

Список использованных источников

1. ЮНИСЕФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.unicef.org/esa/ru/>. – Дата доступа: 20.01.2022.
2. *Маклаков, А. Г.* Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2016. – 583 с.
3. *Шарова, Н. В.* Общая психология: психология личности: учеб. пособие / сост. Н. В. Шарова. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2007. – 79 с.
4. *Мясищев, В. Н.* Психология отношений: Избранные психологические труды / В. Н. Мясищев; под ред. А. А. Бодалева. – М.: Модэк МПСИ, 2004. – 158 с.
5. *Аверин, В. А.* Психология личности / В. А. Аверин. – СПб.: Изд-во Михайлова В. А., 2001. – 192 с.
6. *Горностай, П. П.* Психология личности: словарь-справочник / под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
7. *Леонтьев, А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
8. *Ананьев, Б. Г.* Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
9. *Рубинштейн, С. Л.* Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
10. *Шнейдер, Л. Б.* Психология семейных отношений / Л. Б. Шнейдер. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 512 с.

(Дата подачи: 23.02.2022 г.)

О. В. Белановская

Республиканский институт высшей школы, Минск

Д. С. Баранов

Институт психологии, Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Минск

O. Belanovskaya

National Institute for Higher Education, Minsk

D. Varanov

Institute of Psychology, Belorussian State Pedagogical University
named after Maxim Tank, Minsk

УДК 159.99

ГОТОВНОСТЬ БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ К ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

READINESS OF FUTURE PSYCHOLOGISTS TO PROVIDE PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE

Статья посвящена актуальной теме подготовки будущих психологов к оказанию психологической помощи. Проанализированы исследования психологической помощи

и проблем при подготовке к данному виду профессиональной деятельности. Приведены результаты исследования самооценки готовности студентов к профессиональной помогающей деятельности и их представления о себе и о клиенте. Результаты исследования свидетельствуют об искаженном представлении студентов о данном виде будущей деятельности и необходимости менять соотношение теории и практика при преподавании основ психологической помощи.

Ключевые слова: студенты-психологи; психологическая помощь; профессиональная помогающая деятельность; образ клиента.

The article is dedicated to the actual topic of training future psychologists to provide psychological assistance. Analyzed studies of psychological assistance and problems in preparation for this type of professional activity. The results of a study of self-assessment of students' readiness for professional helping activities and their perception of themselves and the client are presented. The results of the study indicate a distorted understanding of students about this type of future activity and the need to change the ratio of theory and practice when teaching the basics of psychological assistance.

Keywords: psychology students; psychological help; professional helping activity; client image.

В последние десятилетия во всем мире наблюдается тотальный рост психологических проблем у людей, независимо от их пола, возраста, национальности, вероисповедания, страны проживания. Этот рост обусловлен рядом факторов: повышением уровня образованности, приводящего к большей рефлексивности; процессами глобализации, которые благодаря интеграции и унификации порождают общие для всех «образцы нормальности»; увеличением числа негрубых психических патологий вследствие развития медицины и снижения значения естественного отбора, необходимого для выживания популяции, и др. В связи с этим во всех развитых странах интенсивно развивается институт психологической помощи, что делает актуальной проблему подготовки будущих специалистов к профессиональной помогающей деятельности.

В каждой культуре всегда были свои традиционные способы преодоления стрессов, кризисов и травм. Осуществлением профессиональной помогающей деятельности занимались особые люди, функции которых напоминали деятельность современных специалистов в области психического здоровья: оракулы, шаманы, жрецы, колдуны, философы и пророки. На протяжении многих веков в тяжелых жизненных ситуациях людям помогали священнослужители различных религиозных конфессий. Таким образом, психологическим здоровьем занималось большое количество различного рода специалистов, что не могло не отразиться на обыденных представлениях потенциальных потребителей такого рода услуг. Как указывают Н. Сандберг, А. Уайнбергер, Дж. Таплин, «даже в наши дни некоторые люди, испытывая трудности, предпочитают обращаться за консультацией к астрологу или предсказателю, а не к клиническому психологу или другому представителю профессиональных служб» [1, с. 19].

