Психологічне здоров'я особи і суспільства

УДК 159

ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГА В КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ ТА МОЛОДІ

Галина Католик

Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. П. Дорошенка, 41, м. Львів, 79000, Україна,
e-mail: katolyk@hotmail.com

Проаналізовано критерії формування Я-концепції психолога-практика та запропоновано авторську структурну інтегративну тривимірну модель післядипломної професійної підготовки за напрямом "Дитяча та юнацька психотерапія", в контексті якої відбувається формування Я-концепції психолога-практика.
Ключові слова: Я-концепція, гармонізація Я-концепції, професійне становлення психолога-практика, авторська структурна інтегративна тривимірна модель післядипломної професійної підготовки.

У час радикальних суспільних змін найвразливішою категорією є діти, які через свій стан віддзеркалюють тенденції колективного несвідомого. Для них не існує "короткострокових" наслідків. Збільшується кількість функціонально неспроможних сімей, оскільки зміни у структурі сім'ї, функціях батьків, тенденціях шлюбу та фертильності стали важливим фактором реагування дітей на основні умови життя. Такі процеси відбуваються на фоні змін у соціальних цінностях та способі життя, що сприяє виникненню нових уявлень про сім'ю. Підвищується рівень сімейних дисфункцій, внаслідок чого збільшується чисельність фрустрованих дітей, які різним способом компенсують або демонструють ці фрустрації.

Мета статті – проаналізувати теоретичні основи Я-концепції практичного психолога та створити модель післядипломної професійної освіти за напрямом "Дитяча та юнацька психотерапія" у контексті формування професійної Я-концепції фахівців із дитячо-юнацької психотерапії.

Психокорекція в широкому значенні – це психологічний вплив на психіку, а через психіку на організм у цілому. Стосовно дитячо-юнацької категорії – це ті методи корекційних психологічних впливів, які адекватні психічному розвитку дитини, використовують мову дитини та орієнтовані на надання додаткового ресурсу та актуалізацію власних життєвих ресурсів дитини та оточення. Власне, створення умов навчання для практичних психологів та надання у процесі

навчання новітніх методів корекційного впливу на психіку дитини та оточення, а також формування адекватного образу професії практичного психолога в галузі дитячо-юнацьких психокорекцій визначило дослідження, яке ми пропонуємо.

Методологічною основою дослідження є теоретичні засади, що випливають із таких досліджень: психології особистості як активного суб'єкта складення форм діяльності та відношення до світу (М. Варбан, М. Гінзбург, Т. Кудрявцева, І. Максименко С. Семенов, С. Степанов, О. Фільц, О. Фрішеншлягер, А. Пріц, В. Шегурова, О. Фонарьов, Н. Шевченко).

Проблема професійного становлення психолога-практика останнім часом стає щоразу актуальнішою. Система освіти потребує результативного та досвідченого психолога, який здатний впоратись із поставленими перед ним професійними завданнями, який знає специфіку психокорекційної та психотерапевтичної роботи у всіх сферах життєдіяльності. Однією з головних причин незадоволення професійною діяльністю спеціалістів називають дефіцит специфічних знань та навиків, а також особистісного тривалого психотерапевтичного досвіду практикуючих психологів, що, своєю чергою, значно впливає на оптимальний вибір професійної позиції та відповідно на якість пропонованих ними психологічних послуг населенню.

Отже, дуже важливо створити необхідні умови для формування та гармонізації Я-концепції особистості, а відтак життєвої та професійної позиції психолога-практика. Зазначимо, що гармонія (грецьке harmonia – зв'язок, стрункість, співмірність) – це співмірність частин, злиття різних компонентів об'єкта в єдине органічне ціле. У давньогрецькій філософії – це організованість космосу, на противагу хаосу. Так, гармонізація особистості психолога-практика – це передусім процес саморозвитку, орієнтир на досягнення більшої психологічної гармонії, що, своєю чергою, є великим ресурсом для успішної професійної діяльності. У щоденному житті, враховуючи суспільні тенденції, що розхитують базові особистісні потреби (А. Маслоу), в більшості людей виявляється недостатній рівень гармонійності особистості, а відтак – життєдіяльності. Це також пояснюють ще й цілою низкою інших причин, а саме: генетичними факторами, диспропорціями розвитку (мозаїчний розвиток), наявністю виражених акцентуацій характеру або ж психопатій, неадекватним стилем виховання і стилем спілкування з оточуючими, дисгармонійними особистісними установками і стилем життя, дефіцитарністю у розвитку загальної та психологічної культури особистості, шкідливими умовами середовища, наявним укладом життя в соціумі тощо [13].

