

Н. И. Олифирович, Д. С. Баранов
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка, Минск

N. Olifirovich, D. Baranov,
Belarusian State Pedagogical University
named after Maxim Tank, Minsk

УДК 159.99

ПОКАЗАТЕЛИ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОМОГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ

INDICATORS READINESS FOR PROFESSIONAL HELPING ACTIVITY OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

Статья посвящена актуальной теме готовности будущих психологов к оказанию психологической помощи. Приведены результаты эмпирического исследования алекситимии, эмпатии и профессиональной идентичности будущих психологов. Результаты исследования показали, что студентам-психологам выпускного курса характерны более высокие показатели профессиональной идентичности, способность вербализовать свои чувства, учитывать позицию другого человека, большая способность к состраданию по сравнению со студентами-психологами первого курса.

Ключевые слова: психолог; психологическая помощь; готовность к оказанию психологической помощи; студенты-психологи.

The article is dedicated to the actual topic of the readiness of future psychologists to provide psychological assistance. The results of an empirical study of alexithymia, empathy and professional identity of future psychologists are presented. The results of the study showed that graduate psychology students are characterized by higher rates of professional identity, the ability to verbalize their feelings, take into account the position of another person, and a greater ability for compassion compared to first-year psychology students.

Keywords: psychologist; psychological assistance; readiness to provide psychological assistance; psychology students.

На сегодняшний день не вызывает сомнений высокая актуальность проблемы готовности будущих психологов к оказанию психологической помощи. Популярность профессии «психолог» в Республике Беларусь находится на наиболее высоком уровне за весь период развития психологии в стране.

В то же время психологическая помощь – высоко специфический вид деятельности, основным инструментом которой является личность самого психолога. Данный вид профессиональной деятельности требует особого состояния психологической готовности, предполагающего овладение не только необходимыми профессиональными компетенциями, но и соответ-

ствующими личностными характеристиками, в число которых входят высокие показатели интеллектуальных способностей, личностная зрелость, высокий уровень социального и эмоционального интеллекта, эмпатия, способность к рефлексии и осознание специалистом собственных личностных и профессиональных ограничений, эмоциональная устойчивость и др. [1–4]. Таким образом, в сложившейся ситуации высоко актуальными становятся вопросы относительно личностной готовности будущих психологов к профессиональной деятельности.

Цель исследования – выявление показателей и степени готовности к оказанию психологической помощи у будущих психологов.

Решение эмпирических задач реализовано посредством использования следующего психодиагностического инструментария:

1. Методика «Торонтская шкала алекситимии» (TAS 20) в адаптации Е. Г. Старостина и др.

2. Многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса (IRI) в адаптации Т. Д. Карягиной, Н. А. Будаговской, С. В. Дубровской.

3. Методика исследования профессиональной идентичности (МИПИ) Л. Б. Шнейдер [5].

Выборка составила 60 человек (4 юноши и 56 девушек) – студентов дневного отделения различных психологических специальностей Института психологии БГПУ им. М. Танка: 30 студентов 1-го и 30 студентов 4-го курса. Возраст: 17–24 года, средний возраст: 19,85 года. Для анализа эмпирических данных использованы частотный анализ, непараметрический *U*-критерий Манна – Уитни для анализа двух независимых выборок, а также статистический критерий χ^2 -Пирсона. Для проведения математических расчетов использован компьютерный статистический пакет SPSS for Windows 17.0 (русская версия).

В ходе первого шага эмпирического исследования проведен анализ средних значений, а также частоты низких, средних и высоких баллов по методике «Торонтская шкала алекситимии» для всей группы испытуемых.

По результатам анализа частных показателей алекситимии у студентов-психологов отмечается относительная однородность данных. Тем не менее можно отметить несущественное доминирование таких симптомов, как трудность с описанием чувств (ТОЧ) и трудность в идентификации чувств над таким симптомом, как внешне-ориентированное (экстернальное) мышление ВОМ. Это значит, что согласно средним показателям в исследованной группе студентов наибольшей проблемой алекситимического характера является трудность с вербализацией собственных эмоциональных переживаний другим людям, а также способность выявлять собственные аффективные импульсы.

