

7. Овчарова, Р. В. Справочная книга школьного психолога / Р. В. Овчарова. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1996. – 351 с.

8. Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. – 2004. – № 1. – С. 43–56.

9. Пономарев, П. А. Социально-психологическая адаптация студентов-первокурсников / П. А. Пономарев, Д. Е. Штильников, А. П. Пономарева // Психологические науки: теория и практика: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2017 г.). – Москва: Буки-Веди, 2017. – С. 38–42.

10. Профессиональная адаптация учащихся и студентов: в помощь практическим психологам, социальным педагогам и методистам по педагогической практике / Л. Ф. Мирзаянова. – Барановичи: Барановичский государственный высший педагогический колледж, 2004. – 63 с.

11. Эзиешвили, Э. Э. Психологические детерминанты адаптации студентов к процессу обучения в вузе: автореф. дис ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Э. Э. Эзиешвили. – Сочи, 2005. – 25 с.

12. Этезова, М. М. Психологическая адаптация первокурсников к условиям вузовского обучения / М. М. Этезова, Б. Б. Нагоев // Журнал «Мир науки». – 2017. – Т. 4. – № 6. – С. 79–80.

(Дата подачи: 19.02.2024 г.)

Е. В. Дробышевская, А. А. Смык

Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины,
Гомель

E. V. Drobyshevskaya, A. A. Smyk

Francisk Skorina Gomel State University, Gomel

УДК 159.923.2:316.612:331

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ)

PSYCHOLOGICAL RESOURCES FOR PROFESSIONAL FORMATION AND PERSONAL DEVELOPMENT (USING THE EXAMPLE OF SPECIALISTS IN HELPING PROFESSIONS)

Работа направлена на прояснение психологических ресурсов профессионального становления и развития личности. Представлены результаты эмпирического исследования с использованием метода психологического моделирования. Исследование включает в себя использование психодиагностических инструментов в соответствии с его целью. Полученные результаты дают возможность говорить о том, что феномены профессионального самосознания и профессиональной деформации могут рассматриваться как ресурсы становления профессионала, что является перспективным направлением для продолжения исследований с целью расширения научного знания о данном явлении.

Ключевые слова: психологические ресурсы; профессиональное становление; самосознание; профессиональная самореализация; переживание в деятельности; профессиональная деформация; личность; психологическое моделирование.

The work is aimed at clarifying the psychological resources of professional formation and personal development. The results of an empirical study using the method of psychological modeling are presented. The study includes the use of psychodiagnostic tools, in accordance with its purpose. The results obtained make it possible to say that the phenomena of professional self-awareness and professional deformation can be considered as resources for the development of a professional, which is a promising direction for continuing research in order to expand scientific knowledge about this phenomenon.

Keywords: psychological resources; professional formation; self-awareness; professional self-realization; experience in activity; professional deformation; personality; psychological modeling.

В современном обществе актуально и остро встает проблема конкретной психологической помощи людям в их профессиональном становлении. Психологическое сопровождение профессионального становления личности приобретает особую актуальность в условиях рыночной экономики, когда возрастает значение профессионально-психологического потенциала и профессиональной мобильности специалистов, снижается социальная защищенность работников [3, с. 137].

Теоретико-методологические основы психологического обеспечения профессиональной деятельности специалистов получили развитие в исследованиях зарубежных и отечественных психологов. Так, В. С. Мухина, И. И. Чеснокова, А. В. Кригер раскрывают понятие профессионального самосознания через его сущность и структуру; Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Л. И. Божович, Л. И. Божович обозначают основы развития и формирования профессионального самосознания; В. В. Столин, И. И. Чеснокова, И. С. Кон определяют уровневое строение профессионального самосознания.

В исследованиях отечественных и зарубежных авторов отмечается также, что многолетнее выполнение одной и той же профессиональной деятельности приводит к появлению профессиональной усталости, возникновению психологических барьеров, обеднению репертуара способов выполнения деятельности, утрате профессиональных умений и навыков, снижению работоспособности (С. Л. Рубинштейн, З. К. Давлетбаева, С. П. Безносков, Э. Ф. Зеер, К. Маслач, Дж. Джексон и др.).

Таким образом, следует заключить, что важно уделять внимание возможным деструктивным изменениям не только в профессиональной деятельности и профессиональном поведении, включая переходы между профессиями, но и в сфере профессионального и личного общения.