На протяжении веков представления о природе человека и о причинах его проблем претерпели множество трансформаций, однако их исследование и попытки объяснения всегда были частью житейской психологии. Лишь в конце XIX века психология получила признание в качестве самостоятельной науки, прежде всего – благодаря открытиям З. Фрейда в области примитивных и иррациональных аспектов психики [1, с. 19].

В настоящее время помогающая психология активно внедряется в систему образования, медицину, бизнес, политику и другие социальные среды. Психологическая составляющая в виде деятельности психологов, внутренних и внешних консультантов, коучей, специалистов по человеческим ресурсам (HR) и других профессионалов, занятых в основном диагностической и тренинговой работой, играет главную роль во многих организациях различных секторов промышленности.

Принятый в Республике Беларусь Закон от 1 июля 2010 года № 153-З «Об оказании психологической помощи» определил правовые и организационные основы оказания психологической помощи в целях обеспечения прав и законных интересов граждан при ее получении. В Законе регламентированы права и обязанности граждан при оказании им психологической помощи, а также права и обязанности психологов, оказывающих такую помощь.

Законом установлено, что предоставление сведений, полученных при оказании психологической помощи, а также сообщение о факте обращения за психологической помощью без согласия обратившегося за оказанием такой помощи допускается, в частности, по письменным запросам органов, ведущих уголовный процесс; руководителей органов или учреждений, исполняющих меры уголовной ответственности; руководителей государственных организаций здравоохранения.

На постсоветском пространстве Беларусь первой предприняла попытку упорядочить неконтролируемое распространение неквалифицированных услуг, оказываемых непрофессионалами и зачастую ведущих к различным психическим расстройствам и психологическим проблемам.

Таким образом, на сегодняшний день оказание психологической помощи является одной из важных и достаточно разработанных областей практической психологии. Специалисты-психологи оказывают психологическую помощь, исходя из потребностей и запросов окружения, и стали заметной частью психологического сообщества.

Психологическая помощь представляет собой профессиональную деятельность квалифицированного специалиста, направленную на разрешение психологических проблем клиента. К числу таких проблем относятся неадекватная самооценка, сложности в построении отношений с социальным окружением, семейные проблемы, утрата смысла жизни, конфликты на работе и др. По большому счету, помогающий профессионал занимается оптимизацией психофизиологических состояний, познавательных процессов, поведения, коммуникации и др.

Анализ специфики психологической помощи требует перехода от классификации, основанной на феномене болезни (медицинская парадигма), к собственно психологической классификации человеческих проблем. Изучение основных видов психологической помощи, а также методов работы приводит к заключению, что на настоящий момент и, скорее всего, в ближайшем будущем, вряд ли будет найдено единое основание для классификации. Причиной этого является многообразие существующих видов, типов и форм, уровней, а также школ психологической помощи.

Современные школы психотерапии развиваются в русле двух основных процессов – дифференциации и интеграции. Интеграция – это процесс объединения и использования в работе различных направлений и школ психотерапии, которых, по различным данным, сегодня насчитывается от 400 до 1000 [2]. Интеграция позволяет объединить два и более метода, в результате чего образуются интегративные подходы или метанаправления. Интеграционные процессы – один из естественных путей развития любой науки. Однако между представителями разных школ существуют достаточно сложные и противоречивые взаимоотношения, базирующиеся на критике «чужих» подходов, отрицании их позитивных сторон, спорах о сравнительной эффективности оказываемой психологической помощи. Для описания сложившейся ситуации В. Н. Цапкин использовал метафору «вавилонского смешения языков». Он считает, что психотерапевты различных теоретических ориентаций говорят на разных языках, с трудом понимая друг друга. Представителям разных школ бывает сложно обнаружить какие-либо научные основания, общие для всех направлений [3].

Отметим, что в последнее время возросла значимость процессов интеграции. Все чаще психологи-практики базируются на принципе здорового эклектизма, допускающего плюрализм методов [4, с. 196]. Существует несколько возможных путей сближения психотерапевтических подходов, приводящих к разным уровням интеграции:

- 1-й уровень: интеграция родственных направлений;
- 2-й уровень: сближение теоретически далеких друг от друга направлений;
- 3-й уровень: интеграция всех направлений в одну систему [4].

