

# ПСИХОЛОГИЯ

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.9:37.015.3

Н.Л. ИВАНОВА

Государственный университет — Высшая школа экономики, г. Москва  
E-mail: nivanova@hse.ru

С.А. КОТОВА

Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург  
E-mail: fdo@herzen.spb.ru

### **Профессиональное самоопределение: проблема метода диагностики и консультирования**

Статья посвящена проблеме профессионального самоопределения, расширения диагностического и консультационного инструментария, содержит описание проективной методики генограммы, используемой в психологическом консультировании в целях развития профессиональной идентичности клиента. Показана возможность применения метода на начальных и более поздних этапах профессионализации.

**Ключевые слова:** психологическое самоопределение, генограмма, профессиональная идентичность, профессиональное консультирование.

N.L. IVANOVA, S.A. KOTOVA

### **Professional Self-Determination: a Problem of a Method of Diagnostics and Consultation**

The publication is devoted to a problem of professional self-determination, expansion of diagnostic and consulting toolkit, contains the description of a projective technique genogram, used in psychological consultation with a view of development of professional identity of the client. The opportunity of application of a method at initial and later stages professional is shown.

**Key words:** psychological self-determination, genogram, professional identity, professional consultation.

Социально-экономическое развитие общества сопровождается появлением новых требований к специалистам, которые стимулируют ученых и практиков к поиску оптимальных методов диагностики и развития качеств личности, способствующих эффективному процессу профессионального становления.

Профессиональная составляющая занимает большое место в картине мира современного человека, что связано с существующими

культурными канонами, сложившимся разделением труда, устоявшимися ценностями в цивилизованном обществе<sup>1</sup>. Проблема заключается в том, какое место занимает профессиональная картина Я в самосознании человека и как она соотносится с другими представлениями о себе.

В этом смысле актуальной областью современных исследований в психологии является профессиональная идентичность, интерес к исследованию которой постоян-

но растет. Профессиональное самоопределение, предполагающее осознанный выбор профессии и нахождение личностного смысла в выполняемой профессиональной деятельности, определяет не только вектор профессионального развития. Оно, по сути, оказывает влияние на биографию индивида, в самом широком смысле придает жизни общественный и личностный смысл, позволяет реализовать себя в социуме и состояться как субъект этого социума. От профессионального самоопределения напрямую зависит как эффективность и успешность жизни человека в будущем, так и появление риска утраты смысла жизни, разрушение внутренней картины мира, невротических срывов, появление более серьезных нарушений, связанных с распадом личностных структур.

Профессиональное самоопределение — это событие, в корне меняющее дальнейшее течение жизни. Оно существенно влияет не только на брачно-семейные перспективы и на материальное благосостояние, но и на психологическую гармонию, самооценку и взаимоотношения с самим собой, на местожителство, поездки и переезды и на многое другое. Особенно важен тот выбор, который был сделан после окончания школы<sup>2</sup>. Н.С. Пряжников рассматривает профессиональное самоопределение как самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности<sup>3</sup>.

Прослеживается и связь профессионального самоопределения и профессиональной идентичности. Так, Л.Б. Шнейдер оценивает профессиональное самоопределение как длительный процесс внутреннего, субъективного плана, поиск человеком «своей» профессии и «себя в профессии», определение для себя профессиональных позиций и перспектив, их достижение<sup>4</sup>. Профессиональное самоопределение есть такой этап социализации, внутри которого человек приобретает готовность к самостоятельной профессиональной деятельности, т.е. становится субъектом деятельности. Профидентичность является категорией профессионального самосознания, отражает единство профессионального менталитета и мастерства, порождается профессиональным опытом и профессиональным общением и выступает как самостоятельное и осознанное владение смыслами выполняемой работы. Если профессиональное самоопределение — это проектирование и строительство тру-

дового и, в целом, жизненного пути, то профидентичность — это освоение завершеного строительства. Если первое без второго бессмысленно, то второе без первого нереально. В данной концепции профессиональная идентичность рассматривается как результат процессов профессионального самоопределения, персонализации и самоорганизации, проявляющийся в осознании себя представителем определенной профессии и профессионального сообщества. Это также и определенная степень отождествления-дифференциации себя с делом и другими, которая проявляется в когнитивных, эмоциональных и поведенческих самоописаниях Я<sup>5</sup>.

Достаточно устоявшейся точкой зрения на профессиональную идентичность является рассмотрение этого явления как определенного качественно положительного результата профессионального самоопределения личности.

