

Смысл профессиональной деятельности

- **Смысл** - разумная связь между ценностью и средством (путем движения к ней). «Какой смысл?» - это вопрос «Для чего? Во имя чего? Для какой ценности?»
 - Если что-то чему-то служит, является средством - это осмысленно, в этом смысл есть. Если нечто средством для достижения ценностей и целей не является - это бессмысленно, в этом смысла нет.
- **Личностный смысл.** Смысл всегда субъективен в том смысле, что он не существует вне восприятия или отношения субъекта. При этом смысл ножа может быть общепонятный и общепринятый (в отдельной группе людей на определенный момент времени) (ножик как средство разрезания), так и сугубо индивидуальный, личностный (воспоминание о поездке, где тебе его подарили).
- **Смысл профессиональной деятельности** - это основания для оценки человеком значимости профессиональной деятельности лично для себя, то есть пристрастное лично опосредованное индивидуальным опытом отношение человека к труду.
- Зрелой личности свойственно постоянно искать все новые, более глубокие или более индивидуальные смыслы труда.

Ценностные ориентации в профессиональной деятельности

- **Ценность** - социально одобряемое и разделяемое большинством людей представление о том, что является идеалом и эталоном должного.
- **Ценностные ориентации** - ориентация человека на определенные ценности возникает в результате их предварительной положительной оценки. Однако об ориентации на ту или иную ценность можно говорить только тогда, когда субъект запроектировал в своем сознании (или подсознании) овладение ею. А это человек делает, учитывая не только свои потребности, но и свои возможности. Для отдельных индивидов путь формирования ценностных ориентации может быть не от потребности к ценностям, а прямо противоположный: перенимая от окружающих людей взгляд на нечто как на ценность, достойную того, чтобы на нее ориентироваться в своем поведении и деятельности, человек может тем самым закладывать в себе основы новой потребности, которой раньше у него не было.
- **Ценностные ориентации в профессиональной деятельности** - Выработанные и принятые обществом основания для оценки назначения труда, его сторон, системы духовных ценностей, профессиональных менталитетов, правил профессиональной этики.

Типология модусов человеческого бытия

(по А.Р. Фонареву)

А. Р. Фонарев, основываясь, на выделенных С. Л. Рубинштейном способах жизненного пути, предложил три модуса человеческого бытия. Подход, развиваемый А. Р. Фонаревым, объясняет, каким образом используются индивидуальные ресурсы человека в его жизни и профессиональной деятельности, ведет ли их актуализация к прогрессивному развитию, стагнации или регрессу.

А. Р. Фонарев дал следующее обозначение разновидностей этих модусов (от лат. *modus* – способ, образ, вид) человеческого существования:

- 1) модус обладание;
- 2) модус социальных достижений;
- 3) модус служения.

Фонарев Александр Ратмирович кандидат психологических наук.



Модус обладания

- При модусе обладания, «другой человек является только объектом, средством для достижения собственных целей, нравственные преграды отсутствуют вовсе, что делает истинный профессионализм невозможным».
- Модус обладания рассматривается автором как «адаптация к условиям деятельности».

Модус социальных достижений

- При жизненном модусе социальных достижений основным отношением человека к жизни является соперничество, противопоставление себя другим, что, «обуславливает повышенную тревожность, неуверенность в себе и является зачастую препятствием успешному становлению личности профессионала».
- А. Р. Фонарев рассматривает этот модус как промежуточный этап личностного становления профессионала, на котором, вследствие сильной устремленности к достижению поставленных целей, «появляется психологическая неустойчивость личности, что препятствует целостному взгляду на свою профессиональную деятельность».



Модус служения

- Возможность выхода на более высокий уровень профессионализма он связывает с обретением человеком жизненного смысла, который «определяет условия возможности преобразования труда профессионала».
- А для этого, по мысли А. Р. Фонарева, необходимо возвыситься до модуса служения, который и обеспечивает «актуализацию и перестройку всей системы смыслов, а значит, и постоянное развитие личности».

