Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv.
Series "Psychology". № 1(11), pp. 43-46 (2020)
УДК 159.923
DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2020.1\(11\).8](https://doi.org/10.17721/BSP.2020.1(11).8)

ISSN 1728-3817
© Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 2020

Катерина Мілютіна, д-р психол. наук, проф.
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна
Наталія Рубель, асп.
Інституту підготовки кадрів державної служби зайнятості України, Київ, Україна

ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ З ПОЗИЦІЇ СУБ'ЄКТНО-ВЧИНКОВОГО ПІДХОДУ

У статті відображено результати емпіричного дослідження особливостей тривожності та життєвих завдань особистості під час проживання криз професійного становлення. Вибірка досліджуваних складала 80 осіб віком 17–35 років, яка була поділена на дві групи: група 1 включала 34 особи, які отримують першу вищу освіту (студенти 1-3-го курсу), група 2–46 осіб у процесі зміни своєї професійної діяльності, які працюють за новою спеціальністю. Для дослідження рівню особистісної та ситуативної тривожності було використано тест дослідження рівня тривожності Спілбергера-Ханіна. Для дослідження характеристик життєвих завдань була застосована методика "Життєві завдання особистості" (розробка колективу лабораторії соціальної психології особистості ІСПП НАПН України під керівництвом Т. М. Титаренко). Було виявлено достовірну різницю за критерієм R_s на рівні $p \leq 0,05$ між групами обстежуваних за шкалою "Операційні характеристики життєвих завдань". Виявлено пряму кореляцію ступеню мотиваційних спрямувань та рівня особистісної тривожності у групі працюючих (на рівні $p < 0,01$). Визначено обернену кореляцію в обох групах між ставленням до майбутнього та особистісною тривожністю (на рівні $p < 0,01$). Операційні характеристики життєвих завдань обернено пропорційні до рівня тривожності в обох групах. Результати дослідження дають змогу стверджувати, що більша суб'єктність особистості усвідомлення своїх життєвих завдань, відчуття стійкості, цілісності життя, використання стратегій гнучкості та активності сприяє успішному подоланню тривоги під час професійних криз.

Ключові слова: вчинок, кризи, професіоналізація, соціалізація, тривожність, студентство.

Постановка проблеми. Специфікою сучасного ринку праці є його мобільність – людина протягом життя може змінювати не лише посаду та місце роботи, а й сам напрямок професійної діяльності. Це призводить до специфіки криз професійного становлення – вони пов'язані не лише з кар'єрним і професійним зростанням, а до змін професійного спрямування у дорослому віці. Такі радикальні зміни можуть підвищувати рівень тривожності суб'єкта, призводити до тривалого стану невизначеності та відчуття неуспішності у новій діяльності. Саме тому дослідження криз професійного становлення, та ресурсів для їхнього успішного проживання, набуває особливої актуальності.

Метою дослідження є виявлення впливу суб'єктно-вчинкової активності особистості на проживання кризи професійного становлення, на прикладі перенавчання на іншу спеціальність.

Аналіз попередніх досліджень. Життєвий шлях особистості неможливий без подолання перешкод, якими є кризи професійного становлення. Вчинкова парадигма є адекватним психологічним підходом до вивчення професійної діяльності, особливо у її сучасному розвитку, що було запропоновано В.Татенко (Татенко, 2017). Дія є одним із компонентів структури вчинку, що охоплює, ситуацію, мотивацію, дію і післядію. Вчинок є проявом суб'єктної активності індивіда, що передбачає орієнтацію в ситуації його життєдіяльності (зокрема професійної), виявлення проблем свого професійного зростання, що потребують розв'язання. Зміна професії провокує боротьбу мотивів та вибір одного з них, формулювання мети, винайдення потрібних засобів її досягнення, прийняття рішення діяти для збереження попередньої професії або для опанування нової. Прийняття рішення реалізується у вигляді професійного вдосконалення або зміни професії. Результат учиненого оцінюється на етапі післядії з позиції власного сумління і з урахуванням думки значущих інших. Структура вчинку дійсно схожа на психологічну структуру діяльності, але її змістова наповненість має свою специфіку. Діяльність може мати репродуктивний характер, як зазвичай і буває під час засвоєння першої професії у студентському віці, тоді як учинок – це творчий самостійний унікальний акт за визначенням, як ло-