Назагал формування Я-концепції особистості практичного психолога виражається в оптимізації стану компонентів базової особистості, змісту духовно-особистісних світоглядних установок, ставленні до себе і до навколишнього світу, в поліпшенні психічних і фізичних станів, в оздоровленні способу життя, у покращенні відносин із людьми. Такий процес у цілому призводить до підвищення у людини почуття внутрішньої цілісності та єдності з усім світом, почуття міри у всіх своїх проявах, загальної конструктивності особистості, загальної та психологічної культури, до переважно позитивного або нейтрального емоційного фону. Водночас це потребує щоденних власних зусиль і практики у вигляді постановки та здійснення спеціальних завдань, цілей, різних форм самонавіяння

та гармонізації особистісних установок. Практичному психологу та, проектуючи його професійну діяльність, дитині, підлітку, дорослій людині (з якими буде проводитись психокорекційна та психотерапевтична робота) можливо в процесі професійного спілкування та навчання транслювати корисні життєві установки та стилі поведінки. Тому реальне формування Я-концепції особистості психолога-практика відбувається лише в результаті власного пошуку та при задіяні професійних психокорекційних та психотерапевтичних навчальних програм, скерованих на активізацію власних зусиль, пошук ресурсів та опрацювання власних дефіцитів.

Нинішній стан системи фахової підготовки психологів характеризується наявністю протиріч, головними з яких є такі:

- між абстрактним характером предмета навчальної діяльності та реальним предметом майбутньої професійної діяльності;
- між виконавчою, репродуктивно-пасивною позицією студента у навчанні (активність у відповідь на управлінський вплив викладачів) та ініціативною позицією фахівця у трудовій діяльності;
- між опертям у традиційному навчанні на процеси сприймання, уваги, пам'яті та вимогами соціальної практики до особистості фахівця, передусім до його професійної свідомості;
- між відсутністю навчальних дисциплін, що спрямовані на розвиток професійного мовлення майбутніх психологів, і необхідністю володіння ними як основним засобом психологічного впливу у професійній діяльності;
- між диференціацією викладання всіх навчальних дисциплін у вищому навчальному закладі й необхідністю їхньої інтеграції відносно кінцевої мети навчання.

Формування Я-концепції практичного психолога повинно визначатися потенційно професійною особистістю як реально досяжний стан у найближчий період життя. Це спочатку вдалий досвід оптимальної життєдіяльності, який потрібно поступово перетворювати в довгостроковий, стійкий стиль життя. Критерії Я-концепції особистості завжди будуть тільки відносними критеріями. Вони можуть змінюватися відповідно до накопичення експериментальних даних.

"Якісна" Я-концепція особистості психолога-практика – це завжди не абсолютна, а лише відносна досконаліть, оптимальна пропорція для цього типу її різних прагнень і якостей у конкретній життєвій ситуації з певними внутрішніми і зовнішніми характеристиками її життя, істотними для цього періоду. Тобто це динамічна характеристика особистості. Гармонійна Я-концепція для своєї підтримки від особистості потребує помірних, але щоденних зусиль.