Категория «долга» в работе психолога

- Каждой определенной профессиональной группе присущ свой смысл деятельности, своя система ценностей, определяемые, прежде всего, направленностью деятельности на ее объект.
- В этой связи большой интерес представляют профессиональные группы, чья деятельность как форма самореализации личности обусловлена морально-этическими принципами по отношению к своему объекту, т. е. профессии имеющие деонтологический статус.
- Классическим примером такого вида профессий является практическая деятельность психолога, которая специфична, прежде всего, кругом своих задач, обусловленных взаимодействием специалиста с широчайшим спектром явлений окружающей социальной действительности (от политических, экономических, культурных преобразований в обществе и техногенных катастроф до конкретных жизненных трудностей отдельного человека).
- В процессе своей деятельности психологу приходится сталкиваться с различными возрастными, социальными, культурными категориями людей, однако объектом его деятельности всегда остается индивидуальность человека, обратившегося за помощью к специалисту как к компетентному в его жизненных трудностях и проблемах лицу, при этом следует учитывать, что в ходе такого взаимодействия сам психолог становится элементом близкого окружения этого человека. Все это требует от психолога особых индивидуальных качеств, мировоззрения, системы ценностей и, прежде всего, осмысленного, интернализованного отношения к себе как к субъекту профессиональной деятельности.
- **Деонтология** (от греч. δέον — должное) — учение о проблемах морали и нравственности, раздел этики. Термин введен Бентамом для обозначения теории нравственности как науки о морали. Впоследствии наука сузилась до характеристики проблем человеческого долга, рассматривая долг как внутреннее переживание принуждения, задающегося этическими ценностями. В ещё более узком смысле деонтология была обозначена, как наука, изучающая конкретно медицинскую этику, правила и нормы взаимодействия врача с коллегами и пациентом.

Понятие «психологическая помощь»

Понятие «психологическая помощь» отражает некоторую реальность, некую психосоциальную практику, полем деятельности которой является совокупность вопросов, затруднений и проблем, относящихся к психической жизни человека.

Уже такое, предварительное, хотя и очевидное, допущение требует, в свою очередь, уточнения границ понятий «психика», «психическое». И здесь, думается, небезосновательным критерием может послужить широко распространенное в последние десятилетия как в отечественной, так и в зарубежной психологии представление о человеке как о трехуровневом единстве: физическом (body), психоэмоциональном (mind) и духовном (spirit).

Даже такое схематическое членение понимания человека довольно явно указывает на сферу приложения усилий, отражаемое словосочетанием «психологическая помощь».

Очевидно, что областью деятельности соответствующего специалиста является широкий круг проблем, относящихся именно к срединному звену указанного трехчлена: проблемы, в которых отражаются особенности психической жизни человека как социального существа, равно как и особенности сообщества, в которых отражается психологическая специфика его функционирования.

Психологическая помощь есть область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении разнообразных проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Ясно поэтому, что понимание проблематики психологической помощи связано с пониманием психики как такого пространства (уровня, способа) человеческого бытия, многообразие и многогранность которого и определяет совокупность проблем в деятельности соответствующего специалиста: межличностные отношения, эмоциональные внутриличностные (как глубинные, так и ситуативные) конфликты и переживания; проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи, разные формы общественных отправления), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные), т.е. весь спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа, наделенного психикой.

Содержание психологической помощи

- Что же является определяющим в содержании психологической помощи? Уже в первом приближении к характеристике объема и содержания данного понятия, в отвлечении от разнообразных позиций, исследований и воззрений в отношении проблемы нетрудно представить главное: содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в трудных ситуациях, возникающих в ходе их личностного или социального бытия.
- Легко заметить, что в глубинной основе психологической помощи обнаруживается свойственная различным уровням движения (существования) материи способность к самоорганизации, структурированию. Тот же инстинкт помощи существует и у животных. В человеческом же обществе феномен помощи существовал всегда, хотя в качестве социального института возник и оформился только к середине XX века, вызвав к жизни появление целого ряда новых профессионалов: социальный работник, психолог-консультант, психолог-психотерапевт. И это — помимо уже традиционных фигур священника, психиатра и психоаналитика. Более подробное разграничение сфер деятельности внутри указанного круга специалистов и вне его требует углубления в историю становления и оформления психологической помощи как особого социального института.

Традиции вспомоществования среди людей

- Традиции вспомоществования среди людей уходят корнями вглубь тысячелетий. Уже в текстах Священного Писания, начиная со Второзакония, кодекса гражданских и религиозных узаконений, по преданию принадлежащих библейскому пророку Моисею, сказано: «Если же будет у тебя кто-либо нищий из братьев твоих, в одном из жилищ твоих, на земле твоей, которую Господь Бог твой дает тебе, то не ожесточи сердца своего и не сожми руки твоей перед нищим братом твоим, но открой ему руку свою, и дай ему займы смотря по его нужде, в чем он нуждается» (Втор., 15: 7). И далее: «Дай ему, (и займы дай ему, сколько он просит, и сколько ему нужно), и когда будешь давать, не должно скорбеть сердце твое; ибо за то благословит тебя Господь Бог твой во всех делах твоих, и во всем, что будет делаться руками твоими» (Втор., 15: 10).
- Тексты всех книг Нового Завета пронизаны великой идеей милосердия, изгоняющей «нечистый дух» болезней, пороков и заблуждений, несущей животворный свет веры, надежды и любви, просвещающей силу духа истины, Святого Духа человеческой жизни. Недаром К. Юнг писал, что «религии суть системы исцеления психического нездоровья» (Jung C., p. 278), а П. Флоренский употребил понятие «духовная ортопедия», когда в своем капитальном произведении «Столп и утверждение истины» писал о необходимости и предназначении духовной и душевной поддержки.