Профессиональная идентичность выделяется в современных исследованиях как важнейший критерий профессионального развития и ведущая характеристика субъекта труда<sup>6</sup>. Подобная точка зрения является развитием сложившейся в отечественной психологии труда логики осмысления критериев профессионального развития от эффективности деятельности исполнителя до характеристик профессионала. Профессионал как субъект труда в отличие от исполнителя сам ставит цели деятельности, определяет пути и средства их достижения, несет ответственность за последствия ее реализации. Он владеет деятельностью в целом, удерживает ее предметность в многообразных практических ситуациях, способен к построению деятельности, ее изменению и развитию<sup>7</sup>.

Профессиональное становление означает превращение индивида в профессионала. Этот процесс сопровождается изменением представлений человека о себе, своем месте в профессиональном и социальном мире, т.е. обретением профессиональной идентичности, в более широком смысле, профессиональным самоопределением личности.

Когда психологически формируется профессионал? С чем связано появление в различных профессиональных сферах людей, увлеченных своей профессией, и, наоборот, что мешает человеку принять верное решение относительно своего будущего? Эти и подобные им вопросы давно волнуют психологов. Известно, что большую роль в форми-

ровании профессионально важных качеств играет сама деятельность, но не только она. Вся социальная среда, в которой воспитывается и живет человек, оказывает существенное влияние на его профессиональное самосознание. При этом среди всех социальных факторов особо выделяется семья как первичная среда социализации индивида, влияние которой прослеживается, по сути дела, на протяжении всей жизни человека<sup>8</sup>, поэтому в данной статье внимание будет уделено методу анализа роли семейной традиции в профессиональном самоопределении личности.

Проблема самоопределения в возрастном контексте наиболее актуальна в юношеском возрасте. В этот период сознательное самоопределение выступает как главное психологическое новообразование, а готовность к переходу во взрослую жизнь определяется сформированностью жизненных целей и планов, субъектной позицией в их достижении<sup>9</sup>. В самоопределении личности выделяется центральное звено — осознанное стремление занять определенные позиции в жизни<sup>10</sup>. Важное место в общей структуре самоопределения личности занимает профессиональное самоопределение, которое является проявлением психического развития и заключается в активном поиске возможностей развития, формировании себя как полноценного участника сообщества «делателей» чего-то полезного, сообщества профессионалов<sup>11</sup>.