В группе будущих психологов доминирует средний уровень алекситимии, который свидетельствует о неполном психологическом благополучии.

В 10 % и 11,7 % случаев в группе студентов-психологов проявляются как низкие, так и высокие показатели общего уровня алекситимии соответственно. В отношении 11,7 % испытуемых, показавших высокий общий уровень алекситимии, целесообразна постановка заключения о их недостаточной психологической готовности к деятельности, связанной с профессиональным оказанием психологической помощи.

Пятая часть всех обследованных респондентов проявляет выражено пониженную способность распознавать собственные эмоциональные импульсы. Таким студентам свойственны внутренние состояния эмоциональной неопределенности, недостаточный уровень понимания причин собственного настроения, а также поступков. Наличие в обследованной группе пятой части испытуемых с выраженными признаками эмоционально-психологического неблагополучия может быть связано с особенностями личности данных испытуемых, а также с индивидуальной спецификой их жизненного опыта. По результатам анализа показателей по шкале «Трудность идентификации собственных чувств» можно сделать вывод относительно недостаточного уровня психологической готовности к профессиональной деятельности, связанной с оказанием психологической помощи, у пятой части обследованных студентов-психологов.

Анализ процентных показателей встречаемости низких, средних и высоких результатов по шкале «Трудность с описанием чувств» (ТОЧ) показал, что на уровне, связанном с выраженным психологическим неблагополучием, находится ровно четверть испытуемых студентов-психологов. Они испытывают существенные затруднения с тем, чтобы облечь в вербальную форму различные собственные эмоциональные состояния и процессы. Данный результат, на наш взгляд, также связан с недостатком релевантного опыта работы студентов с собственной личностью, а также с недостатком общих психологических компетенций. Такие студенты испытывают трудность в том, чтобы сформулировать суть эмоционального переживания: его причины, форму проявления, глубинные устремления и т. д.

Очевидно, что деятельность, связанная с оказанием психологической помощи, требует умения вербализовать любое психологическое состояние, в том числе эмоциональное, а также помочь это сделать клиенту. Недостаток же такого навыка свидетельствует о недостатке фундаментальной компетенции практического психолога и указывает на отсутствие психологической готовности к деятельности, связанной с оказанием психологической помощи. Тем не менее 63,3 % респондентов находятся в зоне средних значений по рассматриваемой шкале и лишь 11,7 % демонстрируют высокий уровень развития навыка вербализации собственных эмоциональных состояний.

Анализ процентных показателей встречаемости низких, средних и высоких результатов по шкале «Внешне-ориентированное мышление» (ВОМ)

показал, что лишь десятая часть студентов-психологов в высокой степени в рамках собственного мышления высоко ориентирована на объяснение причин своей активности и собственных состояний с точки зрения их прямой зависимости от внешних факторов, стимулов и обстоятельств. В то же время 18,3 % студентам-психологам свойственна выраженная интернальная установка. Тем самым можно утверждать, что среди всех вариантов проявления алекситимических симптомов экстернальность мышления является наименее выраженной формой такого проявления. Таким образом, с точки зрения анализа склонности к внешне-ориентированному мышлению можно сделать вывод относительно преимущественной психологической готовности студентов-психологов к деятельности, связанной с оказанием психологической помощи.

На втором шаге первого этапа эмпирического исследования проведен анализ средних показателей по значениям эмпатии по методике «Многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса» (IRI), а также анализ частоты встречаемости в группе студентов низких, средних и высоких показателей эмпатии. Средние показатели эмпатии студентов-психологов отражены на рисунке 1.