Гармонійна Я-концепція психолога-практика – це комплексна характеристика людини, що виявляється і в особистості (мотивації та емоційній сфері), і в психічних процесах, і в поведінці. Вона містить чотири групи ознак:

- узгодженість зі собою (конгруентність) – оптимальну збалансованість різних мотивацій із психічними та фізичними можливостями, бажаннями і поведінкою (внутрішня гармонія);
- злагоду з людьми, з живою та неживою природою – оптимальні, переважно позитивні відносини з ними;

– наявність здоров'я – психічного, особистісного, духовно-особистісного, соціального, фізичного;
– оптимальну збалансованість особистості з навколишнім середовищем – різноспрямованих і полярних мотивацій, позитивних і негативних емоцій та станів, бажаної і реально поєднаної одна з одною і з психічними та фізичними можливостями побудови поведінки;

Власне, психологічна гармонія Я-концепції пов'язана з психічним, особистісним і духовно-особистісним аспектами життя людини, що насамперед необхідна практичному психологові.

Критеріями гармонійності стану, спрямованості особистості психолога-практика та його життєдіяльності є:

– наявність переважно позитивного, помірного емоційного стану;
– наявність і підтримка фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я;
– наявність оптимально спрямованого та організуючого процесу життєдіяльності (переважання внутрішнього локусу контролю над зовнішнім, достатнього усвідомлення життєвих процесів, гнучкості й широти життєвих орієнтацій, дієвості життєвих цілей тощо);
– наявність стійкого продуктивного розвитку (залучення себе в нові види діяльності, в нове коло людей, у нові творчі теми і завдання тощо);
– задоволеність процесом свого життя в цілому;
– помірність прагнень, а також переважання позитивних прагнень над негативними;
– здоровий спосіб життя, що виражається в наявності оптимальної кількості регулярно здійснюваних, адаптивно необхідних видів діяльності;
– позитивний, оптимальний, усвідомлюваний і як процес, і як результат рівень самореалізації;
– в більшості ситуацій узгодженість зі самим собою (оптимально позитивна Я-концепція та оптимальна збалансованість бажань, поведінки і різних внутрішніх мотивацій), конструктивність інтерактивної взаємодії (оптимально позитивна Я-Ти-Ви-Ми-концепція), взаєморозуміння з живою і неживою природою (хороша адаптація в різних природних середовищах, конструктивне ставлення до природи).

Так, гармонійна Я-концепція – це характеристика особистості, що визначається ступенем оптимальності співвідношення сили різноспрямованих і полярних мотивацій одна з одною, з психологічними виконавчими можливостями і з поведінковими проявами та конгруентністю, рівнем конструктивності відносин із людьми і з навколишньою природою, характером переважаючого емоційного стану та ін. Тобто загалом гармонійна Я-концепція – це оптимально збалансована в більшості найважливіших своїх характеристик особистість.

Отже, формування та гармонізація Я-концепції практичного психолога – це самоврядний стан і самоврядний процес, які різняться за проблемністю та принциповою незавершеністю.

Під формуванням Я-концепції практичного психолога в контексті досліджень, які ми пропонуємо, розуміємо усвідомлено вдосконалювану самою людиною

та спільно з навчаючим терапевтом систему адаптивно необхідних здорових інтересів та видів діяльності, які дають змогу їй підтримувати і розвивати фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я та успішніше реалізовувати власні життєві завдання. Це оптимально організований самою людиною процес життєдіяльності, що сприяє збереженню здоров'я, особистісному росту і творчому функціонуванню. Я-концепція – це динамічний стан особистості. Формування Я-концепції потребує від практичного психолога щоденних зусиль для власних досягнень та ефективної підтримки з боку професійних навчаючих терапевтів у процесі здобуття професійної освіти (у цьому випадку в напрямку дитячої та юнацької психокорекції).

У центрі уваги дослідників є професійно важливі якості психолога (О. Бондаренко, М. Молоканов, В. Панок, Н. Пов'якель, О. Романова, Н. Пророк, Н. Чепелева, О. Швачко), особливості процесу професіоналізації психологів (Ж. Вірна, С. Максименко, О. Родіна, П. Прудков, Є. Чорний, Ґ. Еґен, Р. Екштайн, С. Роберт) професійне становлення особистості та професійне самовизначення, яке є одним з аспектів становлення професійної свідомості (М. Варбан, М. Гінзбург, Т. Кудрявцева, І. Семенов, С. Степанов, В. Шегурова, О. Фонарьов) [14].