Наступившая эпоха глобализации характеризуется тем, что идеи и знания уже не имеют границ. Поэтому особую важность обретает подготовка будущих психологов к помогающей профессиональной деятельности. На сегодняшний день можно констатировать появление особой отрасли – консультативной, или терапевтической, психологии, развивающейся в направлении методологического обоснования и конструирования метатеории. Благодаря трудам ряда российских (Ф. Е. Василюка, А. Я. Варги, Ю. Б. Гиппенрейтер, М. А. Гулиной, А. Ф. Копьева, В. Ю. Меновщикова, Т. В. Снегиревой, Е. Т. Соколовой, В. В. Столина, А. Б. Холмогоровой, В. Н. Цапкина и др.) и украинских психологов (А. Ф. Бондаренко, П. П. Горностая,

А. Н. Моховикова и др.) в основном решена задача методологического обоснования терапевтической (консультативной) психологии как области психологической науки. Среди трудов белорусских психологов можно выделить работы Г. С. Абрамовой, О. В. Белановской, Л. Г. Лысюк, Г. И. Малейчука, Н. И. Олифиревич, Л. А. Пергамшица, В. И. Слепковой, Ю. Г. Фроловой, И. А. Фурманова, В. А. Янчука и др., посвященные различным теоретическим и прикладным аспектам оказания психологической помощи. В рамках обозначенной проблемы актуальным является поиск теоретико-методологических оснований для подготовки будущих психологов к профессиональной помогающей деятельности в системе высшего образования.

Возникает вопрос: какой должна быть модель профессиональной помогающей деятельности с учетом существующего многообразия культурного и профессионального опыта в условиях жизни в постоянно меняющемся мире? Ведь в психологическом образовании не задано изначально содержание психологической деятельности. Г. Ю. Любимова отмечает, что общество «не располагает готовой системой ожиданий (и трудовых постов) для молодого специалиста, исключая бюджетную сферу – школу и клинику, где нередко приходится преодолевать сопротивление других профессий («занимайся своей психологией, а в учебный (лечебный, производственный и т. д.) процесс не лезь»)» [5, с. 54]. Поэтому почти каждый психолог-выпускник сталкивается с необходимостью самостоятельного определения оснований для построения модели своей профессиональной деятельности.

М. В. Соколова указывает на наличие у большинства студентов-психологов трудностей в связи с их собственным профессиональным становлением [6]. Например, опросы студентов МГУ показали, что «профессиональное мировоззрение студентов-психологов формируется на стыке научно-теоретического и житейски-практического познания психологической природы человека и общества, вследствие чего отличается внутренней противоречивостью, эклектизмом, использованием обыденных схем интерпретации психологической реальности, стереотипизированностью» [6]. Поэтому актуальной является проблема изучения моделей профессиональной деятельности, существующих в научной психологии и отражающихся в профессиональном самосознании будущих психологов.

Все модели можно свести к трем основным:

1. Парадигма лечения.
2. Парадигма обучения и развития.
3. Парадигма раскрытия потенциала.

В ряде исследований, анализировавших различные аспекты помогающей психологической деятельности, выявлено, что она, прежде всего, направлена на поддержку человека в сложных, критических моментах его жизни и состоит в активизации его внутреннего потенциала, в поиске внутренних и внешних ресурсов (психологических, социальных, информационных и др.), необходимых в кризисных и проблемных ситуациях.

Согласно мнению А. Ф. Бондаренко, понятие «психологическая помощь» является отражением некоторой реальности, базирующейся на психологической практике, квинтэссенцией которой «является совокупность вопросов, затруднений и проблем, относящихся к психической жизни человека» [7, с. 17]. А. Ф. Бондаренко определяет психологическую помощь как «область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении широкого круга проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме» [7, с. 17]. Он подчеркивает, что содержание психологической помощи обеспечивает не только эмоциональную, но также смысловую и экзистенциальную поддержку человека и в процессе личностного развития, и в трудных ситуациях социального бытия [7].

Важно различать профессиональную и непрофессиональную психологическую помощь. Непрофессиональную психологическую помощь могут оказывать неподготовленные люди – друзья, знакомые, сотрудники и т. п. Профессиональная помощь оказывается специалистом – человеком, имеющим соответствующее образование и необходимую квалификацию.