гічний осередок і реальний механізм зміни професії. Але справжній вчинок не обирається і не наслідуються, а твориться людиною самостійно на основі її життєвого досвіду, його переживання і узагальнення у формі життєвих цінностей, смислів, та життєвих завдань (Татенко, 2017). Саме таке розуміння вчинку породжує ідею самотворення причинових відношень, коли людина усвідомлює себе причиною і вільним виконавцем своїх учинків і тому готова відповідати за вчинене перед власним сумлінням та іншими людьми. У статті Н. А. Гури (Гура, 2019) проаналізовано феномен переривання кар'єри як складову професійної і соціальної мобільності людини. Обґрунтовано необхідність зміни традиційних моделей побудови кар'єри в постіндустріальному (трансформаційному, кризовому) суспільстві. Показано, що переривання кар'єри із надзвичайної, переважно вимушеної події перетворилося в звичний спосіб побудови життєвого шляху. Це дієвий та ефективний інструмент реалізації власного біографічного проекту особистості. На основі емпіричних даних описано два важливі поведінкові феномени, що визначають шлях кар'єрного розвитку: паттерн переривання та стабільності робочого місця. Сформульовано критерії виявлення професійно-мобільних осіб в організаційному консультуванні. Наведено результати контент-аналізу причин звільнення з роботи, виявлено їх суб'єктивні наслідки. Тягар відповідальності, який усвідомлює людина у разі зміни професії викликає посилення тривожності (нетолерантність до невизначеності, катастрофічність мислення, потреба контролю, чутливість до дискомфорту), що може впливати на вибір неадаптивних копінгів (Бек, Емері, 2020).

Серед сучасних теорій емоційного функціонування людини цікавою є теорія емоційних схем Р. Ліхі (Leahy, 2019), яка вбачає у формуванні неадаптивних механізмів тривожності наявність упередженого ставлення до самої емоції, що сприяє неадаптивним копінкам. Також, у теорії емоційно фокусованої терапії Л. Грінберга підкреслюється, що емоції людини можуть містити певні значення у співвідношенні з досвідом, потребами та цінностями (Greenberg, 2002).

Сучасною українською дослідницею Є. Калюжною (Калюжна, 2016) запропонована структурно-

функціональна модель, яка описує тривожність як інтегральну характеристику, що розгортається на психофізіологічному, індивідуально-психологічному та особистісному рівні та реалізується взаємозв'язком її складових. Тобто, перебуваючи в умовах зовнішніх або внутрішніх викликів, якими можна вважати кризи професійного становлення, людина потребує певної активності, яка забезпечується сферою потреб з одного боку та емоційними процесами з іншого, тобто, тривога виконує певну інформаційну функцію. З огляду на це, характеристики життєвих завдань, що їх вирішує та реалізує людина, можуть бути пов'язані із рівнем та особливостями проявів тривоги як явища, спрямованого в майбутнє з метою впорядкування та стабілізації.

В дослідженні К. Мілютіної зазначається, що процес зміни професійної ідентичності призводить до виникнення стану тимчасової дезадаптації з подальшою свідомою суб'єктно-вчинковою активністю та пошуком стратегії реагування на кризу (Мілютіна, 2012).

Життєві плани – це структурний компонент для реалізації життєвої перспективи, на думку Т. Титаренко у формуванні життєвих планів велике значення мають життєві завдання, які передбачають умови реалізації бажаного майбутнього. Тобто, адаптивність постановки життєвих завдань є передумовою бажаного майбутнього та власної ідентичності (Титаренко, 2003).

У разі спроби адаптації під час змін, які виникають завдяки власній вчинковій активності, людина відчуває потребу у впорядкованості, контрольованості, передбачуваності майбутнього. Життєві завдання можуть бути

способом втілення та реалізації важливих для людини та реальних з огляду на ситуативні чинники варіантів свого майбутнього. Тобто, життєві завдання стають структурними одиницями майбутнього, яке планує людина, вивчення зв'язку життєвих завдань з особистісними та індивідуально-психологічними якостями є важливим для адаптивного подолання кризових періодів.

