

Маргарита Куцова,
*студентка 4-го курсу кафедри спеціальної психології та медицини
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
(м. Київ, Україна)*

Олена Дубовик,
*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри спеціальної психології та медицини
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
(м. Київ, Україна)*

ОСОБЛИВОСТІ КРИЗ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГА

У статті висвітлено питання криз професійного становлення фахівців психологів у галузі практичної та медичної психології в сучасних умовах.

Ключові слова: професійна криза, професійна діяльність, клінічний психолог, практичний психолог, особистісний розвиток.

Актуальність теми дослідження. Життєвий шлях людини сповнений як позитивними подіями, так і негативними – у чому й виявляється багатогранність життя. І тільки та людина, що не боїться долати бар'єри та кризи, які трапляються на її шляху, може досягнути досконалості в особистісному розвитку. На різних стадіях професійного зростання та розвитку ті самі завдання реалізації фахівця у професії можуть бути вирішені по-різному, при цьому перехід від однієї стадії розвитку до іншої часто супроводжується професійними кризами, які характеризують зміни в поведінці фахівця, у його ставленні до роботи, у мотивації працювати, психоемоційному стані.

Професійні кризи мають місце і в діяльності психологів, адже особисті якості, які виконують роль професійних інструментів (емпатія, емоційний інтелект та ін.) сприяють професійній конгруентності фахівця до психічних станів клієнта, часто можуть бути причиною більш гострого переживання особистісних і професійних криз, які спричинені зовнішніми об'єктивними чинниками.

У своєму дослідженні ми хочемо зупинитися на професійних кризах, які є невід'ємними та дуже важливими етапами в діяльності клінічного та практичного психолога. Наукові роботи Л. І. Анциферової, Н. С. Глуханюк, Е. Ф. Зеєра, Є. О. Клімової, А. К. Маркової, Н. С. Пряжникової, Е. Ю. Пряжникової, А. Р. Фонарьової, Є. Є. Симанюка вказують на актуальність даної теми у галузі психології.

Мета статті. Визначити особливості криз професійного становлення клінічного та практичного психологів.

Виклад основного матеріалу. Кризи професійного становлення являють собою особливу групу психологічних криз, що виникають на різних етапах професійного шляху особистості, відображають його специфічні закономірності, які не співпадають із закономірностями життєвого шляху особистості [5]. Професійний розвиток психолога є складним довготривалим процесом, який передбачає не тільки поступовий перехід від одного етапу професійного розвитку до іншого, а й виникнення професійних криз, які є накопиченням як зовнішніх так і внутрішніх протиріч.

До основних чинників криз професійного становлення відносять:

1. Наднормативну активність як наслідок незадоволеності своїм положенням, своїм статусом, стосунками в колективі.
2. Соціально-економічні умови життєдіяльності людини (скорочення робочих місць, ліквідація підприємства, переїзд).
3. Вікові психофізіологічні зміни (погіршення здоров'я, зниження працездатності, синдром «емоційного вигорання»).

4. Вступ у нову посаду, участь у конкурсах на заміщення вакансії, в атестаціях.
5. Повне занурення у професійну діяльність.
6. Якісну перебудову способів виконання професійної діяльності.
7. Зміни в життєдіяльності (зміна місця проживання, перерва у роботі, «службовий роман» тощо) [1].

Згідно психологічного підходу, «кризи» – це особливі, відносно нетривалі періоди індивідуального розвитку особистості, що характеризуються різкими психологічними змінами.

Професійна криза – це завжди відкидання застарілих засобів і способів професійної активності [4]. Кризові явища – невід’ємний атрибут динамічного процесу становлення особистості. Ступінь усвідомлення особистістю криз є індивідуальним. Він залежить від способу перебігу кризової ситуації, оскільки при її сприятливому вирішенні людина рідко усвідомлює це явище як кризу. Кризи можуть протікати короткочасно, бурхливо чи поступово, без яскраво виражених змін у професійній поведінці.

Аналізуючи виникнення криз на професійному шляху клінічного та практичного психологів, варто зосередити увагу на напрямках їхньої діяльності, специфікою роботи та потенційними труднощами, які спричиняють кризові періоди. Розпочнемо з аналізу діяльності практичного психолога.

У широкому сенсі практичний психолог – це фахівець, який має вищу освіту і займається психологічною практикою: надає психологічні послуги людям і організаціям, консулює, проводить тренінги. Практичний психолог здійснює психодіагностичну та психокорекційну роботу з різними категоріями громадян; надає консультативні послуги фізичним особам, установам та організаціям; здійснює психологічний супровід діяльності різних організацій усіх форм власності, а також установ і підрозділів органів державної влади та управління; проводить соціально-психологічні дослідження та оптимізацію психологічного клімату в трудових колективах; виявляє психологічні причини соціальної дезадаптації дітей, вибирає форми і зміст психокорекційної та психолого-профілактичної роботи; здійснює профорієнтацію та профвідбір; допомагає проблемним категоріям населення (інваліди, діти з делінквентною, адиктивною поведінкою та ін.).