Для проверки гипотезы и решения исследовательских задач в работе применялись следующие группы методов:

- теоретические методы: анализ специальной психологической литературы по теме исследования, систематизация, обобщение и синтез имеющихся

ся в ней научных представлений, результатов теоретических и эмпирических исследований;

- методы эмпирического исследования: тестирование, анкетирование, метод моделирования;

- методы обработки и анализа эмпирических данных: качественный анализ, дисперсионный анализ ANOVA (однофакторный) и методы математической статистики.

Эмпирическое исследование проходило в два этапа. На первом этапе была разработана типологическая модель профессионального самосознания в системе самореализации личности специалиста, а на втором этапе – психологическая модель профессиональной деформации личности специалиста.

Таким образом:

- с целью выявления типологической модели профессионального самосознания в системе самореализации личности проведено эмпирическое исследование. В качестве психодиагностического инструментария были использованы следующие методы: тест «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е. А. Гавриловой; тест «Диагностика переживаний в профессиональной деятельности» Е. Н. Осина и Д. А. Леонтьева; тест «Опросник профессионального самоотношения личности» К. В. Карпинского и А. М. Колышко, методика «Ретроспективная профессиональная автобиография» (С. А. Иванов);

- с целью выявления типологической модели профессиональной деформации, выявления ключевых индикаторов профессиональной деформации и основных детерминант, которые инициируют этот процесс, была разработана концептуальная психологическая модель профессиональной деформации личности. В качестве психодиагностического инструментария были использованы следующие методы: «Методика диагностики профессиональной деформации К. Маслач, С. Джексона (адаптация Н. Водопьяновой)»; «Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении В. В. Бойко»; «Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере О. Ф. Потемкиной»; «Методика изучения типа личности и вероятностных расстройств данного типа Дж. Олдхэм и Л. Моррис (Персональный автопортрет)»; «Методика Томаса-Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (адаптация Н. В. Гришина)»; «Метод “Прогноз”» С. М. Кирова.

В данной работе под психологическими ресурсами профессионального становления и развития понимаются особенности профессионального самосознания и профессиональной деформации как индивидуального ресурса развития личности специалиста. Операционализируем данные понятия.

Профессиональное самосознание – это система представлений о себе, развивающаяся во времени и заключающаяся в самоотношении и самопознании личности, формирующаяся под влиянием социальной среды с целью ее самоактуализации и профессионального становления [6, с. 476].

Профессиональная деформация – это процесс изменения психологических свойств личности, необходимых для выполнения профессиональной деятельности, под воздействием комплекса факторов и условий в процессе профессионализации, крайней степенью которого является профессиональная деструкция, отражающаяся на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях [2, с. 85].

В результате проведенного эмпирического исследования на первом этапе в соответствии с выявленной структурой профессионального самосознания в системе самореализации личности в возрасте 20–22 лет, 23–26 лет, 27–49 лет, 50–64 года сформулируем модель профессионального самосознания личности, которая представлена на рисунке 1.

Целевой компонент профессиональной самореализации, предложенный и описанный Е. А. Гавриловой, включает в себя профессиональные ценности, мотивацию и цели профессионального развития. В рамках данного исследования ценностный компонент реализуется в возрасте 23–26 лет через карьеризм, профессиональный эгоцентризм, профессиональную удовлетворённость, профессиональную критичность, профессиональную неустойчивость, профессиональная вовлечённость, профессиональную осознанность, профессионально-личностную самореализация, профессиональную эмоциональность. Начало становления карьеры обычно приходится на период молодости и начальной взрослости, когда специалист определяется со своими ценностями, мотивами и жизненными целями.

Ресурсный компонент профессиональной самореализации, описанный Е. А. Гавриловой, и включающий в себя вырабатываемые профессиональные знания, навыки, опыт, накапливаются с течением времени, что позволяет соотнести данный компонент с возрастом 27–49 лет (стадия развития профессии). В рамках данного исследования, ресурсный компонент реализуется в возрасте 27–49 лет через профессиональную самодостаточность, профессиональное призвание, профессиональную амбивалентность, профессиональную значимость, профессиональную осмысленность, профессиональный эгоизм, профессиональную уязвимость, профессиональный вектор, профессиональную позитивность, профессиональную самооценку.

Феноменологический компонент профессиональной самореализации, описанный Е. А. Гавриловой, отражает восприятие личностью своей профессиональной реальности. Возрастные характеристики, приведенные в данном диссертационном исследовании, отражают изменение восприятия психологами различной специализации своей профессиональной реальности через такие факторы, как профессиональный диссонанс, профессиональный баланс, профессиональное благополучие, профессиональная самоуверенность, профессиональная самореализация.

