

Психологические науки

К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ БЕСПОМОЩНОСТИ ПСИХОЛОГА

Бозаджиев В.Л.

*Челябинский государственный
университет
Челябинск, Россия*

Подготовка высококвалифицированного, компетентного в своей области специалиста требует от вузовской науки разработок, имеющих значение в предупреждении, а при необходимости и преодолении профессиональных деструкций.

К профессиональным деструкциям психолога наряду с профессиональными деформациями личности и профессиональной некомпетентностью мы относим профессиональную беспомощность. В последние годы в зарубежной и отечественной психологии рассматриваются понятия выученной беспомощности, ситуативной и личностной. Проблема профессиональной беспомощности остаётся пока что вне поля зрения исследователей.

Под выученной беспомощностью понимается психологическое состояние, возникающее в результате такой ситуации, когда организм, находящийся под воздействием неприятных стимулов, не может их избежать и проявляющееся специфическими дефицитами — мотивационными, когнитивными и эмоциональными. Это замедляет научение или препятствует ему в тех ситуациях, где избавление или избегание в принципе невозможны [См. 3].

В основе ситуативной беспомощности лежит состояние, развивающееся в конкретной ситуации [См. 1]. Личностная беспомощность рамках субъектно-деятельностного подхода, представляет собой, по мнению Д.А. Циринг [4], системное качество субъекта, обусловленное симптомокомплексом определенных личностных особенностей, возникающих в результате взаимодействия внутренних условий с внешними, определяющее низкий уровень субъектности, то есть низкую способность человека преобразовывать действительность, управлять событиями собственной жизни, ставить и достигать целей, преодолевая различного рода трудности. Личностная беспомощность проявляется в деятельности, обуславливая снижение ее успешности. Структура личностной беспомощности включает в себя мотивационный,

эмоциональный, волевой и когнитивный компоненты, имеющие значимые взаимосвязи, отличающиеся на различных этапах онтогенеза. Исследования Д.А. Циринг показали, что испытуемые с личностной беспомощностью быстро сдаются в сложной ситуации, отказываются от решения задачи [4].

Противоположным качеством личностной беспомощности выступает такое образование как самостоятельность, характеризующееся выраженной волевой активностью, оптимистическим мировосприятием, эмоциональной уравновешенностью, интратенсивной мотивацией, креативностью. Нахождение человека на той или иной точке континуума «личностная беспомощность — самостоятельность» является индикатором его уровня субъектности, то есть его способности преобразовывать действительность, а также собственную жизнедеятельность, управлять своей деятельностью.

В полной мере это можно отнести и к профессиональной деятельности психолога. Проявляясь в деятельности, личностная беспомощность обуславливает снижение её успешности.

Для рассмотрения профессиональных деструкций понимание феномена выученной беспомощности, ситуативной и личностной важно, но недостаточно. Очевидно, имеет смысл обратиться и к категории профессиональной беспомощности.

Нередко первое ощущение, с которым сталкивается психолог, приступив к самостоятельной профессиональной деятельности — это беспомощность самостоятельно решить вдруг возникшую (или не вдруг, кем-то заданную) психологическую проблему. Психолог, оказывая помощь беспомощным, сам иногда оказывается таковым в силу неспособности решить какие-либо (или чьи-либо) психологические проблемы. Всё время повторяющиеся ситуации, в которых психолог каждый раз оказывается беспомощным, могут привести к отказу от дальнейшей профессиональной деятельности, к выводу о неправильно выбранной профессии, к поиску других путей самореализации. При этом психолог демонстрирует профессиональную некомпетентность и дезадаптивность к профессиональной деятельности.

Профессиональную беспомощность можно рассматривать, как обусловленное определёнными личностными особенностями и профессиональной некомпетентностью системное качество субъекта, возникающее в процессе профессиональной деятельности, препятствующее

щее достижению требуемого результата профессиональной деятельности (приводящее к нежелательным последствиям) и определяющее низкий уровень профессионализма субъекта деятельности.