Гіпотезою емпіричного дослідження є те, що більша суб'єктність особистості та здатність до усвідомлення своїх життєвих завдань сприяє успішному подоланню тривоги під час професійних криз.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Вибірка досліджуваних складала 80 осіб віком 17–35 років, яка була поділена на дві групи: група 1 включала 34 особи, які отримують першу вищу освіту (студенти 1-3-го курсу), група 2 – 46 осіб у процесі зміни своєї професійної діяльності: вони отримали другу вищу освіту та перебувають на етапі опанування нової професійної діяльності.

Для дослідження рівню особистісної та ситуативної тривожності було використано тест дослідження рівня тривожності Спілбергера-Ханіна.

Для дослідження характеристик життєвих завдань була застосована методика "Життєві завдання особистості" (розробка колективу лабораторії соціальної психології особистості ІСПП НАПН України під керівництвом Т. М. Титаренко) (Титаренко, Злобіна та ін, 2012). У табл. 1 наведені результати тесту тривожності Спілбергера-Ханіна для обох груп респондентів.

Таблиця 1

Результати обстеження за тестом Спілбергера-Ханіна (в балах)				
	Групи обстежуваних	Мінімальне значення	Максимальне значення	Середнє значення
Ситуативна тривожність	студенти	39	71	46,8
	працюючі	27	68	42,3
Особистісна тривожність	студенти	20	68	47,8
	працюючі	20	56	38,3

Не було виявлено достовірних розбіжностей між середніми рівнями тривожності у досліджуваних групах. Але більш детальний аналіз отриманих даних свідчить про наступне. Середнє значення по групі відповідає високому рівню ситуативної тривожності, серед основних причин якої відмічається тривога в учбовому процесі, соціальна тривога в ситуаціях оцінювання та особистих стосунках, адаптації до процесу навчання. Серед чинників тривожності в даній групі можна виділити: брак стратегій рішення проблем, певна необізнаність та дезорієнтованість, відсутність інформації стосовно певних процесів та явищ свого життя, іноді не здатність взяти на себе відповідальність у важливих питаннях (навчання, стосунки, побудова планів на майбутнє).

Серед джерел особистісної тривожності можна припустити прагнення відповідати наявним вимогам, недостатня інформованість стосовно майбутньої професійної діяльності, недостатнє розуміння своїх можливостей.

У 11,7% обстежуваних виявлений високий рівень ситуативної та низький або середній рівень особистісної тривожності і у 23,5% навпаки – високий рівень особистісної та середній ситуативної тривожності. Така неузгодженість може бути викликана компенсаторними спробами подолання перешкод із застосуванням стратегій уникнення, когнітивної переоцінки значущості подій або використання самознецінення та "комплекс меншовартості", катастрофічний погляд у майбутнє.

За результатами обстеження групи працюючих у більшій кількості обстежуваних ситуативна тривожність має середній рівень. Можна припустити, що більш низький рівень ситуативної тривожності у представників цієї групи

зумовлений наявністю досвіду та системи переконань, які впорядковують механізми копіювання під час стикання з проблемними ситуаціями, сформованість стратегічних навичок щодо побудови та рішення життєвих завдань.

В даній групі, у порівнянні із першою, можлива наявність ситуативної тривоги стосовно професійної компетентності, сумнівів щодо своєї здатності компетентно впоратися з перешкодами, що може бути основною причиною звертання представників даної групи до центру підвищення кваліфікації.

Показники особистісної тривожності свідчать про її більш помірний рівень у даній групі. Тобто, представники даної групи більш емоційно стабільні та виважені, також більш низький рівень особистісної тривожності може бути пов'язаний із здатністю до прийняття самостійних рішень, наявністю особистісної відповідальності, впорядкованістю життєвих завдань. Однак, у цій групі наявні причини тривожності у вигляді надлишку поінформованості, схильності до раціоналізації та використання когнітивного уникнення щодо можливих перешкод.

В табл. 2 наведено результати за методикою "Життєві завдання особистості" у двох групах обстежених.