Рис. 1. Процентное соотношение показателей эмпатии студентов-психологов

Результаты анализа средних показателей эмпатии студентов-психологов указывают на относительную однородность полученных данных. Несущественное преимущество средних показателей наблюдается со стороны шкал «Сопереживание» и «Эмпатическая забота», тогда как шкалы «Децентрация» и «Эмпатический дистресс» менее выражены. Полученный результат позволяет предположить, что ориентация студентов-психологов на сопереживание и помощь окружающим выше, чем их способность принимать точку зрения окружающих.

По результатам частотного анализа (шкала «Децентрация») для 70 % обследованных студентов-психологов характерен средний уровень способно-

сти к принятию в расчет точки зрения другого человека. Лишь 16,5 % из них демонстрируют данную способность на высоком уровне, что характеризуют указанную часть респондентов как в большей степени готовых к профессиональной деятельности, связанной с оказанием психологической помощи. Процент студентов (13,3 %), которые проявляют низкий уровень готовности к восприятию и принятию опыта другого человека, приблизительно соответствует проценту студентов с высоким общим уровнем алекситимии. Таким образом, общий уровень психологической готовности студентов-психологов к профессиональной деятельности, связанной с оказанием психологической помощи по шкале «Децентрация», приблизительно соответствует общему уровню готовности, связанному с проявлением алекситимических симптомов.

Данные профиля по шкале «Сопереживание», связанные со способностью эмоционально вживаться в роли художественных персонажей, схожи с данными профиля по шкале «Децентрация». Пятая часть испытуемых проявляет высокую способность к эмоциональному вживанию в переживания художественных персонажей, тогда как традиционная десятая часть студентов-психологов демонстрируют пониженную способность в этой области.

Результаты распределения показателей по шкале «Эмпатическая забота» указывают на тенденцию, согласно которой чуть более трети изученных студентов-психологов характерен высокий уровень готовности к сопереживанию и состраданию в отношении окружающих людей, а также готовность к оказанию им помощи в ситуации необходимости. Результат указывает на то, что готовность к сопереживанию и состраданию, по сравнению с навыками понимания и выражения эмоций, является более развитым паттерном.

Связь выявленной тенденции с профессионально обусловленными качествами личности может объясняться изначальной готовностью молодых людей, выбравших психологическую специальность, к более внимательно-му отношению к другим людям. Тем не менее почти пятая часть респондентов проявляет низкий уровень готовности к сопереживанию и состраданию.

Состояние эмпатического дистресса характеризуется выраженным психологическим дискомфортом в условиях восприятия страданий со стороны другого человека. Таким образом, эмпатический дистресс сопряжен с помогающим поведением, однако причина помогающего поведения в данном случае заключается не в ценностной установке субъекта на помощь и сострадание по отношению к окружающим, а в устранении собственного негативного эмоционального состояния. Данные частотного анализа свидетельствуют о том, что в группе студентов-психологов отсутствуют респонденты, кто не был бы подвержен реакции в виде эмпатического дистресса. Полученный результат указывает на то, что реакция дискомфорта в ответ на переживание другим человеком страданий в помогающей ситуации является достаточно характерной для студентов-психологов.

На третьем шаге эмпирического исследования осуществлен частотный анализ показателей различного статуса профессиональной идентичности студентов-психологов по данным, полученным с помощью методики исследования профессиональной идентичности (МИПИ). Полученные данные отображены на рисунке 2.

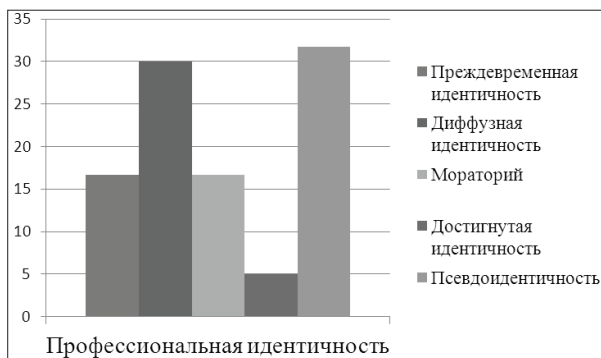


Рис. 2. Частота встречаемости различных статусов профессиональной идентичности

Согласно полученным данным, группа студентов-психологов не является однородной с позиции ее характеристики как носителя того или иного статуса профессиональной идентичности. Анализ профиля профессиональной идентичности студентов-психологов позволяет сделать несколько отдельных наблюдений.