Профессиональная беспомощность и профессиональная некомпетентность тесно взаимосвязаны и взаимообусловлены. Профессиональная беспомощность, будучи понятием более широким по отношению к профессиональной некомпетентности, может быть одновременно и предпосылкой некомпетентности, и её результатом.

Личностные особенности профессионально беспомощного специалиста характеризуются мотивационно-ценностным, волевым и когнитивным компонентами, имеющими значимые взаимосвязи и отличающимися на различных этапах профессионализации.

Мотивационно-ценностный компонент, очевидно, будет характеризоваться, во-первых, экстернальным локусом контроля, когда ответственность за результаты своей деятельности возлагается на факторы, не зависящие от личности — внешние обстоятельства, случайность, везение, влиятельные люди, мистический фактор судьбы и т.д. Вторая особенность — мотивация избегания неудач, характеризующаяся неверием в успех, сосредоточенностью на трудностях и возможной неудаче. Люди, которые боятся неудач, предпочитают малый или, наоборот, чрезмерно большой риск, где неудача не угрожает престижу. Третье — низкая самооценка и уровень притязаний специалиста. Низкий уровень притязаний проявляется в выборе слишком трудных или слишком лёгких целей, в повышенной тревожности, неуверенности в своих силах, тенденции избегать ситуации соревнования, не критичности в оценке достигнутого и т.п. В основе низкого уровня притязаний лежит низкая самооценка, отражающая неудовлетворённость собой, отсутствие или низкий уровень самоуважения. Четвёртое — страх отвержения. Люди с высоким страхом отвержения часто ощущают себя незаслуженно обиженными, одинокими, тревожны, чувствуют себя не очень уверенно и вызывают напряжённость у партнёров по общению, обычно негативно относятся к тем, кто выше их по положению. И, наконец, пятое — недостаточная сформированность ценностных ориентаций. В качестве критериев низкого уровня сформированности ценностных ориентаций выступают: когнитивный критерий, отражающий неполные, поверхностные знания об общечеловеческих ценностях; эмоциональный критерий, отражающий индифферентное или нейтральное отношение к общечеловеческим ценностям и поведенческий критерий,

отражающий недостаточный опыт ценностно-ориентированного поведения, низкую способность производить самооценку, самоконтроль с позиции общечеловеческих ценностей.

Волевой компонент профессиональной беспомощности характеризуется недостаточной волевой активностью, неспособностью человека к самодетерминации и саморегуляции, что делает его зависимым от внешних обстоятельств. Волевой компонент тесно связан с мотивационно-ценностным. Особенно отчётливо эта связь заметна, если рассматривать волю не на уровне действия (или волевого действия), а на уровне личности (или волевой личности). Например, Ф.Е. Василюк рассматривает волю как «орган» целостной личности человека. Функционирование данного органа служит не отдельной деятельности, а «строительству всей жизни человека, реализации жизненного замысла». При столкновении с реальной действительностью неизбежно возникает необходимость оценки и переоценки мотивов, их взвешивания и соподчинения, осознания и удержания собственных ценностей и смыслов. Эту работу и производит воля [См. 2].

Когнитивная составляющая включает пессимистический атрибутивный стиль, ригидность мышления, специфические особенности дивергентного мышления. Когнитивный компонент неразрывно связан с мотивационно-ценностным и волевым компонентами. Более низкая сформированность волевых качеств (целеустремлённости, решительности, энергичности и настойчивости, инициативности и самостоятельности и др.) при профессиональной беспомощности обусловлена тем, что когнитивные особенности затрудняют постановку целей профессиональной деятельности, поскольку учёт её последствий оказывается искажённым в связи с пессимистическим атрибутивным стилем, снижением креативности, ригидностью мышления.

Профессионально беспомощный человек пессимистически «предвидит» негативные последствия своих действий вследствие своей убежденности в том, что он не способен контролировать происходящие события, испытывает трудности при разработке альтернативных способов деятельности. Пессимистический прогноз разрушает смысл предпринимаемых действий, что ослабляет силу мотивов и затрудняет процесс принятия решений. Очевидно, что если человек имеет негативные когнитивные установки, пессимистический атрибутивный стиль и ожидание отсутствия контроля над происходящим, то мысленное проигрывание возможного действия будет связано с негативным прогнозом результата собственных действий и соответственно с отказом от намерения и исполнения действия [См. 3; 4].