В появлении профессий, непосредственно относящихся именно к психологической помощи можно выделить шесть основных предпосылок и источников:

1. Развитие экспериментальной психологии, начавшееся с создания в 1879 г. первой психологической лаборатории В. Вундта в Лейпциге.
 2. Формирование нового, гуманного и научного подхода к людям, страдающим психическими заболеваниями (от Ф. Пинеля, в 1793 г. снявшего цепи с пациентов психиатрической лечебницы, до Ж. Шарко и П. Жане, описавших такое психическое расстройство, как «истерия», с обоснованием в последующем катарсически-гипнотического метода его излечения Дж. Брейером и З. Фрейдом и — параллельно с открытием в 1905 г. бледной спирохеты, непосредственно доказавшим материальную обусловленность поражения психических функций, — до возникновения психоанализа как предтечи всей современной научной психотерапии).
 3. Развитие психологического тестирования и движения за умственную гигиену (это направление связано с деятельностью Ф. Гальтона и Ф. Бине, создавшего первые тесты IQ, Л. Термена, Э. Торндайка и К. Бирса, организовавшего в начале столетия в США Общество умственной гигиены).
 4. Возникновение в Бостоне в первом десятилетии XX века (благодаря Ф. Парсону) консультирования, связанного с выбором профессии и предназначавшегося для помощи человеку в выборе подходящей работы во имя «полезной и счастливой жизни» (Belkin G., p. 17).
 5. Возникновение и утверждение в 1940-х годах в США «недирективной психотерапии» К. Роджерса, который ввел в психотерапию философию экзистенциализма, отказался от термина «пациент» в пользу термина «клиент» и, по существу, закрепил в общественном сознании представление о психологической помощи, каковым оно и является в настоящее время, вобрав в себя как собственно консультирование, так и психотерапию.
 6. Наконец, восходящий к американским традициям протестантизма, возникший в годы, предшествовавшие Второй мировой войне, институт религиозного попечительства (counselors) и социальных работников. Являясь выпускниками совмещенных факультетов философии и теологии, а также факультетов социологии, эти специалисты были призваны оказывать непосредственно наставническую и практическую помощь лицам, попавшим в трудную эмоциональную или житейскую ситуацию.
- Таким образом, к 50-м годам XX века многообразные течения в психологической, психиатрической, психотерапевтической, социальной и религиозной практике привели к оформлению специфической области человеческой деятельности, получившей название «counseling» (консультирование, наставничество, психологическое вспомоществование).

Влияние социально-экономического контекста эпохи на появление психологической помощи

- Очевидным является также определенный социально-экономический контекст эпохи, на протяжении которой возникли основные источники, составившие в своей совокупности новую общественную практику и новый социальный институт.
- Начиная с конца XIX столетия и вплоть до 20-х годов XX века почти все из указанных выше течений возникли в результате промышленной революции: индустриализации, появления новых транспортных средств и новых профессий, повышения уровня напряженности в социальных отношениях и массовой безработицы, связанной с переселением больших масс людей в города.
- Кроме этого, огромную роль сыграли и такие обстоятельства, как завершение эпохи классической рациональности в научном познании, возникновение на руинах европейского нигилизма экзистенциализма как постхристианского мировоззрения, связанного с осмыслением глобальной по своим последствиям идеи исчезновения Бога (слова Ницше: «Бог умер»). Это привело к осознанию необходимости существования в мире на основе нового принципа — личной ответственности и личного выбора.
- Наконец, своеобразная реакция на последнее обстоятельство в американском протестантизме в виде секуляризации религиозного попечительства и превращения его фактически в психологическое вспомоществование, хотя и на основании христианской этики, в сочетании с конкретной практикой социальной помощи. Все это составило тот фундамент, ту социально-культурную матрицу, в рамках которой психологическая помощь личности и сообществу получила развитие как особый социальный и профессиональный институт.

Параллель между развитием социума и развитием соответствующих духовно-практических способов деятельности

- Так, эллинистический период античности (эпоха войн, переворотов, бедствий — одновременно и эпоха высочайшего взлета человеческой мысли) привел к возникновению целого ряда направлений в философии, выполняющих психотерапевтическую миссию, обучающих людей искусству жизни: эпикурейство, стоицизм, скептицизм, софизм (см.: Ярошевский М. Г., с. 83).
- Эпоха крушения Римской империи породила христианство, психотерапевтическая направленность ранних форм и текстов которого совершенно очевидна.
- Распад империй в XX веке, освобождение человеческого «Я» от любых форм закрепощения, признание человека свободным и обладающим неотъемлемыми правами от рождения («Декларация прав человека», принятая ООН в 1949 г.) создала, в конечном итоге, новые общественные средства и способы личностного самопостижения, открыла целый спектр дисциплин, объединенных термином «психологическая помощь».