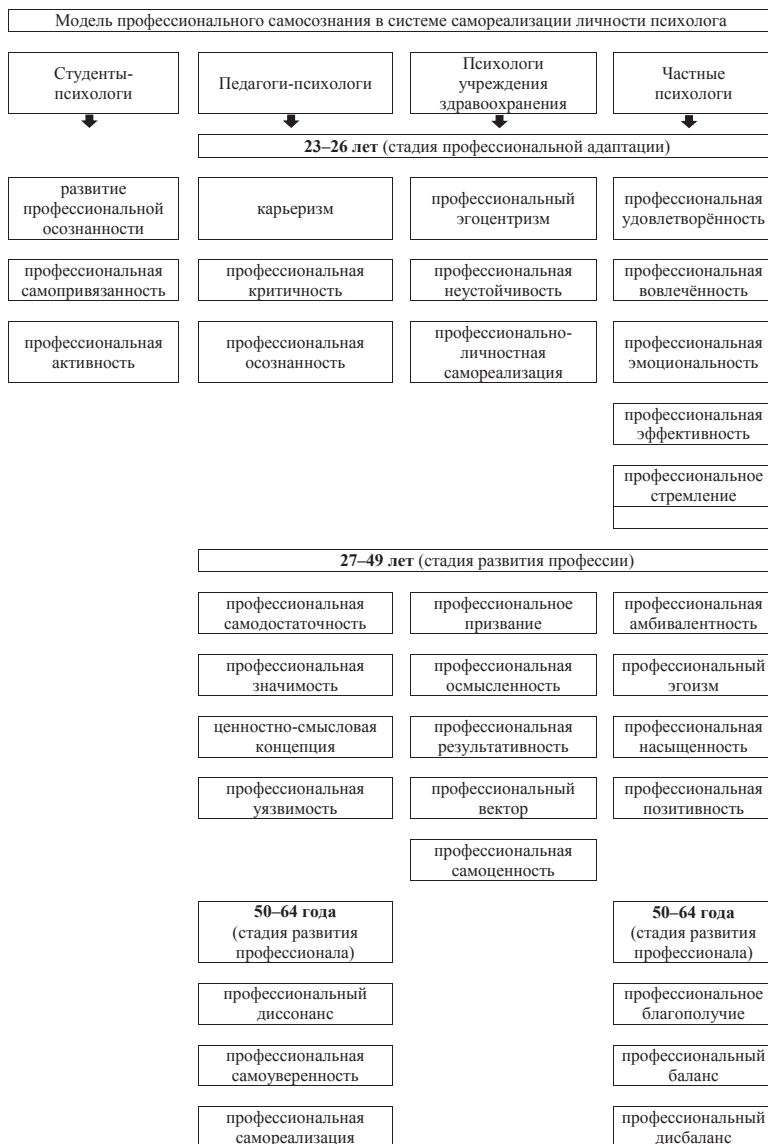


Рис. 1. Типологическая модель профессионального самосознания в системе самореализации личности психолога

Таким образом, на первом этапе профессиональной самореализации психологи проявляют карьеризм и профессиональную критичность, что соответствует целевому компоненту модели, на втором этапе развивают профессиональную самодостаточность и ценностно-смысловую концепцию, что соответствует ресурсному компоненту профессиональной самореализации. На третьем этапе возникает риск профессионального диссонанса, который может быть интерпретирован как проявление феноменологического компонента модели, возрастание актуальности ценностно-смысловых характеристик личности [5, с. 20].

В ходе второго этапа исследования, направленного на выявление типологической модели профессиональной деформации, ключевых индикаторов и основных детерминант, была разработана концептуальная психологическая модель профессиональной деформации личности.

Результаты анализа и интерпретации данных выявили наиболее распространенные признаки и факторы профессиональной деформации. Социальные (семейное положение, поведение в конфликтной ситуации), психофизиологические (нервно-психическая устойчивость, профессиональное выгорание), индивидуально-психологические (возраст, пол, эмоциональные барьеры в межличностных отношениях, формирование специфического типа личности) и профессионально-деятельностные (содержание и условия профессиональной деятельности, стаж работы) факторы были выделены как основные.

Построенная концептуальная психологическая модель включает три уровня выражения профессиональной деформации: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. В модель также внесены элементы, охватывающие социальные отношения в организации, устойчивость к стрессу, переживания в профессиональной деятельности и психологическую культуру личности.

Разработанная психологическая модель профессиональной деформации представлена на рисунке 2.