Профессионально беспомощным становится субъект профессиональной деятельности, отличающийся не только своими личностными характеристиками (мотивационно-ценностными, волевыми, когнитивными), но и своей профессиональной некомпетентностью.

Детерминантами возникновения профессиональной некомпетентности являются: низкий исходный уровень профессиональной подготовленности специалиста; начало работы по специальности не сразу после окончания вуза, а спустя некоторое время; профессиональная стагнация; навязывание некомпетентности; консервация профессионального опыта.

Профессиональная беспомощность психолога проявляется: в неспособности и неготовности самостоятельно ставить цели и определять задачи решения психологических проблем; в растерянности в нестандартных ситуациях; стремлении убежать от такой ситуации; в боязни неадекватной оценки результатов своей работы клиентами, коллегами, начальством; в потере самоконтроля в профессиональной ситуации; в боязни брать на себя ответственность в применении тех или иных технологий профессиональной деятельности психолога; в страхе потерять клиентов; в неспособности довести начатое дело (например, консультирование конкретного клиента или группы клиентов) до конца; в переживании событий, которые привели к неудаче и одновременно неспособности их анализировать и делать нужные выводы; в неспособности адекватно оценить и регулировать своё эмоциональное состояние; в упрямстве в отстаивании избранных способов, методов решения психологической проблемы даже тогда, когда их неуместность очевидна; во внушаемости, податливости влиянию коллеги в решении какой-либо профессиональной ситуации даже тогда, когда это внушение приводит к негативным последствиям; в боязни психологически компетентного клиента; в некритической оценке результатов своего труда. Данный перечень может быть дополнен, основываясь на данных специальных экспериментальных исследований.

Профессиональная беспомощность начинает формироваться в студенческие годы. Беспомощный в отношении учёбы студент, как правило, становится беспомощным специалистом. Результаты исследования научно-исследовательской компетенции у студентов, завершающих обучение по специальности «Психология», показали, что выпускники ощущали

свою некомпетентность в вопросах владения информационными технологиями, психодиагностикой, низкую готовность к самостоятельной научно-исследовательской деятельности. Обнаружена также низкая готовность и способность самостоятельно осуществлять такие виды практической деятельности, как психологическое консультирование, психокоррекционная и тренинговая работа и т.п. Чаще всего это характерно для студентов с низким уровнем обучаемости, испытывавших трудности в усвоении теоретических знаний, приобретении умений и навыков, необходимых для профессионального психолога. Профессиональная беспомощность формируется и в случае, когда психолог совершает правильные и ошибочные профессиональные действия, не имея возможности определить, почему его усилия оказываются то эффективными, то напрасными. Причина беспомощности может состоять в том, что между действиями и их последствиями проходит так много времени, что человек не может связать реакции руководства с теми или иными собственными действиями.

Важную роль играет и то, что психологу далеко не всегда удаётся (у него далеко не всегда есть возможность) узнать о результатах своей работы с конкретным клиентом. С группой это более вероятно, если это был заказ и о результатах работы заказчик проинформировал психолога.

Профессиональные деструкции психолога, с одной стороны, характеризуются теми же качествами, которые свойственны представителям и других профессий, с другой, — отличаются некоторыми особенностями, вытекающими из специфики профессиональной деятельности психолога в различных областях общественной практики. Преодоление деструкций возможно, если они вовремя обнаружены, если специалист соответствующим образом мотивирован и прилагает к этому необходимые усилия.

Список литературы

1. Батулин Н.А. Психология успеха и неудачи. Челябинск, 1999.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. О природе человеческой воли // Психологический журнал. — 2005. — № 3.
3. Циринг Д.А. Психология выученной беспомощности. Челябинск, 2005.
4. Циринг Д.А. Психологическое содержание когнитивного компонента личностной беспомощности // Образование и общество. — 2010. — №1.