Основные виды специалистов оказывавших психологическую помощь в XX веке

- В послевоенные годы, прежде всего в США, в университетах и других учебных заведениях (семинариях, колледжах) появились специальные факультеты: семейной психотерапии, философии и теологии, психологии и социологии (с отделениями психологического консультирования и социальной работы), выпускники которых получали диплом и соответствующее право на оказание психологической и практической помощи человеку — как в общине, так и в различных культурных и образовательных центрах. Их деятельность была связана именно с социально-психологическими и личностными проблемами граждан как членов общества и с превентивными мерами, направленными на предотвращение социальных отклонений.
- Наряду с указанными специалистами, к 60-м годам XX века стандартизировались и основные разновидности профессионалов, работающих в области медицинской психотерапии.
- Это, во-первых, традиционная фигура психиатра. Во-вторых — психоаналитик, который, как правило, должен быть психиатром с ученой степенью доктора медицины (M. D.) и человеком, умеющим к тому же получить дополнительное образование в области психоанализа. В-третьих — клинический (медицинский) психолог с ученой степенью доктора философии (Ph. D.) или психологии (Psy. D.). В четвертых — социальный работник (с ученой степенью магистра), отвечающий за амбулаторное и непосредственно по месту жительства курирование пациентов (Hilgard E. et. al., p. 497).
- Таким образом, становится понятным, что институционализация психологической помощи вызвала к жизни, наряду с параллельным развитием традиционного медицинского и религиозного (церковного) вспомоществования, два принципиально новых вида услуг и профессий (социальная помощь-содействие и психологическая помощь-консультирование) и трансформировала традиционное пасторское попечительство в новую форму религиозного наставничества — духовное вспомоществование на основе Нового Завета, но вне Церкви.
- Общей тенденцией в развитии данного института является, как явственно видно, его прямая нацеленность на социально-психологические и личностные формы проживания жизни индивида в социуме. Методы же и формы работы соответствующих специалистов были позаимствованы из смежных областей: социологии (массовые опросы, глубинное интервью), психиатрии (практически весь, в том числе и с элементами гипноза, богатейший арсенал психотерапевтических техник) и религии (пасторское наставление).

Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире

Анализ многочисленной, практически необозримой литературы по проблематике «counseling» показывает, что нет буквально ни одной области человеческой (личной и общественной) жизни, в которой человек оставался бы без психологической помощи.

Самый общий контент-анализ источников, позволяют выделить следующие главные области применения науки и искусства психологической помощи:

1. Психическое (и духовное) развитие ребенка.
2. Экзистенциальные и личностные проблемы подростка
3. Брак и семья.
4. Проблематика психического и личностного здоровья.
5. Проблемы пожилого возраста.
6. Психологическая помощь и поддержка в кризисных ситуациях.
7. Школьное консультирование.
8. Профессиональное консультирование.
9. Психологическая помощь, относящаяся к кросскультурной проблематике.
10. Управленческое консультирование.

Психическое (и духовное) развитие ребенка.

Специальными проблемами здесь становятся:

- психологическая помощь ребенку в преодолении эдипова комплекса;
- удовлетворение эмоциональных запросов в обретении личностной идентичности в процессах культурного, этнического и этического самоопределения;
- психологическая помощь в избегании эмоциональных травм при осознании неизбежности смерти либо в случае действительной потери родителей и близких родственников;
- содействие в выработке устойчивых ценностных и моральных норм, особенно в критический период развития,
- и другое.

Экзистенциальные и личностные проблемы подростка

- Главное направление работы в данной области — помощь в преодолении кризиса психологического отделения от родителей и идентификация подростка с другими значимыми лицами.
- По существу, психолог-консультант и психотерапевт сталкиваются здесь со всем возможным спектром проблем подросткового возраста — чувством неполноценности, осознанием ограниченных возможностей родителей, сексуальными проблемами, борьбой за личный и социальный статус, процессами трансформации инфантильного религиозного сознания и т.п.



Брак и семья

- Институт супружества остается одной из наиболее насыщенных сфер деятельности психологов-консультантов и семейных психотерапевтов.
- Супружеские и родительские конфликты, семейные кризисы, отношения в семье — привычные проблемы в этой области.
- Уже ставшие привычными 50% разводов с небольшими вариациями в первых браках в дополнение к традиционным проблемам добрачного консультирования, обычной семейной и супружеской психотерапии в последние десятилетия выдвигают на одно из важных мест проблематику психологической помощи разведенным, незамужним и неженатым, равно как и консультирование и психологическую поддержку при заключении повторных браков.
- Причем в США, например, к этому прибавляются проблемы при заключении брака между лицами разных конфессий.