Основні галузі професійної діяльності психолога-практика: діагностична, корекційна, консультативна, комунікативна, просвітницька, навчальна, виховна, розвивальна, організаційна.

Клінічний психолог досліджує індивідуальні якості клієнтів, визначає вплив умов лікування на психіку та поведінку пацієнтів; аналізує етапи лікування й психологічного стану людини під час лікування й реабілітації; надає рекомендації та пропозиції щодо впровадження результатів медико-психологічних досліджень у практику медичних закладів; встановлює вплив середовища на психічне здоров'я клієнтів; здійснює заходи клінічної та соціальної адаптації клієнтів; встановлює раціональні режими праці та відпочинку медичних працівників; удосконалює соціально-психологічний клімат, умови праці в клініках і лікарнях, контролює їх виконання, надає рекомендації щодо умов оптимального використання особистих трудових можливостей, досліджуваних з урахуванням перспектив розвитку професійних здібностей; проводить трудову адаптацію медичних працівників; забезпечує проведення досліджень у галузі медичної психології; надає науково обґрунтовані пропозиції, спрямовані на підвищення ефективності лікування та реабілітації; вивчає та узагальнює досягнення вітчизняної і зарубіжної теорії і практики в галузі психології, соціології і медичної психології; проводить професійний відбір призовників.

Місцем роботи клінічних психологів є лікувальні та лікувально-профілактичні заклади, де практичні психологи, що пройшли підготовку на психологічних факультетах класичних університетів і педагогічних навчальних закладів, працювати не можуть. Цільовою групою для медичних психологів є особи із соматичними та психосоматичними захворюваннями, для практичних психологів – практично здорові люди або ті, чиї психологічні проблеми ніяк не пов'язані зі станом соматичного здоров'я [1].

Основними місцями застосування професійних знань для практичного психолога є: соціальні організації (дитячі будинки, притулки, будинки старих, інвалідів, дитячі центри творчості і дозвілля); освітні установи (школи, дитячі сади, ВНЗ); установи, які займаються підбором і відбором персоналу (кадрові агентства, центри зайнятості, центри

профорієнтації); підприємства, фірми; правоохоронні органи (суди, дитячі приймачі-розподільники, колонії, прокуратура, районні управління внутрішніх справ); робота на телефоні довіри; робота в МЧС, службах порятунку; військові організації. Для клінічного психолога – медичні установи (лікарні, поліклініки, наркологічні центри, реабілітаційні центри); психотерапевтичні, психологічні консультативні служби при клініках.

Професійний розвиток психолога є складним довготривалим процесом, який передбачає не тільки поступовий перехід від одного етапу професійного розвитку до іншого, а й виникнення професійних криз, які є накопиченням як зовнішніх так і внутрішніх протиріч. Професійна діяльність психолога як клінічного, так і практичного, супроводжується кризами розвитку. Криза для професіонала – це можливість перейти на наступний етап особистісного розвитку. Розглянемо питання про стадії розвитку фахівця-психолога. Загалом стадії розвитку психолога можна розділити на наступні етапи:

- *Стадія початку професіоналізації, стадія «ейфорії» (до 1 року).* Молодий фахівець виходить на професійний ринок, відчуває радість і азарт, змішані з почуттям тривоги і страху. Мотивація різко падає і різко підвищується. Важливою характеристикою стадії є очікування оцінки своєї діяльності ззовні – від керівників або колег, з особливо сильною емоційною реакцією на оцінку [4]. Основними позитивними результатами стадії є: усвідомлення своєї значущості; почуття радості і ейфорії; тенденція до вивчення нових видів діяльності. Основні новоутворення стадії – сили і впевненість у собі.

- *Стадія активної діяльності. Стадія «агресії» (1-3 роки).* На цій стадії очікування від професії не завжди справджуються. Спеціаліст гостро реагує на діяльність, яка його не влаштовує, тому виконує безліч видів діяльності з невдоволенням. Якщо агресія не виражається і блокується, то мотивація знижується. Критеріями позитивного проходження стадії є: усвідомлення своєї агресії; поява власних авторських програм діяльності. Основні новоутворення стадії – вміння висловлювати свою агресію і відстоювати свої інтереси [4].