Значний внесок у розробку проблеми підготовки практичних психологів роблять конкретні дослідження з особливостей психологічної роботи із соматичними хворими. Великий досвід роботи психологів в українських та закордонних клініках, а також ефективні результати психологічної допомоги психосоматичним (Г. Аммон, Р. Голдмен, П. Голдмен, К. Кьоніг, Б. Лбюбан-Плоцца, А. Менегетті, М. Валінт, Дж. Пен) та соматичним хворим (Дж. Банкрофт, Я. Гоулер, Г. Зінькович, В. Зінькович, В. Герасименко, А. Гнєзділов, С. Карпіловська, В. Ніколаєва, Н. Пезешкіан, А. Шутценбергер, І. Ялом, С. Лешан, С Ґрір, Д. Шпігель, Дж. Блум, Г. Крамер, К.& С. Сімонтон) свідчать не тільки про важливість та необхідність підготовки психологів, які спеціалізуються як медичні, але й своєрідність та специфіку цієї підготовки, яка визначається типом психологічного знання, що зумовлює систему освітньої підготовки [14].

Останніми роками спостерігаємо зміщення дослідницького інтересу від розробки та описання нормативних моделей особистості та діяльності фахівця до вивчення професійної свідомості та самосвідомості суб'єкта діяльності (О. Артем'єва, М. Боришевський, Т. Буякус, М. Варбан, Н. Кучеровська, Д. Леонтьєв, Л. Мітіна, Н. Пов'якель, Д. Ронзін, О. Сапогова, Ю. Швалб, Н. Шевченко) [14].

У багатьох дослідженнях вивчали також професійну свідомість лікарів (В. Андронов), педагогів (Г. Акопов, Є. Ісаєв, С. Косарецький, В. Слободчиков, І. Лернер, Л. Римар, Д. Ронзін, О. Цокур), юристів (Н. Соколов). Професійна свідомість психолога досить рідко була самостійним предметом цілеспрямованого дослідження, хоча низка дослідників розглядала окремі аспекти проблеми (Т. Акопов, О. Артем'єва, І. Ханіна, А. Зелинечко, Г. Степанова, Н. Кучеровська) [14].

Аналіз української та зарубіжної літератури засвідчує, що проблема формування професійної свідомості практичних психологів у системі післядипломної безперервної освіти не розробляли, хоча саме вона є головним вузлом, де зосереджено розбіжності між практикою підготовки фахівця та його конкретною професійною діяльністю.

У контексті формування Я-концепції практикуючого психолога варто згадати і про психологічну культуру – характеристику особистості, що виявляється у високій якості самоорганізації та саморегуляції будь-якої життєдіяльності людини, різних видів її базових прагнень і тенденцій, відносин особистості (до себе, до близьких і далеких людей, до живої і неживої природи, світу в цілому). Це – оптимально організований процес життя. За допомогою розвиненої психологічної культури людина гармонійно враховує як внутрішні вимоги особистості, психіки, свого тіла, так і зовнішні вимоги соціальних і природних середовищ життя. Психологічна культура є важливим компонентом загальної гармонії особистості практичного психолога, такого її широкого аспекту, як загальна культура життєдіяльності та функціонування.

Психологічна культура в структурі Я-концепції особистості назагал містить у собі комплекс:

– розвинутих спеціальних архетипних прагнень, орієнтацій, що споконвічно притаманні людині у вигляді особливих мотиваційних тенденцій;
– природних здібностей, що забезпечують реалізацію культурно-психологічних прагнень;
– відповідних до цих прагнень і здібностей прижиттєво розвинених умінь, і стійких щоденних проявів поведінки.