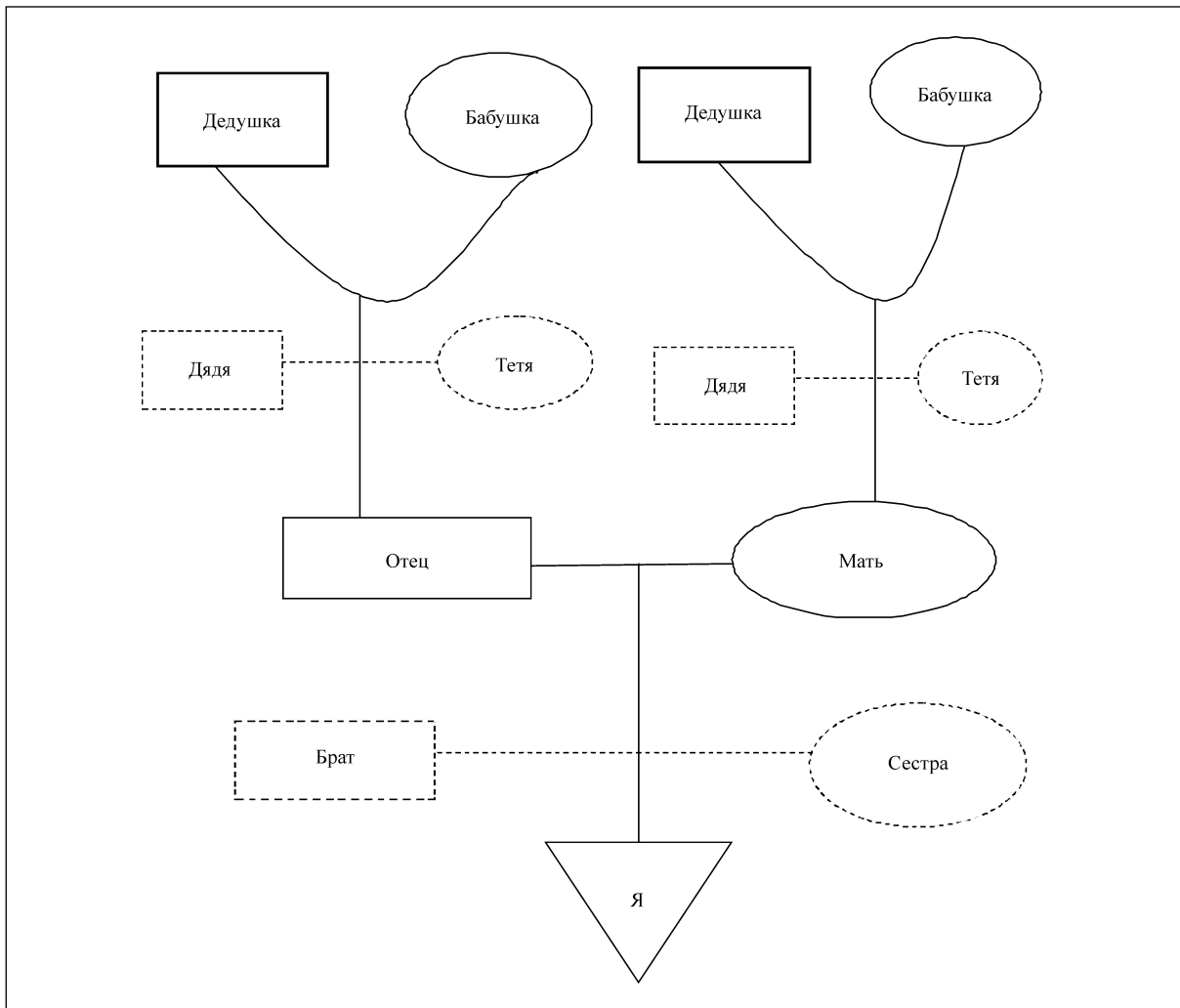
В современной психодиагностике, как отечественной, так и зарубежной, накоплен широкий арсенал методов для изучения профессиональной пригодности молодежи, готовности к той или иной профессиональной деятельности. Но методик, позволяющих проследить динамику становления профессиональной идентичности личности, степень влияния различных факторов и условий на этот процесс, на сегодняшний день явно недостаточно. В частности, отсутствуют методики, выявляющие роль опыта предшествующих поколений в профессиональном выборе.

Семья выступает базовым фактором социализации ребенка и оказывает сильное влияние на профессиональное самоопределение молодежи<sup>12</sup>. Социализирующее влияние семьи осуществляется непосредственно и постоянно в многообразном диапазоне: от прямых воздействий — требований — до косвенных, скрытых экспектаций. Для семьи

проблема профессионального самоопределения ребенка является достаточно значимой, в том числе и в плане дальнейшего развития ее как структуры. Взрослые могут занимать разнообразную позицию в отношении профессионального определения ребенка: от безразличия к этой проблеме, предоставления полной свободы выбора до жесткого навязывания профессии. Степень осознания семьей значимости проблемы профессионального выбора, путей и форм ее решения также может быть различной. Несмотря на вариативность характеристик, понятно, что семья в решении данной проблемы опирается на свой ранее приобретенный опыт.

В нашей работе приводится пример метода, который возник как попытка объективировать семейный опыт профессионального выбора и связан с биографическим направлением в психологии и медицине. В медицине для изучения наследуемых признаков заболеваний (симптомов болезни) традиционно используется метод генограммы. Он активно входит и в современную практику биографического направления в зарубежной психологии с 70-х гг. прошлого века для сбора данных о физическом, клиническом и эмоциональном наследии человека. Он часто применяется и в семейной терапии как проективная методика<sup>13</sup>. Использование этого метода основывается на теории М. Боуэна о «межгенерационном (межпоколенном) процессе трансмиссии»<sup>14</sup>. По аналогии для изучения профессионального самоопределения личности нами была разработана методика «Социогенограмма профессионального выбора», которая апробирована в практике исследования и развития профессиональной идентичности<sup>15</sup>.