- *Стадія усвідомлення своєї ролі в професії. «Стадія розчарування» (3-5-й рік).* Руйнуються професійні ілюзії, фахівець починає усвідомлювати особистісну мотивацію. Діяльність може ставати менш ефективною через глибинний перегляд своїх професійних цінностей. Спеціаліст починає критично оцінювати себе. Основні позитивні результати стадії: осмислення своєї ролі в професії; втрата почуття всемогутності; прийняття ідеї про нестабільність професійної діяльності. Основні новоутворення стадії – можливість встановлювати професійні кордони [4].

- *Стадія формування професіоналізму (5 років і більше).* Спеціаліст усвідомлює свою нову мотивацію у професійній діяльності, внутрішній локус контролю; чітко диференціює напрями діяльності, розвиває ті в яких є ефективним. Виникає почуття спокою щодо глибинного аналізу своєї діяльності на супервізії. Основні позитивні результати стадії: почуття спокою і впевненості у професійній діяльності; збільшення клієнтської бази і рівня доходу. Основні новоутворення стадії – відповідальність і почуття дорослості.

Ключовим моментом переходу з однієї стадії в іншу є переживання особистісної кризи розвитку, пов'язаного з умінням переносити стан напруження. Важливо пам'ятати, що під час внутрішньої кризи, фахівець може розвиватися і рухатися далі або залишатися на місці [4].

Кризові періоди можуть мати два можливі «результати» – сприяти особистісному розвитку або вести до особистісної деградації [2]. До деструктивних шляхів виходу з кризи належать пошук шляхів реалізації себе в позапрофесійній діяльності (в побуті, хобі та ін.), а також прояв професійно небажаних якостей особистості. Якщо при конструктивному виході з кризи професійно небажані якості долаються особистістю, то за деструктивного – вони стають більш вираженими. Породжуючи психічну напруженість, кризи стимулюють професійний розвиток особистості. І здебільшого, переживаючи кризу, особистість піднімається на вищий рівень розвитку [3]. Отже, професійні кризи є невід'ємною складовою професійного розвитку особистості, що можуть мати як негативні, так і позитивні наслідки залежно від того, наскільки швидко та успішно вони подолані.

Серед психологів найбільш схильні до професійних криз і деструкцій спеціалісти з низькою професійною безпекою, у тому числі без досвіду практичної роботи (молоді фахівці, які прийшли працювати відразу після закінчення освітньої організації), які не мають систематичного підвищення кваліфікації та ін. Важливим фактором профілактики

професійних криз і деструктивних явищ психологи, які брали участь в опитуванні, наголошують на необхідності регулярного підвищення професійної майстерності, обміну професійним досвідом і знаннями [5].

Серед способів подолання професійних криз виділяють:

- зміна мотивів професійної діяльності; пошук сенсу професійної діяльності в цілому або діяльності в конкретному колективі, організації;
- активізація професійних зусиль при визначенні максимальних меж своїх можливостей;
- систематичне підвищення кваліфікації, професійної майстерності;
- перехід на інноваційний рівень виконання своєї роботи, творчість, винахідництво, інноваторство;
- зміна посади, спеціальності, професії; освоєння нових видів діяльності.

Потрібно розуміти, що професійні кризи – це природні й невід’ємні феномени, що виникають в процесі становлення і розвитку психолога як фахівця і впливають на його подальшу реалізацію в професії. Тим не менш, важливо знати й використовувати різні форми і методи профілактики, супроводу і конструктивного вирішення професійних криз, у тому числі:

- обов’язкова особиста терапія, коучінг (як індивідуальні, так і групові форми);
- регулярне підвищення кваліфікації, професійної майстерності, обмін професійним досвідом в різних формах (освітні програми та курси, науково-практичні та методичні семінари, конференції, круглі столи та ін.);

Висновки. Отже, становлення особистості практичного та клінічного психологів та їх професіоналізм реалізується в професійній діяльності. Успішна кар’єра дозволяє реалізувати свій особистісно-професійний потенціал, досягти визнання серед інших людей. Індивідуальний кар’єрний шлях виражається в чергуванні підйомів і спадів особистісно-професійного розвитку, може мати нелінійний характер та охоплювати декілька сфер життєдіяльності. Психологічні і соціальні бар’єри, що виникають на життєвому шляху, стимулюють розвиток нових етапів професійного майбутнього на базі професійної мобільності, обумовлюють перехід на нові можливості кар’єри. Інтенсивність переживання професійних криз визначається активністю особистості і будовою її життєвого світу, що дає змогу людині при успішному її подоланні вийти на новий рівень становлення професійності. Клінічний та практичний психологи повинні допомагати людині в складні періоди життя, усвідомлювати свій потенціал і те, як його можна повноцінно реалізувати. Спеціалісти психологічної галузі мають сприяти забезпеченню психічного здоров’я людини, а отже є самовідданими і відповідальними у своїй професійній діяльності. Психолог завжди прагне знайти конструктивний шлях вирішення криз, тому що його зобов’язує професія та особистісні якості лише допомагають знайти правильний шлях вирішення деформацій.