Проблематика психического и личностного здоровья

- Традиционная превентивная и текущая помощь при психических и соматических заболеваниях, при душевных и духовных страданиях, связанных с расстройствами настроения, алкоголизмом, наркоманией, житейскими стрессами, конфликтами, пограничными состояниями и т. п.
- Отдельной и глубоко разработанной областью психологического вспомоществования является такая важная и почти совершенно отсутствующая у нас сфера деятельности, как психологическая помощь умирающему и психотерапия горя.
- В американской психотерапии только последних лет можно насчитать более 700 работ, освещающих эту, одну из сложнейших, проблем психологической помощи.

Проблемы пожилого возраста

- Выработка адекватного ему мирозерцания,
- удовлетворение эмоциональных запросов пожилых людей,
- отклик на возникающие религиозные проблемы,
- регулярный патронаж и помощь в организации соответствующего стиля и способа жизни.

Психологическая помощь, относящаяся к кросскультурной проблематике

- Барьеры в адаптации, преодоление этнических предрассудков и стереотипов у эмигрантов, наконец, самостоятельная проблема подготовки консультантов для работы с этническими меньшинствами, исключая опасность отношения профессионала к клиенту не как к личности, а как к представителю этноса или расы.

Профессиональная компетентность

- **Компетен́ция** (от лат. *competere* — соответствовать, подходить) — способность применять знания, умения, успешно действовать на основе практического опыта при решении задач общего рода, также, в определенной широкой области.
- Профессиональная компетенция — способность успешно действовать на основе практического опыта, умения и знаний при решении профессиональных задач.
- При определении компетентности внимание уделяется трем аспектам. Первый относится к степени овладения нужными умениями и навыками; второй — к юридическому соответствию; третий — к вопросу, достаточно ли опытным является тот или иной специалист, чтобы заниматься профессиональной деятельностью.
- **Профессиональная компетентность психолога** характеризуется сформированностью единого комплекса знаний, умений, навыков, психологических позиций.

Профессиональная компетентность психолога по В.Н. Карандашеву

По мнению В.Н.Карандашева, профессиональная компетентность психолога включает в себя:

- профессиональные знания,
- профессиональные умения,
- профессиональные навыки,
- способности.

Модель специалиста по А.К. Марковой

Модель специалиста – это отражение:

- объема и структуры профессиональных и социально-психологических качеств;
- знаний, умений, в совокупности представляющих его обобщенную характеристику как члена общества.

Различают:

1. **модель специалиста** (работающего, функционирующего);
2. **модель подготовки специалиста.**

Варианты построения модели специалиста

1. Модель деятельности специалиста, может включать в себя:

- описание видов профессиональной деятельности;
- сферы и структуры профессиональной деятельности;
- ситуаций профессиональной деятельности и способов их решения, в том числе типовые, профессиональные задачи и функции;
- профессиональные затруднения;
- типичные учреждения и рабочие места.

2. Модель личности специалиста, это описание совокупности его качеств, обеспечивающих успешное выполнение задач, возникающих в производственной сфере, а также самообучение и саморазвитие работника.

Отмечается ряд пожеланий к модели специалиста и к модели подготовки специалиста:

- модель специалиста может быть различной для молодого, начинающего специалиста и опытного, успешного специалиста, ибо по мере профессионализации и на разных ее стадиях для специалиста будет характерно разное соотношение качеств. Одни авторы считают, что лучше строить модель деятельности и личности уже сложившегося специалиста, другие отмечают, что ошибочно, например, в профессиограмме завышать требования и рассчитывать только на идеального, а не на среднего работника;
- модель специалиста должна включать компоненты, определенно влияющие на эффективность деятельности и обеспечивающие контроль за ней, легко диагностируемые, создающие возможность вмешательства и коррекции;
- модель специалистов, имеющих одну и ту же специальность, но получивших разные специализации, могут очень отличаться;
- модель подготовки специалиста исходит из модели специалиста и включает виды учебной и познавательной деятельности по овладению профессиональной деятельностью, учебные планы и программы, воспитательные меры, формы связи с производством, квалификационные характеристики специалистов. Надо уметь построить модель специалиста и переводить ее в модели подготовки специалиста.

Профессионально-квалификационная модель

Вариантом модели специалиста является профессионально-квалификационная модель, где отражены:

- виды профессиональной деятельности на разных должностях и различных рабочих местах,
- обязанности и функции,
- качества,
- знания и навыки.

Такие модели необходимы для подбора и расстановки кадров, для аттестации, для составления программы подготовки и переподготовки специалистов.

Основные составляющие модели специалиста (по А.К. Марковой)

Маркова Аэлита Капитоновна — доктор психологических наук, профессор, специалист в области психологии профессионализма, психологии учителя, мотивации учебной деятельности.

Известный психолог А. К. Маркова выделяет следующие основные составляющие модели специалиста:

- 1) профессиограмму, то есть описание самой деятельности психолога;
- 2) профессионально-должностные требования (минимально необходимые знания и умения при выполнении определенных профессиональных задач);
- 3) квалификационный профиль (знания и умения работника в соответствии с тарифными разрядами оплаты труда).