До культурно-психологічних поведінкових проявів зараховують:

1) регулярно здійснюване самопізнання, самоаналіз своїх особистісних і поведінкових особливостей, внаслідок чого усвідомлюються свої життєві призначення, утворюється і підтримується конструктивне самовизначення, самооцінка, що реально допомагають жити, ставити здійсненні цілі та завдання, спрямовувати конкретні зусилля у відповідне своїм схильностям і перевагам русло, що допомагають бути самим собою;

2) конструктивне спілкування з людьми, що допомагає продуктивно вирішити особисті, ділові та громадські питання;

3) хорошу саморегуляцію власних емоцій, дій і думок – розвинуті прагнення та вміння підтримувати переважно позитивний емоційний стан, швидко повертатися в спокійний стан у стресових ситуаціях, створювати і підтримувати позитивні особистісні установки і відносини, зберігати "здоровий глузд" і мудрість у конфліктних ситуаціях, проявляти гнучкість мислення, вирішуючи складні завдання, підтримувати гармонійний, різноманітний і адаптивний спосіб життя тощо;

4) гармонійно організовану творчість – наявність своєї цікавої творчої справи, яку виконують найчастіше в ігровому і процесуальному стилі з помірною затратою зусиль і часу;

5) конструктивне керування своїми справами, для якого характерне реальне планування, зазвичай, доведення розпочатої справи до кінця, вміння відмовитися від нереальної мети та формулювання нової, більш здійсненної, вміння працювати досить систематично, а не імпульсивно, з відпочинком і переключенням на інші види діяльності тощо;

6) конструктивний саморозвиток – наявність цілей і діяльності по самовихованню особистісних установок і поведінки, що гармонізують бажання, емоції,

думки і уявлення про себе, людей, навколишній світ, ставлення до них, що в результаті поліпшує спосіб життя.

Психологічна культура практичного психолога в контексті Я-концепції проявляється і в розвиненому почутті відповідальності за оптимальний перебіг власного життя та життя клієнтів, особливо це стосується дитячо-юнацької категорії, що є найбільш вразливою до зовнішніх психологічних впливів. Рівень психологічної культури можна усвідомлено підвищувати за допомогою спеціально спрямованих процесів розвитку та саморозвитку. Вона потребує для свого підтримання та підвищення практично щодня помірних зусиль, розвитку позитивних, "саногенних" особистісних установок, "позитивного мислення" і поведінки, що формуються у процесі інтрапсихічної та інтерперсональної взаємодії в процесі фахової психотерапевтичної підготовки.

Особистісний аспект підготовки важливий для всіх спеціалістів, які працюють у сфері "людина-людина". Однак щодо практичних психологів у напрямку діяльності, дотичної до роботи з дітьми та юнацтвом, цей аспект набуває особливої ваги, оскільки значно мірою впливає на формування Я-концепції та гармонізацію особистості дітей, гуманізацію в цілому їхніх сімей, а також людей з оточення дитини, які звертаються по психологічну допомогу.

Однак незважаючи на те, що останніми роками в багатьох дослідженнях висловлюють думку про те, що головним компонентом підготовки фахівців є створення умов для розвитку та гармонізації особистості спеціаліста (І. Вачков, І. Дубровіна, М. Єгорова, Ф. Кабіров, О. Мальцева, Є. Рогов, С. Ромашина, Є. Сапігова, Є. Спиркінп, Є. Соколова, Є. Шарапановская та ін.), донині "акцентують на формуванні системи знань, умінь та навиків".

До цього часу залишається також відкритим питання про професійний відбір і підготовку майбутніх спеціалістів. К. Роджерс вважав, що ефективність програми підготовки залежить не тільки від побудови програми. Вона повинна містити такий компонент, як відповідну програму відбору кандидатів, яким цікава сфера людських взаємовідносин і яким притаманні такі особистісні характеристики, як:

- вміння тонко відчувати специфіку людських взаємовідносин;
- вміння правильно трактувати реакції інших, тобто мати соціальну сприйнятливість;
- об'єктивність;
- повага до індивіда,
- розуміння себе.

