

УДК 331.548

## ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У НАЧИНАЮЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПСИХОЛОГОВ

**Новикова Светлана Сергеевна**

к.п.н., доцент кафедры Общей психологии  
и социальных коммуникаций  
Сочинского Государственного Университета  
, г. Сочи, ул. Советская, 26 а

### **Аннотация.**

*В данной статье дана общая характеристика профессиональной деятельности педагога-психолога; проведен анализ содержания адаптации к деятельности начинающих специалистов психологов. Изучены личностные особенности, оказывающие влияние на адаптацию к профессиональной деятельности начинающих психологов.*

**Ключевые слова:** профессиональная деятельность; готовность; профессиональная деятельность; профессиональная задача; адаптация; личностные качества.

Изучение профессиональной ориентировки студентов-психологов в процессе обучения в вузе является ключевой проблемой на современном этапе эмпирических исследований, так как это способствует наиболее оптимальному протеканию процесса профессионализации в ходе обучения в вузе. Многие психолого – педагогические исследования последних лет, были посвящены различным проблемам успешности профессионального обучения студентов и практически не уделялось внимания изучению профессиональной ориентировки студентов-психологов в процессе обучения в вузе. В настоящее время процесс становления готовности к профессиональной ориентировке педагогов-психологов чаще всего проходит стихийно. Зная закономерности его прохождения можно оказывать в учебном процессе целенаправленную педагогическую и психологическую помощь становлению личности профессионала, создавать систему индивидуальной и групповой психопрофилактики профессиональных деформаций личности и эмоционального «выгорания» [1,2].

Проблема адаптации к профессиональной деятельности у начинающих специалистов

Профессиональная деятельность психолога заключается в осуществлении психологом сопровождения участников психологического воздействия (на разных этапах развития) на основе целей и приоритетных направлений, выявленных по запросу клиента или образовательного учреждения.

Особенность адаптации к профессии специфична тем, что она относится к профессиям, в которых происходит не посредственный контакт человека и человека. Психолог является субъектом помогающей деятельности (Кораблина Е.П., 2000), что предполагает активную личностную включенность в работу. Это накладывает отпечаток на процесс профессиональной адаптации, обуславливая наличие специфических факторов риска, которые могут затруднять конструктивную профессиональную деятельность.

Формирование профессионального самосознания у практического психолога происходит в процессе профессиональной самоидентификации. Профессиональная самоидентификация - это процесс самоотождествления с другими представителями профессиональной среды (реальной или идеальной) на основе устоявшихся эмоциональных связей, обеспечивающих стабилизацию профессиональной деятельности и профессионального развития. Она представляет собой механизм «врастания» в профессию,

результатом которого является формирование профессиональной идентичности - одной из составляющих Я-образа взрослого человека.

К настоящему моменту в исследованиях выявлены этапы становления профессиональной идентичности психолога:

На первом этапе происходит самоопределение в конкретной профессиональной ситуации. Психолог находит смысл в выполнении определенных профессиональных функций, и, освоив несколько методических приемов, предпочитает пользоваться только ими. Формула этого типа выглядит так: «Я умею работать со ШТУРОм» (или «Я умею подготовить ребенка к школе»).

Второй этап характеризуется самоопределением на конкретном профессиональном посту («Я психолог школы № 15»). Спектр профессиональных знаний, умений и навыков расширяется, однако возможность смены места работы оценивается человеком как крайне нежелательная.

В рамках третьего этапа психолог самоопределяется в специализации («Я специалист по психодиагностике»). Этот этап характеризуется гибкостью в выборе работы, активным использованием разнообразных профессиональных навыков.

И, наконец, четвертый этап позволяет психологу самоопределиваться в профессии («Я детский психолог»), ограничить проблемное поле своих профессиональных интересов, стать субъектом профессиональной психологической деятельности в полном смысле этого слова

В деятельности психолога профессиональные и личностные особенности тесно связаны гораздо чаще, чем в любой другой профессии. Практически не представляется возможным разделить человеческие качества и профессиональные, так как они в равной степени реализуются в профессии психолога. И в этом смысле психолог, как личность целостная является неким примером для других людей. Поэтому личностные особенности и качества составляют важный фундамент профессиональной успешности психолога. Психологов определяет некоторое слияние профессии и жизни, включенность внутренних переживаний и духовного поиска в контексте профессиональной деятельности и так же в обратном направлении профессиональная жизнь значительно включена в контекст, всей жизни психолога.

