити психологічне неблагополуччя як предиктор прокрастинації виконання справ і ухвалення рішень державних службовців, яка проявляється за таких умов, як: страх неуспіху; страх успіху як додаткових обов'язків, що можуть виникнути в разі успішного виконання справи; особистісна і ситуативна тривожність; невміння планувати, погана орієнтація в часі, невизначення пріоритетності справ; недостатня особистісна готовність до виконання справ; відсутність радості від роботи; несформованість вольових процесів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Атаманчук Г. Государственное управление : организационно-функциональные вопросы : учебное пособие. Москва, 2000. 302 с.
2. Атаманчук Г. Теория государственного управления : курс лекций. *Юридическая литература*. Москва, 1997. 400 с.
3. Базика Е. Феномен психофизиологического stanu прокрастинації. *Междисциплинарные исследования в науке и образовании*. 2012. № 1. URL: [www.es.gae.ru/mino/158-1023](http://www.es.gae.ru/mino/158-1023)(дата звернення: 16.01.2021).
4. Вассерман Л., Абабков В., Трифонова Е. Совладание со стрессом. *Теория и психодиагностика*. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 192 с.
5. Гришина Н. Психологическое благополучие в экзистенциальном понимании : эмпирические особенности. *Психологические исследования*. 2016. Т. 9. № 48. URL: <http://psystudy.ru/num/2016v9n48/1312-grishina48.html> (дата звернення: 16.01.2021).
6. Позднякова Е. Понятие феномена «психологическое благополучие» в современной психологии личности. URL: [lenapsixolog.narod.ru/PsichologBlagopoluchie.rtf](http://lenapsixolog.narod.ru/PsichologBlagopoluchie.rtf) (дата звернення: 16.01.2021).
7. Стаття «Мотивація заохочення державних службовців». *Закон України «Про державну службу» № 889 від 10 грудня 2015 р.* URL: <https://i.factor.ua/ukr/journals/ds/2018/december/issue-12/article-41307.html> (дата звернення: 16.01.2021).
8. Шайгородський Ю. Феномен політичної прокрастинації як виклик стратегічному мисленню. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін*. 2014. Серія 22. Спецвип. С. 85–91.
9. Шамянов Р. Психология субъективного благополучия : к разработке интегративной концепции. URL: <http://www.myword.ru> (дата звернення: 16.01.2021).
10. Шевеленкова Т., Фесенко П. Психологическое благополучие личности : обзор основных концепций и методика исследования. *Психологическая диагностика*. 2005. № 3. С. 95–129.
11. Ширяева О. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Петропавловск-Камчатский, 2008. 20 с.
12. Яристый М. Територіальна організація влади. *Ефективність державного управління в контексті глобалізації та євроінтеграції* : матеріали Науково-практичної конференції / за ред. В. Лугового, В. Князева. Київ : Вид-во НАДУ, 2003. Т. 1. С. 376–378.
13. Brown K., Ryan R. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being Journal of Personality and Social Psychology. *American Psychological Association*. Inc. 2003. Vol. 84. № 4. P. 822–848. DOI: 10.1037/0022-3514.84.4.822.
14. Thoits P. Social Isolation Hypothesis. *American Sociological Review*. 1983. Vol. 48. № 2. P. 174–187.