Лише шкала "Операційні характеристики життєвих завдань" має достовірні розбіжності за критерієм Rs на рівні $p \leq 0,05$. Шкала "мотивація життєвих завдань" відображає прояв різних мотиваційних спрямувань (матеріальний, амбіційний, мотив "бути" у сфері самоконститування, мотив саморозвитку). У групі студентів 28% обстежених мають низький рівень мотивації, 60% середній та 12% високий. Серед мотивів переважають матеріальні, мотиви саморозвитку. У групі

працюючих середній бал мотивації майже дорівнює групі студентів, але високий рівень мотивації спостерігається у 30% обстежених, низький у 12% і середній у 58%, переважають мотиви "бути – брати" у сфері самоконститування як вияв честолюбних, спрямувань в

особистісному саморозвитку та самовдосконаленні та "бути – давати" як спрямованість творчості особистості на вибір шляхів свого життєствердження. Загалом, дана група має більш диференційовану стосовно саморозвитку мотиваційну складову життєвих завдань.

Таблиця 2

Кількісне співвідношення показників шкал за методикою "Життєві завдання особистості"

Характеристики постановки життєвих завдань	Групи обстежених	Мінімальне значення	Максимальне значення	Середнє значення
Мотивація життєвих завдань	студенти	12	50	30,8
	працюючі	14	41	30
Структурованість часу	студенти	4	13	8,4
	працюючі	5	15	10,5
Ставлення до майбутнього	студенти	2	10	5,8
	працюючі	2	10	7,8
Суб'єктна активність	студенти	2	10	6,5
	працюючі	4	10	6,8
Операційні характеристики життєвих завдань	студенти	18	40	28
	працюючі	24	46	34,1

За шкалою "структурованість часу" у групі студентів виразна структурованість часу спостерігається у 35%, середня у 45% та низька у 20%. Серед студентів є приклади дуже віддаленої перспективи планування ("все життя" – близько 5% відповідей, та "40-50 років" – 15% відповідей), загалом часовою перспективою вважається декілька років. У групі працюючих структурованість часу на значному рівні спостерігається у 60%, середній рівень у 30% та низький – 10% обстежених. Домінує часова перспектива "все життя", але деякі працюючі планують на поточний час. Часовий простір обстежуваних у групі працюючих більш інтегрований, вони схильні "тримати у власних руках" свої часові перспективи, спрямовуючись на певні життєві завдання.

Шкала "Ставлення до майбутнього" вказує на міру впевненості у майбутньому та схильність до прогнозування катастроф та негараздів. У групі працюючих високий рівень впевненості мають 70%, середній 20% та низький 10%. У групі студентів 30% вважають майбутнє неконтрольованим та вважають себе такими, що мають труднощі в подоланні перешкод, деякі вказують, "що уявляють всілякі перешкоди та неприємності", середній рівень ставлення до майбутнього спостерігався у 35% обстежених, та впевненість у майбутньому у 35%. Загалом, ця шкала співвідноситься з більш високим рівнем тривожності у групі студентів.

Шкала "Суб'єктна активність" спрямована на визнання індивідом своєї власної здатності до життєтворчості та власного впливу на майбутнє, визнання себе як активної одиниці у вирішенні життєвих завдань, здатності до прийняття рішень та власного вибору з опорою на розуміння своїх потреб та можливостей. У групі студентів високий рівень суб'єктної активності визначають 40% обстежених, середній – 35%, низький – 25%. У групі працюючих 40% – високий рівень та 60% – середній рівень. Шкала "Операційні характеристики постановки життєвих завдань" включає характеристики стратегій, стійкості, цілісності життя, гнучкості та активності. За цією шкалою показники у групі працюючих достовірно вищі, ніж у студентів, але здебільшого це середній (75%) та високий рівень (25%). У групі студентів 20% обстежених мають низький рівень операційних характеристик та 10% високий, 70% – середній.

Після проведення обстеження та узагальнення отриманих даних був проведений обрахунок коефіцієнту кореляції Пірсона за допомогою SPSS Statistic по кожній групі окремо.

Коефіцієнти кореляції особистісної та ситуативної тривожності з вираженістю характеристик життєвих завдань в обстежуваних групах наведені в табл. 3.