Особенно важно для психологического понимания основных требований к психологу описание самой деятельности психолога, а также — описание деятельности по разным психологическим специальностям

Профессиограмма специалиста

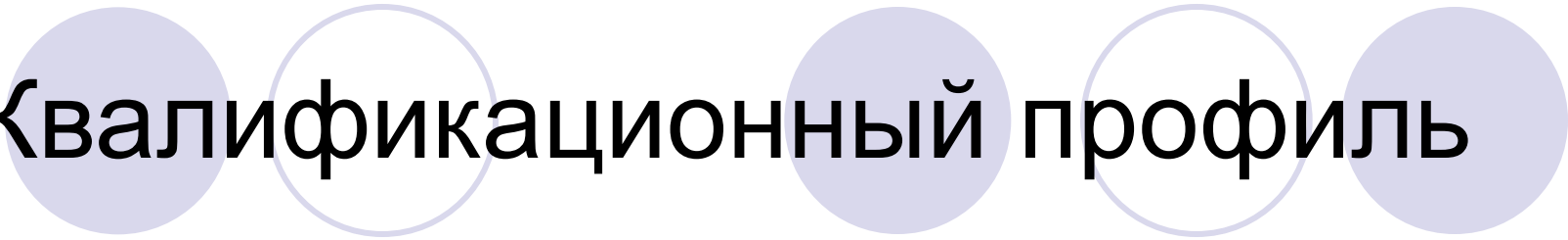
Профессиограмма (от лат. Professio — специальность, Gramma — запись) - это система признаков, описывающих профессию, включающая в себя перечень норм и требований, предъявляемых к этой профессии.

Назначение и функции профессиограммы

- Профессиограмма - это научно обоснованные нормы и требования профессии к видам профессиональной деятельности и качествам личности специалиста, которые позволяют ему эффективно выполнять требования профессии, получать необходимый для общества продукт и вместе с тем создают условия для развития личности самого работника.
- Профессиограмма - это обобщенная эталонная модель успешного специалиста в данной области, хотя иногда отмечается, что в профессиограмме надо учитывать и варианты выполнения профессиональной деятельности на "среднем" уровне.
- Из профессиограммы человек получает сведения об объективном содержании труда, о психологических качествах, требуемых от человека.
- Профессиограмма - это не жесткая стандартная схема, а гибкая ориентировочная основа развития специалиста.
- Профессиограмма должна не сковывать индивидуальное творческое развитие специалиста, а лишь давать ориентиры объективных требований профессии к человеку.
- Профессиограмма может меняться по мере изменения профессии, поэтому обращаться к профессиограмме необходимо так или иначе в течение всей профессиональной жизни как специалисту психологу, так и каждому работающему человеку для того, чтобы осуществлять коррекцию психологических качеств с учетом современных требований профессии.

Профессионально–должностные требования

**Профессионально – должностные
требования** – это минимально необходимые
знания и умения для выполнения
определённых профессиональных задач.



Квалификационный профиль

Квалификационный профиль – это знания и умения работника в соответствии с тарифными разрядами оплаты труда.

Модель деятельности практического психолога по Аллену — Абрамовой 1

| Основные качества психолога | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Квалифицированного | Неквалифицированного |
| <i>1. Цели психологической помощи</i> | |
| Ориентирует клиента в его целях, предлагая ему максимально возможное число вариантов поведения; свою задачу видит в расширении возможностей клиента. | Преследует свои цели, использует клиента для реализации собственных склонностей, демонстрации своей исключительности или решения собственных проблем. |
| <i>2. Отклики и реакции в ситуации профессиональной деятельности</i> | |
| Дает разнообразные вербальные и невербальные отклики; избегая оценочных суждений, дает конструктивную обратную связь. | Демонстрирует типичный, шаблонный стиль общения, дает стереотипные оценки. |
| <i>3. Мировоззрение (концепция) практического психолога</i> | |
| Понимает сложность исследования человеческой индивидуальности и воздействия на нее, осознает невозможность многомерного ее описания в рамках одной концепции и поэтому стремится использовать в работе множество концепций. | Не имеет ясной концепции или имеет одну, содержание и происхождение которой не рефлексивирует и ясно не осознает. |

Модель деятельности практического психолога по Аллену — Абрамовой -2

| Основные качества психолога | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Квалифицированного | Неквалифицированного |
| <i>4. Культурная продуктивность практического психолога</i> | |
| Способен к выработке множества идей и моделей поведения как в своей культуре, так и в рамках других культур, что позволяет ему присоединиться к миру клиента, обрести понимание жизненного пути, отличного от собственного. | Действует только в рамках собственной культуры, которую он понимает лишь через содержание своей Я-концепции (часто неадекватной). |
| <i>5. Конфиденциальность</i> | |
| Четко рефлексировать содержание получаемой психологической информации, умеет хранить профессиональные тайны. | Нарушает правила конфиденциальности, склонен к распространению конфиденциальной информации. |