Существует ряд исследований, в которых рассматриваются сходство и различия личностных особенностей психологов-исследователей и практиков

Наше исследование, посвящено изучению личностных особенностей, оказывающих влияние на адаптацию к профессиональной деятельности начинающих психологов. Обоснование исследования:

1) Оценка уровня адаптированности личности обязательно должна производиться по двум критериям. Информацию об уровне адаптированности по внутреннему критерию в большинстве случаев получают от самой личности. Об адаптированности по внешнему критерию судят на основе так называемых «объективных оценок», полученных со стороны представителей «среды» или же на основе фактологических данных

2) Оценка адаптированности по внешнему критерию осуществляется по следующим параметрам: объективные показатели благополучия (условия жизни, статус, доход и т.д.); объективные показатели успешности деятельности (успеваемость, физическая подготовка, качество продукции и др.); общее отношение к индивиду со стороны представителей среды (партнёров).

Так как верификация и эмпирическое изучение объективных внешних критериев адаптации к профессии фактически крайне затруднительна из-за слишком большого и неоднородного массива данных, который потенциально мог бы быть получен в подобного рода исследовании при привлечении репрезентативной выборки, в своем исследовании мы остановимся на изучении субъективного отражения внешних критериев в ходе анализа фактологического материала событий жизни (Анкета «Социальное благополучие») и исследовании внутренних критериев профессиональной адаптированности начинающих психологов.

3) Параметрами диагностики адаптированности по внутреннему критерию могут быть: степень удовлетворённости личности взаимодействием со средой; общие показатели тревожности, фрустрированности; показатели субъективного отношения к среде; уровень принятия среды.

4) В качестве основного психологического критерия профессиональной адаптации большинство исследователей называют удовлетворенность выполняемой работой, субъективное ощущение благополучия и счастья.

5) По мнению Е.П.Ермолаевой, основным критерием преодоления кризиса профессионального становления и показателем успешной профессиональной адаптации молодого специалиста служит непротиворечивость его идентичности требованиям профессии, которая имеет две стороны: принятие личностью норм данного профессионального сообщества и принятие этим сообществом данного специалиста в качестве профессионала.

6) Существуют факторы, влияющие на успешность процесса адаптации к профессиональной деятельности, такие как: экономические, эргономические, социальные и т.д.

7) Личностные особенности по данным проведенного нами теоретического анализа могут быть рассмотрены в качестве фактора, оказывающего влияние на адаптацию к профессиональной деятельности в целом, и у начинающих психологов, в частности.

Тип адаптации личности к профессиональной деятельности, согласно модели А.А.Реана, определялся нами на основе соотношения показателей по внешнему и внутреннему критериям. В соответствии с основными положениями данной модели в нашей выборке испытуемых были выделены следующие группы: системно адаптированные испытуемые, лица, адаптированные по внешнему критерию, лица, адаптированные по внутреннему критерию, дезадаптированные испытуемые, лица с неопределённым типом адаптации, лица с промежуточным типом адаптации.

Подавляющее большинство начинающих психологов, участвующих в нашем исследовании, адаптированы по внутреннему критерию профессиональной деятельности – 41,5%. Им характерна невысокая социальная успешность, но на фоне положительной тональности индивидуального настроения, чувства удовлетворённости, комфорта, отсутствия напряжения и тревоги.

Системная адаптация, которая предполагает высокую успешность и при этом сопровождается субъективным чувством удовлетворённости характерна для 21,5% начинающих психологов.

Высокая успешность, сопровождаемая выраженной неудовлетворённостью и психоэмоциональным напряжением (адаптация по внешнему критерию) присуща 20% испытуемых.

Полностью дезадаптированы по отношению к профессиональной деятельности – 10,8% начинающих психологов из числа принявших участие в нашем исследовании.