На основі проведеного аналізу наукових та практичних досліджень, а також ґрунтуючись на особистому професійному досвіді, ми створили тривимірну інтегративну модель навчального психотерапевтичного проекту, в контексті якого "випрацювалась" навчальна програма, за якою проходять професійне становлення фахівці в галузі дитячо-юнацької психотерапії. Навчальна післядипломна підготовка пройшла випробування часом. За її програмою працює чимало фахівців у всіх куточках України та за кордоном. Пропонуємо вам авторську модель цієї програми:

Структурна інтегративна тривимірна модель
післядипломної професійної підготовки
(за напрямом "Дитяча та юнацька психотерапія")

Власне зараз, набувши певного досвіду, ми не тільки усвідомлюємо, але й приймаємо позицію Р. Мея, який, посилаючись на З. Фройда, віддає перевагу не лише професійній освіті психотерапевта чи психолога-практика, але і його природній здатності проникати в душу людини – насамперед у підсвідомі рівні власної душі – та вчитись на практиці. Надзвичайно багато залежить від особистості, досвіду та здібностей того, хто вчиться, і того, хто вчить. Враховуючи все зазначене вище ми і підходили до формування системи післядипломної професійної освіти для навчання фахівців у галузі дитячо-юнацької психотерапії.

Література

1. *Варфоломеева О.* Професиональное становление психолога-психотерапевта. К.: ГП "Информационно-аналитическое агентство", 2008.
2. *Вірна Ж.* Мотиваційно-смислова регуляція у професіоналізації психолога. Луцьк: РВВ "Вежа" Волинський державний університет ім. Лесі Українки, 2003.
3. *Головська І.* Особливості самовизначення ефективного психолога-практика як суб'єкту психологічного спливу // Актуальні проблеми психологічної підготовки в системі вищої освіти. Одеса: Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. К. Ушинського, Ін-т психології. 2005. С. 125–137.
4. *Католик Г.* Теоретичні аспекти психології управління педагогічною діяльністю // Збірник тез доповідей 2-ї Міжнародної наук.-практ. конф., Львів, 2005. С. 17–21.
5. *Католик Г.* Психологія розвитку // Матеріали проекту "Літній ІГЛ" Львів, 2007. С. 27–47.
5. *Кондрашина О.* Предпосылки фасилитационных способностей практических психологов // Практична психологія та соціальна робота, 2002. №7. С. 14–23.
6. *Музиченко Л.* Самовизначення і професійне середовище // Соціальна психологія, 2003. №2. С.35-42
7. *Пророк Н.* Вплив професійного середовища на мотивацію практичних психологів // Актуальні проблеми психології.36.наук.праць Інституту психології ім. Г. Костюка АПН України. К., 2003. №3. С.354–360.
8. *Пилєва И.* Творчество как характеристика профессионализма // Прикладная психология, 1998. №2. С. 59–67.
9. *Пісоцький О.* Когнітивний стиль як чинник розвитку інтелектуального потенціалу майбутнього практичного психолога // Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. К., 2008.
10. *Романенко О.* Емпіричне дослідження соціальних уявлень про особистість і професійну діяльність психолога ОВС // Матеріали науково-практичної конференції "Актуальні проблеми сучасної науки в дослідженнях молодих вчених". Х.: ХНУВС, 2005. Вип.10. С. 167–170.
11. *Мей Р.* Искусство психологического консультирования. М.: Независимая фирма "Класс", 1994.
12. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. СПб.: Питер.1997.
13. *Шевченко Н.* Формування професійної свідомості практичних психологів у системі вищої освіти // Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. К., 2006.

A PROFESSIONAL BECOMING OF A PSYCHOLOGIST IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGICAL HELP TO CHILDREN AND YOUNG PEOPLE

Halyna Katolyk

Ivan Franko National University of Lviv,
P. Doroshenko Str., 41, Lviv, 79000, Ukraine,
e-mail: katolyk@hotmail.com

The criteria of forming of I-concepts of psychologist-practical worker are analysed and it is offered author structural integrative three-dimensional model of post-diploma professional preparation on the topic "Children and youth psychotherapy" in the context of which there is forming of I-concept of psychologist-practical worker.
Key words: I-concept, harmonization of I-concept, professional becoming of psychologist-practical worker, author structural integrative three-dimensional model of post-diploma professional preparation (training).

Стаття надійшла до редколегії 25.03.2011
Прийнята до друку 26.04.2011