Двумя наиболее выраженными типами профессиональной идентичности являются диффузная идентичность, а также псевдоидентичность (30 % и 31,7 % всех случаев соответственно). Это значит, что приблизительно в двух третях всех изученных случаев студентам-психологам характерно либо отсутствие устойчивых убеждений, целей и ценностей, которые могли бы быть основой для их профессиональной мотивации, либо наличие иных полярных установок. Среди данных установок может быть как полное отсутствие представлений о себе как о возможном профессионале, так и наличие навязанных извне ригидных и некритичных установок, являющихся проявлением гиперидентичности. Последний вариант не является конструктивным и чаще всего указывает на недостаток личностной и профессиональной рефлексии, социальную внушаемость, отсутствие планирования жизни, недостаток интереса к собственной личности и т. д. Все перечисленные особенности психологии студента-психолога имеют место при обоих полюсах состояния псевдоидентичности, а также при состоянии диффузной идентичности.

Еще треть респондентов испытывают дефицит профессиональных целей, мотивов и ценностей, где половина из этой группы находится в состоянии полного их отсутствия, а вторая группа пребывает в состоянии их кризиса (по 16,7 % испытуемых соответственно: шкалы «Преждевременная идентичность» и «Мораторий»). Таким образом, согласно первому и второму наблюдениям, 95 % испытуемых находятся в состоянии недостаточной готовности к осознанной и осмысленной профессиональной деятельности, которая могла бы быть организована зрелыми целями, мотивами и ценностями.

Лишь 5 % студентов-психологов пребывают в состоянии достигнутой профессиональной идентичности, имеют сформированную систему убеждений, целей и ценностей, которые выступают основой их профессионального самосознания.

Таким образом, 95 % студентов-психологов пребывают в состоянии дефицита профессиональной идентичности, что может указывать как на низкий уровень их психологической готовности к профессиональной деятельности, так и на их нахождение в начале пути по выработке данного качества. В последнем случае установленное состояние является временным.

На втором шаге второго этапа эмпирического исследования проведен анализ различий в показателях алекситимии между студентами-психологами 1-го и 4-го курсов. Результаты анализа отражены в таблице 1.

Таблица 1

**Различия в показателях алекситимии
между группами студентов-психологов 1-го и 4-го курсов**

Название шкалы	U-Манна – Уитни	Уровень значимости	Различия в пользу
Трудность в описании чувств	281,500	$p \leq 0,05$	1-й курс

По результатам статистического анализа между студентами 1-го и 4-го курсов выявлены статистически достоверные различия в показателях по шкале «Трудность в описании чувств» (ТОЧ). Большой уровень затруднений в вербализации собственных чувств испытывают студенты-первокурсники. Студенты-психологи 4-го курса, по сравнению со студентами-психологами 1-го курса, обладают более глубокими и обширными знаниями относительно природы эмоциональных состояний, что, на наш взгляд, позволяет им с большей точностью описывать собственные чувства.

На третьем шаге второго этапа эмпирического исследования проведен анализ различий в показателях эмпатии между группами студентов-психологов 1-го и 4-го курсов. Результаты анализа отражены в таблице 2.