Мы рассмотрели личностные особенности начинающих психологов, которые, по данным теоретического анализа, могут проявляться в профессиональной деятельности и значимо влиять на ее эффективность, такие, как: способности к самоорганизации деятельности, толерантность к неопределённости, самопринятие, стремление к личностному росту и так далее.

Таким образом, по данным статистического анализа, оказывают влияние на адаптацию к профессиональной деятельности начинающих психологов такие личностные особенности, как: «самопринятие» и «способность к установлению положительных отношений с другими» (при уровне значимости  $p=0,0001$ ) и «личностный рост» (при  $p=0,02$ ).

Таким образом, системная адаптированность к профессиональной деятельности психолога связана с такими личностными особенностями, как: способность к построению удовлетворительных, доверительных отношений с окружающими; забота о благополучии других; способность сопереживать, понимание, что человеческие отношения строятся на

взаимных уступках; открытость новому опыту, стремление к самореализации, чувство «непрерывающегося развития», чувство «реализации своего потенциала», стремление к изменениям в соответствии с собственными познаниями и достижениями; позитивное отношение к собственной личности, знание и способность принимать различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительная оценка собственного прошлого.

Все компоненты толерантности к неопределенности, кроме такого компонента как «отношение к сложным задачам», оказывают статистически значимое влияние на адаптацию начинающих психологов к профессиональной деятельности.

На основании полученных результатов мы можем утверждать, что системно адаптированные к профессиональной деятельности начинающие психологи обладают такими личностными особенностями, как: стремление к ситуациям, наиболее раскрывающим её потенциал, терпимость к новизне и неопределенным ситуациям.

Также оказывают влияние на адаптацию к профессиональной деятельности начинающих психологов такие личностные особенности, имеющие отношение к способностям к самоорганизации деятельности, как: «самоорганизация» (при  $p=0,05$ ) и «ориентация на настоящее» (при  $p=0,002$ ).

Таким образом, выдвинутая в исследовании гипотеза подтвердилась на достаточно высоком уровне значимости. Цель, поставленную в исследовании, мы считаем достигнутой, а задачи – реализованными

#### Литература:

1. См. подробнее: Кагося Ю.Ю., Новикова С.С. Формирование профессиональной идентичности начинающего психолога // Сборник материалов XV Всероссийской научно-практической конференции. Под редакцией И.Б. Шуванова, В.П. Шувановой, С.А. Барановой, Ю.Э. Макаревой, 2016, Издательство: Сочинский государственный университет (Сочи)
1. 2 Новикова С.С. Структурный компонент готовности к профессиональной ориентировке студентов педагогов психологов // European researcher, 2010. №2 p.217-229. Из-во: ИП Кочкешев
2. Новикова С.С. Психолого-педагогические аспекты формирования готовности к профессиональной ориентировке студентов-психологов // Теория и практика обеспечения качественного образовательного процесса в современных условиях: Материалы межрегион. науч.-практ. конф., г. Москва – г. Сочи, 23,29 октября 2010 / Под общ. ред. В.В. Крыловой. – Москва – Сочи: РИЦ СГУТиКД 2010/ - 204 с/ил/ табл. – Литература в конце ст. 51-54 Москва – Сочи: РИЦ СГУТиКД.
3. Новикова С.С. Формирование профессионального мышления студентов-психологов / Сборник материалов XIII Всероссийской научно-практической конференции. Под редакцией И.Б. Шуванова, С.В. Воронина, И.Г. Макаревой, Ю.Э. Макаревой, С.Н. Тесля, В.П. Шувановой. 2014 Издательство (Киров)
4. 5.Новикова С.С. The levels of formedness of future of pedagogues/ psychologists' preparedness for professional orientation/ European Journal of Contemporary Education , №2 (8), 2014, стр. 120-127
5. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – 2-е изд. дораб. / Р.В. Овчарова –М.: Просвещение, Учебная литература, 1996. – 352 с.
6. Тюников Ю.С. Политехнические основы подготовки рабочих широкого профиля: Метод. пособие. / Ю.С. Тюников – М.: Высш. шк., 1991. – 192 с.: ил. Тюников Ю.С. Базовые конструкты содержания профессионального образования: методологические вопросы // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. 2010 №2. с. 7-15