Таблиця 3

Результати кореляції Пірсона по групах обстежених

Характеристики життєвих завдань	Студенти		Працюючі за новою спеціальністю	
	Особистісна тривожність	Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність	Ситуативна тривожність
Мотивація життєвих завдань	0,310	0,117	,410	,325
Структурованість часу	-0,377	-0,242	-,171	-,062
Ставлення до майбутнього	-0,443	-0,441	-,510	-,297
Суб'єктна активність	-0,207	-0,511	-,519	-,357
Операційні характеристики життєвих завдань	-0,452	-0,160	-,465	-,412

В групах студентів та працюючих спостерігається обернена кореляція між ставленням до майбутнього та особистісною тривожністю. У разі схильності до катастрофічного мислення, нетолерантності до невизначеності при інших антиципаційних помилках у прогнозуванні майбутнього особистісна тривожність індивіда має більшій рівень. У групі студентів показник ставлення до майбутнього обернено корелює з ситуативною тривожністю.

Обговорення. Серед відповідей працюючих преважують сумніви у власній спроможності дати ради труднощам, думки про те, що успіх – це збіг обставин,

орієнтація на "треба", а не на "хочу". Серед аналогічних характеристик у групі студентів спостерігається недостатність стійкості та характеристики гнучкості у вирішенні життєвих завдань. У групі працюючих наявні сумніви в цілісності свого життя, власній життєтворчості, стратегіях постановки та вирішення життєвих завдань, сумніви в наявності енергії та активності для здійснення планів. В отриманих результатах спостерігається пряма кореляція ступеню мотиваційних спрямувань та рівня особистісної тривожності у групі працюючих, що може вказувати на зростання внутріш-

нього напруження, переживання, за наявності росту кількості мотиваційних спрямувань у життєвих завданнях. Можна припустити, що мотиваційна спрямованість є певною копінг-стратегією, яка застосовується тривожними індивідами з метою впорядкування свого життя, побудови "образу бажаного життя", який поєднує очікування, домагання і наміри, визначаючи той чи інший варіант вибору стратегії життєздійснення. Чим вищий рівень суб'єктної активності, тим нижчий рівень ситуативної тривожності у групі студентів та особистісної тривожності у групі працюючих. Тобто, здатність до визнання власної значущості у життєтворенні, орієнтація на власні плани та потреби, можливість прийняти відповідальність є чинником, пов'язаним з меншим рівнем тривожності.

Операційні характеристики життєвих завдань обернено пропорційні до рівня тривожності обох груп, виключення складає рівень ситуативної тривожності студентів – тут не виявлено значущого зв'язку з операційними показниками.

Висновки. Стійкість та гнучкість у постановці життєвих завдань, адаптованість та наявність енергії для власного життєтворення є значущими для зниження рівню тривожності під час проживання криз професійного становлення. Вчинкова активність індивіда, сприйняття себе як суб'єкта життєтворення сприяє подоланню тривожності.

Перспективи подальших досліджень. У даному дослідженні не виявлено, систему взаємовпливів між особливостями побудови життєвих завдань та тривожності респондентів. Збільшення кількості респондентів надасть можливість застосування регресійного аналізу даних.

Список використаних джерел

1. Татенко В. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір : монографія / Віталій Татенко. – К. : Міленіум, 2017. – 184 с.

2. Гура Н. А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2019. -2-3(17) – 35-47с. <https://doi.org/10.31108/2.2019.3.17.4>

3. Бек А., Емери Г. Тревожные расстройства и фобии. Когнитивный подход. – Киев: "Диалектика", 2020

4. Leahy, R.L. Introduction: Emotional Schemas and Emotional Schema Therapy. *J Cogn Ther* 12,1-4 (2019). <https://doi.org/10.1007/s41811-018-0038-5>

5. Greenberg, L.S. (2002). *Emotion-Focused Therapy: Coaching Clients to Work Through Their Feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.

6. Калюжна Є. М. Функціональна структура тривожності особистості / Міжнародні Челпанівські читання. – Т. 17 (2016) – С. 158-165

7. Мілютіна К. Л. Траєкторії життєвого шляху особистості в динамічному середовищі / Монографія – Ніжин, 2012

8. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості – Київ, 2003

9. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання о особистості : [наук. моногр.] / [Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, Л. А. Лепіхова та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.