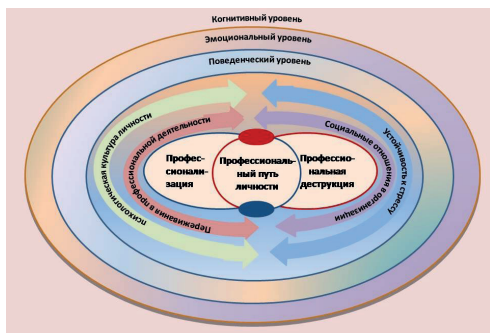


Рис. 2. Психологическая модель профессиональной деформации личности

Функциональные аспекты модели:

- расширение представлений о внутренней структуре профессиональной деформации индивида, придание более детализированного описания внутреннему устройству данного процесса;

- проведение анализа структуры и содержания профессиональной деформации, уделяя внимание степени согласованности, выраженности и устойчивости выявленных компонентов, что позволяет получить более глубокое понимание ее природы;

- операционализация авторского определения понятия «профессиональная деформация», трансформация формулировок в конкретные операциональные показатели, что способствует более точному измерению данного феномена;

- диагностика особенностей профессиональной деформации личности, обеспечивая возможность выявления и анализа характеристик, специфичных для данного психологического процесса.

Таким образом, профессиональная деформация представляет собой многогранный процесс, включающий в себя комплекс взаимосвязанных компонентов. Каждый из этих компонентов, обладая собственной логикой развития, тесно переплетается с остальными [1, с. 38].

Существует множество методов и технологий, которые помогают развивать профессиональное самосознание специалистов помогающих профессий.

1. Рефлексия позволяет анализировать свои мысли, чувства и действия, а также принимать осознанные решения в своей профессиональной деятельности. Рефлексия может проводиться как индивидуально, так и в группе.

2. Супервизия является одним из ключевых методов развития профессионального самосознания психологов. Он представляет собой систематическую и структурированную форму обучения и развития.

3. Тренинги и семинары могут помочь психологу расширить свой кругозор и получить новые знания и навыки в своей профессиональной области.

4. Психотерапия может помочь психологу лучше понимать свои эмоции, мотивации и поведенческие паттерны, которые могут влиять на его профессиональную деятельность.

5. Интервизия – совместное обучение и развитие профессиональных навыков с помощью опыта и знаний коллег.

6. Дневниковая терапия, предложенная К. Адамсом, представляет собой форму письменной терапии, сфокусированной на внутренних переживаниях, мыслях и чувствах индивида [4, с. 219].

7. Балинтовские группы. Эти группы, базируясь на принципах аналитической психологии и нарративного подхода, предоставляют специалистам возможность осознать сложности профессиональных отношений в помогающих профессиях.

Роль профессионального становления и развития личности специалиста помогающих профессий заключается в том, что в процессе профессионализации профессиональное самосознание расширяется, меняются сами критерии оценивания своих профессиональных возможностей, что происходит

за счет включения новых признаков осваиваемой профессии, и заставляет личность предъявлять новые требования к себе как к профессионалу. Данный тезис позволяет рассматривать феномены профессионального самосознания и профессиональной деформации как ресурсы становления профессионала, что является перспективным направлением для продолжения исследований с целью расширения научного знания о данном явлении.

Таким образом, одной из главных задач психологического сопровождения профессионального становления является не только оказывать своевременную помощь и поддержку личности, но и научить ее самостоятельно преодолевать трудности этого процесса.

Список использованных источников

1. Дробышевская, Е. В. Психологическая модель профессиональной деформации личности работника экстремального профиля деятельности / Е. В. Дробышевская // Научно-методический журнал «ВЕСТНИК МГИРО». – 2023. – № 2 (54). – С. 37–40.
2. Дробышевская, Е. В. Операционализация понятия «профессиональная деформация» работников экстремального профиля деятельности / Е. В. Дробышевская // Вестник Брестского университета. – 2023. – № 3. – С. 84–87.
3. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития: учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2023. – 234 с.
4. Ковалец, В. И. Синдром профессионального выгорания и его профилактика: пособие / И. В. Ковалец, В. К. Милькаманович. – Минск: Народная Асвета, 2022. – 239 с.
5. Смык, А. А. Типологическая модель профессионального самосознания в системе самореализации личности психолога / А. А. Смык // Адукацыя і выхаванне / рэдкал.: А. І. Жук (гал. рэд.) [і інш.]. – Мінск: РУП «Адукацыя і выхаванне», 2023. – С.19–25.
6. Смык, А. А. Профессиональное самосознание: подходы к сущности понятия / А. А. Смык // Зборнік навуковых прац акадэміі паслядыпломнай адукацыі. Вып. 19 / рэдкал.: А. П. Манастырны (гал. рэд.) [і інш.]. – Мінск: АПА, 2021. – С. 471–485.

(Дата подачи: 05.06.2024 г.)