Выделяют ряд стратегий психологической помощи:

- информирование – предоставление клиенту информации, в которой он нуждается в данный момент для лучшего понимания источников своей проблемы;

- прямое действие – осуществление конкретных шагов, направленных на оказание помощи клиенту (например, в кризисных ситуациях, в случаях самодеструктивного поведения или реальной угрозы психическому и/или физическому здоровью людей);

- обучение – помощь в получении компетенций, необходимых клиенту в конкретной ситуации;

- системные изменения – оказание направленного воздействия на ту систему, которая явилась причиной возникновения трудностей;

- совет – высказывание собственного мнения, основанного на своем видении ситуации, в которой находится другой человек;

- психологическое консультирование – помощь клиенту в исследовании проблемы, прояснении противоречий, поиск новых, альтернативных способов совладания с ситуацией [M. Scally, B. A. Hopson, 1979; цит. по: 8, с. 32–33].

Обычно такие стратегии психологической помощи, как информирование, прямое действие, обучение, совет, дифференцируют от психологического консультирования как профессиональной психологической помогающей деятельности, базирующейся на ряде принципов и положений и несводимой ни к одной из вышеперечисленных стратегий. Однако, не имея целью подробное описание психологического консультирования, тем не менее, отметим, что в него могут в разных пропорциях «входить» все вышеперечисленные стратегии.

В рамках заявленной темы готовности будущих психологов к помогающей профессиональной деятельности нами было проведено исследование,

позволяющее изучить особенности представлений будущих психологов о себе, клиентах и психологической помощи. В исследовании были использованы следующие методики: анкета (успеваемость, дополнительное образование, планы в области профессиональной самореализации в помогающей профессии); методика «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири в адаптации Л. Н. Собчик (Я как психолог; клиент); методика изучения профессиональной идентичности (Л. Б. Шнейдер), самооценка готовности к оказанию психологической помощи [9].

В исследовании приняли участие 60 студентов дневного отделения БарГУ и БГПУ имени Максима Танка, по 30 первого и четвертого курса. Самооценка будущими психологами своей готовности к оказанию психологической помощи с использованием шкалы Лейкерга (1 – совершенно не готов, 5 – полностью готов) показала значимые различия между первым и пятым курсом ($p < 0,01$). Среднее значение у первого курса – 3,57, у четвертого – 2,97. Первокурсники переоценивают свои знания, компетенции и способность оказывать психологическую помощь, в то время как студенты четвертого курса, изучавшие специальные предметы, осознают сложность данного вида деятельности, требующего серьезной подготовки и высокой квалификации.

Результаты исследования по методике изучения профессиональной идентичности показали различия в статусе идентичности у испытуемых разных курсов.

Таблица 1

Статус идентичности у студентов-психологов

Курс	Статус идентичности (количество человек в %)				
	диффузная	преждевременная	псевдо-позитивная	мораторий	достигнутая
1	20	43,3	16,7	20	0
4	26,7	6,7	43,3	13,3	10

Выявлено, что большинство студентов первого курса обладают преждевременной идентичностью, которая обычно не осознается и является навязанной (таблица 1). У студентов четвертого курса преобладает псевдоидентичность – гипертрофированное представление о себе как профессионале, слияние с профессиональной ролью, будущей работой. Лишь небольшое количество студентов четвертого курса достигли зрелой идентичности, которая базируется на осознанных и ассимилированных ценностях и смыслах, обеспечивающих ясную профессиональную направленность, что согласуется с результатами подобных исследований [10].

Также вызывает интерес представление студентов-психологов о себе и о клиенте, выявленные при помощи методики «Диагностика межличностных отношений» в адаптации Л. Н. Собчик.