Объективация семейной информации проводилась на основе трехпоколенной семейной структуры, как наиболее осознаваемой и удерживаемой в памяти. Испытуемому предлагался для заполнения бланк, в котором использовалась традиционная символика обозначения мужских и женских членов семьи; нуклеарная базовая структура семейных связей обозначена прямой линией, расширенная — пунктирной (рисунок). Работа с бланком может проводиться как при непосредственном консультировании, так и в режиме анонимного анкетирования. Инструкция: «Обведите на социограмме структуру своей семьи. Укажите на социогенограм-



Бланк методики «Социогенограмма профессионального выбора»

ме слева уровень образования (высшее или два высших), среднее специальное, среднее, неполное среднее) и характер деятельности (руководящая, творческая, исполнительская, не знаю), а справа — сферу деятельности (промышленность, сельское хозяйство, транспорт, связь, строительство, просвещение, культура, здравоохранение, торговля, сфера обслуживания и т.п.) и, по-возможности, основные профессии, которыми владели родственники».

В условиях индивидуальной работы с клиентом возможно введение дополнительных обозначений. Так, с целью индикации паттернов семейных отношений можно использовать следующие: очень тесные отношения выделяются жирной линией, конфликтные — ломаной, отдаленные — точечным пунк-

тиром, отчуждение или разрыв обозначаются прерывными вертикальными чертами, по возможности с указанием года разрыва. Данные обозначения делаются на бланке, желательно другим цветом. Рекомендуется двухэтапное заполнение бланка: первоначально испытуемым обозначается реальная структура его семьи и ее дополнение недостающими членами. На втором этапе заполняется профессиональная атрибуция членов семьи по следующим критериям:

уровень образования: а) высшее (или два); б) среднее специальное; в) среднее; г) неполное среднее; д) не знаю;

сфера деятельности родственников: а) промышленность; б) сельское хозяйство; в) транспорт, связь; г) строительство; д) просвещение, культура; е) здравоохранение;

ж) торговля; з) сфера обслуживания; и) не знаю;

характер деятельности: а) руководящая; б) творческая; в) исполнительская; г) не знаю.

Реальная практика консультирования с использованием данной методики позволяет клиенту объективировать опыт профессионального самоопределения, накопленный семьей, сформировать представления о семейном ресурсе, глубже осознать смыслы профессиональной деятельности в контексте жизненных ценностей, обеспечивая в итоге более взвешенный выбор развития профессионального пути.

Развитие культуры профессиональной идентификации может быть продолжено в групповой работе. Варианты дополнения метода генограммы различны, например, объективация в балинтовской группе, семейных трудовых кодексов, девизов, установок. С этой целью возможно использование метода ассоциаций и методики незаконченных предложений. Так, обсуждая проблемы трудовой деятельности, напутствуя в выборе профессионального пути: «Отец говорил мне...», «Мать говорила мне...». Хорошо обсудить и следующие фразы: «Я согласен(а) с матерью, что необходимо руководствоваться...», «Я не согласен(а) с матерью, что в работе нужно...», «Я согласен(а) с отцом, что необходимо руководствоваться...», «Я не согласен(а) с отцом, что в работе нужно...». Объективируя подобные межпоколенческие установки в последующем групповом обсуждении, можно добиться их корректировки в соответствии с культурой современного менеджмента и более осознанного принятия не только отдельным членом группы, но включить их в групповое сознание. Аналогично может строиться работа по определению индивидуального и группового кодекса организации, его девиза. Опора на традиции и культуру предшествующих поколений способствует ускоренному и в то же время глубокому процессу

идентификации, так как строится на основе культуроприемлемого принятия отечественных традиций, а не на заимствовании шаблонов или стереотипов иноязычных культур, достаточно далеких по своему содержательному наполнению.

Данный метод консультирования может использоваться не только на этапе профессионального выбора, но и при прохождении клиентом профессионального кризиса, при решении вопроса о смене профессии, перепрофилизации, например, на бирже труда. При работе с проблемами профессионального кризиса целесообразно изучить профессиональный путь родителей, родственников, объективировать и осмыслить их опыт преодоления сложных жизненных ситуаций благодаря развитию или реструктурированию профессиональной деятельности, смену профессии или выбор более ответственного участка деятельности, а может быть, и открытие собственного дела, бизнеса.

Возможно использовать данную методику и в бизнес-консультировании, особенно на этапе замысла и предварительной разработки бизнес-проекта, так как она помогает определить и в дальнейшем оптимизировать скрытые социальные ресурсы разработчика, усилить его идентификацию с направлением развития бизнеса. Аналогично семейным связям можно рассматривать и социальные — в более широкой социальной среде: друзей, товарищей по учебе, предыдущим местам работы, а также контакты родственников. Оптимизация социально значимых связей и доверительных отношений создаст атмосферу оптимизма и уверенности в достижении желаемого, поможет обеспечить успех бизнес-проекту как на ранней стадии его реализации, так и в дальнейшем благодаря формированию и укреплению группы поддержки, обеспечению принятия и признанию авторитета начинающего бизнесмена, менеджера.