Модель деятельности практического психолога по Аллену — Абрамовой - 3

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>6. Ограничения в деятельности практического психолога</i> | |
| Реально оценивает свои возможности и границы компетентности, готов к сотрудничеству с представителями смежных профессий и коллегами. | Работает без ограничений, берется за любую проблему, не желает работать с другими профессионалами, считает все свои действия правильными. |
| <i>7. Межличностное влияние в работе практического психолога</i> | |
| Осознает и фиксирует взаимовлияние его и клиента, постоянно рефлексировать свои чувства, мысли, желания; учитывает результаты межличностного влияния. | Не понимает, не принимает и не учитывает межличностного влияния во взаимодействии с клиентом. |

Модель деятельности практического психолога по Аллену — Абрамовой - 4

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>8. Человеческое достоинство</i> | |
| Уважение достоинства клиента – это аксиома. В частности, обеспечивает адекватность для клиента используемого психологического словаря. | Может демонстрировать неуважительное или даже оскорбительное отношение к клиенту, придает сверхзначимость своей профессии, занимает позицию «сверху», использует псевдонаучный жаргон, перегружая речь специальной терминологией. |
| <i>9. Обобщенная теория</i> | |
| Активно рефлексивует содержание обобщенной теории, постоянно осваивает новые теории и подходы; иногда способен к выработке собственной концепции психологической помощи, открыт для восприятия альтернативных точек зрения. | Привязан к одному подходу, критично оценивает другие возможные точки зрения, принимает известный ему подход за единственно верный; не усваивает обобщенную теорию как личный способ мышления. |

Модель деятельности практического психолога по Аллену — Абрамовой - 5

| Основные качества психолога | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Квалифицированного | Неквалифицированного |
| <i>10. Отношение к обобщенной теории</i> | |
| Видит в теории отражение реальности, которое может меняться в зависимости от изменения психологической реальности клиентов, осознает факт существования в любой теории предмета и разных способов его описания. | Игнорирует способы мышления авторов разных теорий, не выделяет предмета теории и способов его описания, не соотносит свою теорию с другими. |

Профессиональное выгорание

- В последние годы все чаще говорят не только о профессиональном стрессе, но и о синдроме профессионального сгорания или выгорания работников (далее будет применяться термин «профессиональное выгорание» как наиболее адекватный).
- **Профессиональное выгорание** — это синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению эмоционально-энергических и личностных ресурсов работающего человека. Профессиональное выгорание возникает в результате внутреннего накапливания отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки» или «освобождения» от них. По существу, профессиональное выгорание — это дистресс или третья стадия общего адаптационного синдрома — стадия истощения (по Г. Селье).
- В 1981 г. Э. Морроу (*A. Morrow*) предложил яркий эмоциональный образ, отражающий, по его мнению, внутреннее состояние работника, испытывающего дистресс профессионального выгорания: «Запах горячей психологической проводки».

Признаки профессионального выгорания

Большинство исследователей, изучающих эту проблему, считают признаками профессионального выгорания:

- ощущение равнодушия, эмоционального истощения. При этом снижается острота переживаний относительно тех событий, которые раньше воспринимались приятно, радостно. Это касается не только переживаний, связанных с профессиональной деятельностью, но и с отдыхом, хобби, общением с близкими. Даже пища, которая нравилась раньше, воспринимается как грубая, невкусная;
- деперсонализация (в некоторых источниках — дегуманизация). Под этим понимается в определенной мере циничное отношение к коллегам, лицам, с которыми приходится работать и общаться, к своей профессиональной деятельности в целом, что приводит к конфликтам с коллегами и окружением. Деперсонализация, как правило, развивается ступенчато. Сначала личность начинает ощущать отрицательные эмоции к указанным лицам, потом озлобленность, которая может приводить к аффективным взрывам. У работников это может проявляться в увеличении количества конфликтов в коллективе, с руководителями, игнорировании деловых партнеров, покупателей, клиентов. Формируется отношение к ним не как к личностям, с которыми делается общее важное дело, а как к средству достижения конкретной цели любыми способами;
- ощущение собственной некомпетентности, недостаточного профессионального мастерства, неуверенность в положительных результатах профессиональной деятельности. Происходит редукция профессиональных достижений.
- При наличии всех этих признаков возникает состояние, которое известный современный русский психолог Леонид Китаев-Смык оценивает как связанное с потерей ценностей жизни, равнодушием, а потому наиболее социально и экономически опасное для общества. Личность внешне может сохранять апломб и респектабельность, но быть с «пустым» взглядом и отсутствием интереса к окружающему миру.

Кто же наиболее предрасположен к эмоциональному выгоранию?