Таблица 2

**Актуальный образ Я у будущих психологов
(средние значения по октантам и ранги)**

Октант	Стиль межличностных отношений	Средние значения		Ранги	
		1 курс	4 курс	1 курс	4 курс
I	Властный-лидирующий	6,24	5,67	3	3
II	Независимый-доминирующий	4,37	4,60	5	6
III	Прямолинейный-агрессивный	4,24	4,70	6	5
IV	Недоверчивый-скептический	3,55	4,17	7	7
V	Покорный-застенчивый	4,76	4,93	4	4
VI	Зависимый-послушный	3,51	3,0	8	8
VII	Сотрудничающий-конвенциальный	6,48	5,77	2	2
VIII	Ответственный-великодушный	6,62	6,56	1	1

У студентов первого и четвертого курсов (таблица 2) не выявлено значимых различий в представлениях о себе ($p \geq 0,05$). Нами также были изучены их представления о клиентах.

Анализ полученных данных (таблица 3) позволяет утверждать, что в представлениях о клиенте у студентов не имеется значимых различий ($p \geq 0,05$). Однако эти образы клиента значимо отличаются от представлений о себе. Клиенты представляются недоверчивыми, застенчивыми, неуверенными в себе, ведомыми и зависимыми, с низким уровнем авторитетности, ответственности и не готовые к сотрудничеству. Эти данные указывают на то, что у будущих психологов до окончания обучения сохраняются наивные и искаженные представления о своих будущих клиентах.

Таблица 3

**Образ клиента у будущих психологов
(средние значения по октантам и ранги)**

Октант	Стиль межличностных отношений	Средние значения		Ранги	
		1 курс	4 курс	1 курс	4 курс
I	Властный-лидирующий	2,13	2,23	7	8
II	Независимый-доминирующий	4,17	3,33	5	5
III	Прямолинейный-агрессивный	5,07	4,23	4	3
IV	Недоверчивый-скептический	7,72	5,23	1	1
V	Покорный-застенчивый	7,55	4,93	2	2
VI	Зависимый-послушный	7,48	3,86	3	4
VII	Сотрудничающий-конвенциальный	4,13	3,30	6	6
VIII	Ответственный-великодушный	2,07	2,53	8	7

Полученные в исследовании результаты свидетельствуют о том, что будущие психологи не готовы к оказанию психологической помощи, обладают искаженными представлениями о клиентах, что может быть следствием преобладания теоретических дисциплин и отсутствием реальной практики знакомства с характером и особенностями оказания психологической помощи.

Список использованных источников

1. *Сандберг, Н.* Клиническая психология. Теория, практика, исследования / Н. Сандберг, А. Уайнберг, Дж. Таплин. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. – 383 с.
2. *Сосланд, А.* Фундаментальная структура психотерапевтического метода, или как создать свою школу в психотерапии / А. Сосланд. – М.: Логос, 1999. – 368 с.
3. *Цапкин, В. Н.* Единство и многообразие психотерапевтического опыта / В. Н. Цапкин // Московский психотерапевтический журнал. – 1992. – № 2. – С. 5–40.
4. *Горностай, П. П.* Интегративные модели в современной психотерапии / П. П. Горностай // Наука і освіта. – 2004. – № 8–9. – С. 83–86.
5. *Любимова, Г. Ю.* От первокурсника до выпускника: проблемы профессионального и личностного самоопределения студентов-психологов / Г. Ю. Любимова // Вестн. Моск. ун-та. – Сер. 14, Психология. – 2000. – № 1. – С. 48–55.
6. *Соколова, М. В.* Дискурсы профессионализма в современном психологическом образовании: сравнительный анализ [Электронный ресурс] / М. В. Соколова // Центр проблем развития образования. – 2003. – Режим доступа: <http://charko.narod.ru/tekst/cb7/sok.html>. – Дата доступа: 10.01.2022.
7. *Бондаренко, А. Ф.* Психологическая помощь: теория и практика / А. Ф. Бондаренко. – М.: Институт психологии, 2000. – 368 с.
8. *Гулина, М. А.* Терапевтическая и консультативная психология / М. А. Гулина. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.
9. *Белановская, О. В.* Психологическая диагностика в школе: пособие / О. В. Белановская, Н. И. Олифирович. – Минск: БГПУ, 2015. – 246 с.
10. *Олифирович, Н. И.* Психологическая помощь студенческой молодежи: системно-аналитический подход: монография / Н. И. Олифирович. – Минск: БГПУ, 2012. – 224 с.

(Дата подачи: 23.02.2022 г.)