Таблица 2

**Различия в показателях эмпатии
между группами студентов-психологов 1-го и 4-го курсов**

Название шкалы	<i>U</i> -Манна – Уитни	Уровень значимости	Различия в пользу
Децентрация	271,500	$p \leq 0,01$	4-й курс
Эмпатическая забота	275,000	$p \leq 0,01$	4-й курс
Эмпатический дистресс	201,500	$p \leq 0,01$	1-й курс

По результатам математического анализа студентам-психологам 4-го курса статистически в большей степени характерны более высокие показатели по шкалам «Децентрация» (РТ) и «Эмпатическая забота» (ЕС). Таким образом, студенты-психологи 4-го курса в большей степени способны к учету чужого опыта и чужой точки зрения, им легче считаться с позицией другого человека и выстраивать на основе этого свою собственную позицию и свое поведение. Также им характерна большая способность к состраданию и готовность к помощи в случае, если другой человек в ней нуждается. В свою очередь студентам-психологам 1-го курса в большей степени свойственно переживать индивидуальный эмоциональный дистресс в ситуациях помощи другому человеку, когда тот переживает страдания.

На четвертом шаге второго этапа эмпирического исследования проведен анализ различий в показателях профессиональной идентичности между группами студентов-психологов 1-го и 4-го курсов. Результаты анализа отражены в таблице 3.

Таблица 3

**Различия в показателях профессиональной идентичности
между группами студентов-психологов 1-го и 4-го курсов**

Название шкалы	<i>U</i> -Манна – Уитни	Уровень значимости	Различия в пользу
Профессиональная и идентичность	262,500	$p \leq 0,01$	4-й курс

Согласно результатам математического анализа, студентам-психологам 4-го курса статистически характерны более высокие показатели профессиональной идентичности по сравнению со студентами-психологами 1-го курса. Полученный результат является ожидаемым, так как формирование целей, мотивов и ценностей, ответственных за те или иные показатели профессиональной идентичности в наиболее интенсивном формате, происходит в ходе освоения той или иной профессии. При этом освоение той или иной профессии может формировать более высокие показатели профессиональной идентичности как вследствие нарастающего осознания индивидом

того, что данная профессия подходит ему и он желает в ней оставаться, так и в результате нарастающего осознания того, что данная профессия не соответствует его личностным ценностям. В обоих случаях будет происходить повышение уровня ясности относительно собственных профессиональных установок. В одном случае данная ясность может выражаться в формулировке «я хочу быть в той профессии, которой я обучаюсь», во втором случае это может выражаться в формулировке «я понял, что профессия, которой я сейчас обучаюсь, мне не подходит».

Таким образом, данные, свидетельствующие о том, что студентам-психологам 4-го курса свойственны более высокие показатели профессиональной идентичности, не могут однозначно указывать на больший уровень психологической готовности четверокурсников к профессиональной деятельности, связанной с оказанием психологической помощи.

На основании полученных данных могут быть разработаны рекомендации для преподавателей системы высшего образования для проведения профориентационной и просветительской работы со студентами-психологами. Результаты исследования могут быть использованы при подготовке к проведению занятий, тренингов и семинаров, направленных на помощь в формировании профессиональной идентичности и профессионально значимых качеств будущих психологов.

Список использованных источников

1. *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.
2. *Олифирович, Н. И.* Динамика профессиональных представлений психологов о себе и о клиенте в контексте оказания психологической помощи студенческой молодежи / Н. И. Олифирович, Ю. М. Солодуха // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 3. – С. 78–88.
3. *Олифирович, Н. И.* Психологическая помощь студенческой молодежи: системно-аналитический подход: монография / Н. И. Олифирович. – Минск: БГПУ, 2012. – 224 с.
4. *Олифирович, Н. И.* Эмпатические компетенции как фактор предупреждения эмоционального выгорания специалистов помогающих профессий / Н. И. Олифирович, Т. Е. Яценко // Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты: VII Междунар. науч.-практ. интернет-конф. / Забайкал. гос. ун-т; отв. ред. С. Т. Кохан. – Чита: Забайкал. гос. ун-т, 2016. – С.1212–1219
5. *Белановская, О. В.* Психологическая диагностика в школе: пособие / О. В. Белановская, Н. И. Олифирович. – Минск: БГПУ, 2015. – 246 с.

(Дата подачи: 28.02.2023 г.)