### Примечания

<sup>1</sup> См.: Ханина И.Б. К вопросу о профессиональной составляющей в структуре образа мира // Вестник Моск. гос. ун-та. № 3. 1990. С. 42–50.

<sup>2</sup> См.: Леонтьев Д.А., Шелобанова Е.В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего // Вопр. психол. 2001. № 1. С. 57–66.

<sup>3</sup> См.: Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. М.; Воронеж, 1996.

<sup>4</sup> См.: Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность и память: опыт генетической реконструкции // Мир психологии. 2001. № 1. С. 64–78.

<sup>5</sup> См.: Там же.

<sup>6</sup> См.: Иванова Н.Л. Профессиональная идентичность в современных исследованиях // Вопр. психол. 2008. № 1. С. 89–101; Климов Е.А. Образ мира в разнотипных профессиях. М., 1995; Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека. М., 2002.

<sup>7</sup> См.: Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза в профессиональной деятельности. М., 1982.

<sup>8</sup> См.: Мудрик А.В. Социализация человека. М., 2004.

<sup>9</sup> См.: Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.

<sup>10</sup> См.: Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М., 1991.

<sup>11</sup> См.: Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М., 2005.

<sup>12</sup> См.: Мудрик А.В. Указ. соч.

<sup>13</sup> См.: Каслоу Ф. Генограмма как проективная техника в диагностике и психотерапии. М., 2006.

<sup>14</sup> См.: Bowen M. Family Therapy in Clinical practice. N. Y., 1978.

<sup>15</sup> См.: Котова С.А. Методы изучения онтогенеза профессиональной идентичности // Известия Рос. гос. пед. ун-та им. А.И. Герцена. 2008. № 11(68). С. 7–18.

УДК 159.9:37.015.3

М.В. ГРИГОРЬЕВА

Педагогический институт Саратовского государственного университета

E-mail: grigoryevamv@mail.ru

## **Эмоциональные процессы и состояния в системе динамических взаимодействий школьника и образовательной среды**

В статье представлены результаты теоретического анализа проблемы эмоциональных процессов и состояний в системе взаимодействий школьника и образовательной среды. Анализируются различные подходы к исследованию стресса и тревоги в процессе как общего взаимодействия человека с окружающей средой, так и во взаимодействии со специфичной средой школьного обучения.

**Ключевые слова:** взаимодействие, образовательная среда, стресс, адаптационный синдром, стадии стресса, тревога.

M.V. GRIGORYEVA

## **Emotional Processes and Conditions in System of Dynamical Interactions of the Pupils and the Educational Environment**

In article results of the theoretical analysis of a problem of emotional processes and conditions in system of interactions of the pupils and the educational environment are presented. Various approaches to research of stress and alarm in process as general interaction of the person with environment, and in interaction with the specific environment of school training are analyzed.

**Key words:** interaction, the educational environment, stress, adaptable syndrome, stress stages, alarm.

**Д**инамичность взаимодействий школьника и образовательной среды (ОС) обуславливает активизацию сигнальной и оценочной функций его психики, что связано с эмоциональными процессами и состояниями. Безусловно, процессы взаимодействий школьника с ОС сопровождаются широким спектром эмоциональных проявлений, однако реакция организма и психики школьника на значительные изменения в этой сфере связаны, в первую очередь, со стрессом.

Впервые стресс как неспецифическая генерализованная реакция организма в ответ на любые неблагоприятные воздействия (голод, усталость, холод, угроза, боль и другие) был описан Г. Селье<sup>1</sup>. С этого момента в науке появилось понятие общего адаптационного синдрома, в развитии которого автор

выделяет три стадии: тревоги, резистентности (сопротивления), и если сам агент, вызвавший реакцию стресса, продолжает действовать длительное время или является чрезмерно сильным, то наступает последняя стадия — истощения и как крайний ее вариант — летальный исход. Конечно, все три стадии в процессе взаимодействий школьника и ОС не проявляются, но эмоциональные механизмы «запуска» и обеспечения данных взаимодействий нередко сопровождаются значительной тревогой и другими эмоциональными процессами и состояниями.

Г. Селье подчеркивал, что не всякий стресс вреден, более того, он полагал, что «даже в состоянии расслабления спящий человек испытывает некоторый стресс»<sup>2</sup>. Для