References

1. Tatenko V. Metodologija sub'ektno-vchinkovogo pidhodu: social'no-psihologichnij vimir: monografija / Vitalij Tatenko. – K. : Milenium, 2017. – 184 s.

2. Gura N. A. Zadovolenist' kar'eroju jak faktor kar'ernogo rozvitku ta social'no-profesijnoi mobil'nosti // Organizacijna psihologija. Ekonomichna psihologija. – 2019. – 2-3(17) – 35-47s. <https://doi.org/10.31108/2.2019.3.17.4>

3. Bek A., Jemer G. Trevozhnye rasstrojstva i fobii. Kognitivnyj podhod. – Kiev: "Dialektika", 2020

4. Leahy R.L. Introduction: Emotional Schemas and Emotional Schema Therapy. *J Cogn Ther* 12,1-4 (2019). <https://doi.org/10.1007/s41811-018-0038-5>

5. Greenberg, L.S. (2002). *Emotion-Focused Therapy: Coaching Clients to Work Through Their Feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.

6. Kaljuzhna Є. М. Funkcional'na struktura trivozhnosti osobistosti / Mizhnarodni Chelpaniv'ski chitannja . – Т.17 (2016) – с.158-165

7. Miljutina K. L. Traektorii zhittєvogo shljahu osobistosti v dinamichnomu seredovishhi / Monografija – Nizhin, 2012

8. Titarenko T. M. Zhittєvij svit osobistosti. – Kyev, 2003

9. Yak buduvaty vlasne maibutnie: zhyttєvi zavdannia o sobystosti : [nauk. monohr.] / [Т. М. Tytarenko, О. Н. Zlobina, L. A. Liepikhova та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Tytarenko; Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. – Kirovohrad: Imeks-LTD, 2012. – 512 c.

Надійшла до редколегії 26.09.20

Рекомендована до друку 28.10.20

Kateryna Miliutina, Dr Sc (Psychology), Prof.
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine
Nataliia Rubel, PhD student (Psychology)
Institute of Personnel Training of the State Employment Service of Ukraine, Kyiv

RESEARCH OF CRISES OF PROFESSIONAL FORMATION FROM THE POSITION OF SUBJECT-ACTIVE APPROACH

In the article are represented results of empirical research of anxiety features and life goals of personality in professional development crisis. Our sample included 80 persons in the age 17-35 years. It was divided on two groups: first group consisted of 34 people, students of 1-3 courses, the second group consisted of 46 people that were changing their profession and are actually practicing new trade. We used anxiety test of Spilberger-Hanin to explore level of individual and situational anxiety. In addition, we used "Life goals of personality" method that was developed by laboratory of social psychology ISPP NASU led by T. M. Tytarenko. With the help of this method, we explored characteristics of life goals of our sample. It was found that there is a significant difference by Rs criterion on the level $p \leq 0,05$ between two groups on a scale "Operational characteristics of life goals". Among working people prevail doubts that they can cope with difficulties, thoughts that success is just an accident, orientation on "need", but not "want". In students group we can see lack of stability and flexibility in solving life tasks. There is straight correlation between motivational directions level and individual anxiety level on the group of working people ($p < 0,01$). It means growing of inside tension in the presence of motivational directions number increasing. We can assume that motivational direction is some sort of coping-strategy that is using by anxious individuals to put their lives in order. In that way they try to create "image of desired life", that combines expectations, demands and intentions, determining choice of life-realization strategy. In both groups was identified inverse correlation between attitude to the future and individual anxiety ($P < 0,01$). Operational characteristics of life goals inversely proportional to anxiety level in both groups. That means, that recognition of self-meaning in life-realization, orientation on own plans and needs and ability to take responsibility are low anxiety level related factors. This results gives us an opportunity to say that higher identity, own life goals realization, sense of resilience, life integrity, using of flexibility and activity strategies helps to cope with anxiety during professional crisis.

Keywords: act, crises, professionalization, socialization, anxiety, students