- Существует много факторов, влияющих на эмоциональное состояние работника и приводящих к его эмоциональному выгоранию.
- **Во-первых**, от эмоционального выгорания наиболее страдают представители тех профессий, которые по виду деятельности вынуждены много и интенсивно общаться с разными людьми. В первую очередь — это медицинские и социальные работники, консультанты, педагоги, сотрудники правоохранительных органов, психологи, менеджеры по персоналу.
- **Во-вторых**, в «группу риска» входят лица, переживающие постоянный внутриличностный конфликт: имеют низкую заработную плату, плохие условия труда, не обеспечены жильем и т. п. Кроме того, формальность системы отчетности и оценки результатов работы, несоответствие профессиональных качеств и индивидуально-психологических особенностей руководителей своим должностям, которые приводят к принятию ошибочных управленческих решений, становятся серьезными причинами вхождения работника в «группу риска».
- **В-третьих**, эмоциональному выгоранию больше подвергаются работники, профессиональная деятельность которых осуществляется в условиях постоянной нестабильности и боязни потерять рабочее место.
- **В-четвертых**, на фоне постоянного стресса признаки эмоционального выгорания проявляются в случаях, когда человек находится в новой, непривычной обстановке, в которой необходимо быстро и эффективно действовать. Нередко в таких ситуациях новый сотрудник остро ощущает свою некомпетентность. В этом случае признаки профессионального выгорания могут проявиться уже после шести месяцев работы.
- **В-пятых**, синдрому выгорания больше подвергаются жители мегаполисов, живущие в условиях навязанного общения и взаимодействия со значительным количеством незнакомых людей

К психофизическим симптомам профессионального выгорания относятся такие, как:

- чувство постоянной, непроходящей усталости не только по вечерам, но и по утрам, сразу после сна (симптом хронической усталости);
- ощущение эмоционального и физического истощения;
- снижение восприимчивости и реактивности на изменения внешней среды (отсутствие реакции любопытства на фактор новизны или реакции страха на опасную ситуацию);
- общая астенизация (слабость, снижение активности и энергии, ухудшение биохимии крови и гормональных показателей);
- частые беспричинные головные боли;
- постоянные расстройства желудочно-кишечного тракта;
- резкая потеря или резкое увеличение веса;
- полная или частичная бессонница (быстрое засыпание и отсутствие сна ранним утром, начиная с 4 час. утра или, наоборот, неспособность заснуть вечером до 2-3 час. ночи и «тяжелое» пробуждение утром, когда нужно вставать на работу);
- постоянное заторможенное, сонливое состояние и желание спать в течение всего дня;
- одышка или нарушения дыхания при физической или эмоциональной нагрузке;
- заметное снижение внешней и внутренней сенсорной чувствительности: ухудшение зрения, слуха, обоняния и осязания, потеря внутренних, телесных ощущений;
- возможно, профессиональное выгорание является одной из причин снижения продолжительности жизни в России, особенно у мужчин.

К социально-психологическим симптомам профессионального выгорания относятся такие неприятные ощущения и реакции, как:

- безразличие, скука, пассивность и депрессия (пониженный эмоциональный тонус, чувство подавленности);
- повышенная раздражительность на незначительные, мелкие события;
- частые нервные «срывы» (вспышки немотивированного гнева или отказы от общения, «уход в себя»);
- постоянное переживание негативных эмоций, для которых во внешней ситуации причин нет (чувство вины, обиды, подозрительности, стыда, скованности);
- чувство неосознанного беспокойства и повышенной тревожности (ощущение, что «что-то не так, как надо»);
- чувство гиперответственности и постоянное чувство страха, что «не получится» или человек «не справится»;
- общая негативная установка на жизненные и профессиональные перспективы (по типу «Как ни старайся, все равно ничего не получится»).

К поведенческим симптомам профессионального выгорания относятся следующие поступки и формы поведения работника:

- ощущение, что работа становится все тяжелее и тяжелее, а выполнять ее — все труднее и труднее;
- сотрудник заметно меняет свой рабочий режим дня (рано приходит на работу и поздно уходит либо, наоборот, поздно приходит на работу и рано уходит);
- вне зависимости от объективной необходимости работник постоянно берет работу домой, но дома ее не делает;
- руководитель отказывается от принятия решений, формулируя различные причины для объяснений себе и другим;
- чувство бесполезности, неверие в улучшения, снижение энтузиазма по отношению к работе, безразличие к результатам;
- невыполнение важных, приоритетных задач и «застревание» на мелких деталях, не соответствующая служебным требованиям трата большей части рабочего времени на мало осознаваемое или не осознаваемое выполнение автоматических и элементарных действий;
- дистанцированность от сотрудников и клиентов, повышение неадекватной критичности;
- злоупотребление алкоголем, резкое возрастание выкуренных за день сигарет, применение наркотических средств.