Отже, здійснений теоретичний аналіз щодо розуміння криз професійного розвитку психолога дає змогу зробити такі узагальнення. Професійна криза – це перехід від однієї стадії професійного розвитку до наступної. Її змістовним аспектом є кардинальна перебудова особистості. Згідно визначенню криз, перехід від однієї стадії до іншої породжує нормативні кризові явища, вихід з яких може бути як конструктивним, так і деструктивним. І допомогти людині знайти такий конструктивний вихід – одне з найголовніших завдань фахівців медичної та практичної психології.

Список використаної літератури

1. Борисюк А.С. Концептуальне обґрунтування моделі професійної ідентичності медичного психолога: збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ: Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2010. Вип. 15. Ч. 2. С. 157–170.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учебн. пособие. 3–е изд., перераб. и доп. Москва: Академический Проект, Фонд «Мир», 2005. 336 с.
3. Кокун О. М. Життєве та професійне самоздійснення як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 9. С. 1–5.

4. Новиков В.В., Кисова А.Л., Кулакова С.В. Особенности изменений личности психолога-консультанта в процессе профессиональной деятельности. *Будущее клинической психологии* / материалы IX Всероссийской научно-практической конференции; под ред. Е.В. Левченко. Пермь: ПГНИУ, 2015. С. 322-327.

5. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства. 3-е изд. Москва: Академия, 2005. 480 с.

УДК 378.147:81'243

Магдалина Лиля,
*кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри іноземної філології, перекладу та методики навчання
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди»
(м. Переяслав, Україна)*

ЭФЕКТИВНІ НОВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ

У статті дається аналіз ефективних новітніх технологій спрямованих на оптимізацію процесу навчання іноземної мови за професійним спрямуванням; розкрито їх дидактичний потенціал.

Ключові слова: *компетенція, підхід, навчання, технологія, професійна підготовка.*

Актуальність теми дослідження. Світ швидко змінюється і на сьогоднішній день постає необхідність вивчення іноземної мови, яка є важливою частиною сучасного ритму життя. Це зумовлює потребу у підготовці фахівців, здатних не лише до критичного мислення, ініціативності та креативності, а й відкритих до нових ідей та потреб суспільного життя. Для досягнення ефективності у навчанні іноземної мови викладачеві важливо знати новітні технології для оптимального їх використання у навчальному процесі, а також критерії, згідно з якими їх застосування заохочуватиме студента до вивчення іноземної мови, активізуватиме, стимулюватиме його мовні, когнітивні і творчі здібності та інтереси, розвиватиме бажання до творчої, продуктивної праці, практичного використання іноземної мови тощо. Якість підготовки викладача, рівень оволодіння ним психологічними, педагогічними та методичними знаннями визначають перспективи і розвиток нашої освіти.

Саме тому метою нашої статті є аналіз ефективних новітніх технологій навчання через призму професійної підготовки майбутніх вчителів іноземної мови.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Питання теоретичної і практичної професійної підготовки майбутнього вчителя іноземної мови висвітлено в дослідженнях В. Андрієвської, В. Безлюдної, О. Бігич, М. Євтух, С. Камінські, О. Миролюбова, С. Ніколаєвої, Ю. Пелех, Л. Подзігун та ін. У цілому аналіз наукової літератури засвідчує, що зазначена проблема набула соціального запиту на її дослідження, зокрема і щодо оволодіння сучасними психодідактичними засобами.

Розробкою і впровадженням у навчальний процес нових інформаційних технологій активно займаються такі дослідники як, Г. Баранова, Е. Дмитреєва, І. Зимня, Е. Полат Л.Цветкова та багато ін..

Виклад основного матеріалу. Професійна підготовка майбутніх учителів іноземних мов у період сьогодення характеризується інноваційними підходами та застосуванням ефективних новітніх технологій навчання іноземної мови, які відповідають сучасним потребам та реаліям, що дозволяє формувати в студентів міцні знання, дослідницькі вміння і навички та сприяє розвитку життєтворчих компетенцій.

Навчальну технологію Х. Азіз розглядає як впровадження відповідних інструментів, методів або процесів, які сприяють застосуванню почуттів, пам'яті й пізнання для покращення практики навчання і поліпшення його результатів [3]. Тлумачать її і як сукупність й порядок функціонування всіх особистісних, інструментальних і методичних засобів, що використовуються для досягнення поставлених завдань та як систему форм, методів,