

Секция «Психология»

**Разработка метода профилактики и коррекции профессиональной деформации личности практических психологов в форме психологического тренинга**

***Прыткова Евгения Петровна***

*Соискатель*

*Астраханский государственный технический университет, гуманитарный институт, Астрахань, Россия*

*E-mail: ev\_prytkova@mail.ru*

В современной психологической науке отсутствуют методы профилактики и коррекции профессиональной деформации личности специалистов помогающих профессий в форме психологического тренинга.

**Научная новизна работы** состоит в том, что в ней впервые рассмотрена тренинговая форма работы с профессиональной деформацией личности психологов-практиков. На современном этапе развития психологии в качестве единственного метода коррекции психоэмоционального выгорания применяются «балинтовские группы», которые представляют собой лишь супервизию отдельных случаев из практики специалистов помогающих профессий. На наш взгляд, необходимо проводить коррекцию и профилактику негативных изменений личности специалиста на всех уровнях, включая рациональный, эмоциональный и поведенческий.

Главная задача нашей работы – разработка метода профилактики и коррекции профессиональной деформации личности специалистов помогающих профессий в форме психологического тренинга, что позволит расширить диапазон методов, применяемых в сфере психологического здоровья специалистов, и, следовательно, населения.

Предметом нашего исследования является профессиональная деформация личности психологов-практиков, под которой мы понимаем «деструкции, которые возникают в процессе выполнения одной и той же профессиональной деятельности, негативно влияют на ее продуктивность, порождают профессионально нежелательные качества и изменяют профессиональное поведение человека». [3] «Им движет “антинаправленность”, примерами которой может быть эгоцентризм, стяжательство, нонконформизм т.п. психологические феномены». [2]

Необходимо подчеркнуть, что «профессиональная деятельность оказывает более мощное (де)формирующее воздействие на личность работника по сравнению с непрофессиональными видами деятельности». [1]

Процесс профессиональной деформации личности является обратимым в случае своевременно оказанной психологической помощи.

Перед разработкой нового метода профилактики и коррекции профессиональной деформации личности нами было проведено пилотажное исследование, которое позволило выделить сферы личности практических психологов, которые в большей степени подвержены деформации.

Наша выборка была разделена на две группы. В первую группу вошли специалисты, занимающиеся практической деятельностью (очное, телефонное консультирование). Вторую группу составляют преподаватели психологии в ВУЗах. Все психологи, участвующие в исследовании выбраны случайным бесповторным способом.

В нашем исследовании приняли участие 40 человек – 20 специалистов, занимающихся практической психологической деятельностью, 20 – преподаватели психологи в ВУЗах.

В качестве методов для исследования мы выбрали анкетирование и тестирование. Для данной работы мы создали анкету, которая позволяет выявить пол, возраст респондентов, стаж работы в области психологии, трудности в работе, способы, с помощью которых психологи справляются с этими трудностями. Для тестирования выбраны следующие методики: Исследование уровня эмпатийных тенденций (методика И.М. Юсупова), Характерологический опросник К. Леонгарда, методика В.В. Бойко для диагностики синдрома эмоционального выгорания.

Большинство психологов из обеих групп (80%) встречаются с трудностями в своей работе, для преодоления которых специалисты посещают тренинги, индивидуальные консультации, проходят супервизию.

У 30% испытуемых из первой группы выявлен высокий уровень эмпатийности, что говорит о том, что эти люди чувствительны к проблемам и нуждам других, относятся с искренним интересом к каждому человеку. Во второй группе встречается следующий разброс значений: 10% с высоким уровнем эмпатийности, 70% со средним, и 20% с низким.

В результате применения теста К. Леонгарда, мы выявили наличие акцентуаций у 85% практических психологов, при этом присутствуют такие акцентуации, как гипертимность (10%), возбудимость (10%), эмотивность (15%), циклотимия (30%), демонстративность (10%), экзальтированность (10%). Отдельные акцентуации могут негативно сказываться на работе психолога или же повышать вероятность развития профессиональной деформации. Что же касается второй группы, то здесь акцентуации выявлены у 20% опрошенных в следующем распределении: гипертимность, циклотимия (по 5%) и экзальтированность (10%).

На основании проведенного исследования, мы выявили, что у половины психологов-практиков (55%) синдром психоэмоционального выгорания находится на стадии формирования, что говорит о том, что существуют негативные изменения в личности специалиста. В случае неблагоприятных условий работы и отсутствии дополнительной работы над собой возможно развитие комплексных проявления профессиональной деформации. Синдром выгорания сформировался у 15% испытуемых, для эффективной работы данных людей необходима коррекционная работа с профессиональным психологом.

Только у 30% первой группы не был выявлен синдром психоэмоционального выгорания, но мы считаем, что, несмотря на то, что сейчас нет явных признаков деформации, данным специалистам следует проводить профилактику появления негативных изменений в личности.

Таким образом, мы определили, что у большинства практических психологов (70%) были выявлено наличие профессиональной деформации личности. У представителей второй группы синдром выгорания находится в стадии формирования у 10% испытуемых, у большинства (90%) пока не наблюдаются признаки выгорания. Чтобы проверить статистическую достоверность полученных нами результатов, мы использовали  $\chi^2$ -критерий (угловое преобразование Фишера). Эмпирическое значение критерия равно 5,634, что превышает критическое значение при  $p \leq 0,01$ . Таким образом, мы

принимая гипотезу о том, что между первой и второй группами выявлены отличия в уровне профессиональной деформации (на примере психоэмоционального выгорания).

Полученные нами результаты подчеркивают необходимость разработки нового метода профилактики и коррекции профессиональной деформации личности практических психологов. В качестве такого метода мы выбрали психологический тренинг, который отличается высокой результативностью и активностью участников.

Важной особенностью нашего тренинга будет чередование информационных и практических частей, что позволяет осуществлять психологическое просвещение психологов по вопросам, связанным с факторами и механизмами профессиональной деформации личности.

Авторский тренинг будет включать в себя четыре основных направления:

1. адаптация к работе;
2. изменение отношения к труду;
3. использование копинг-стратегий в работе;
4. восстановление.

Мы предполагаем, что после прохождения практическими психологами тренинга, направленного на коррекцию профессиональной деформации личности, у специалистов будет наблюдаться снижение показателей психоэмоционального выгорания, тревожности, акцентуаций, изменение показателей субъективной оценки своего психологического состояния. Также они смогут эффективно применять копинг-стратегии в своей работе, чтобы справиться с повышенной психоэмоциональной нагрузкой.

### **Литература**

1. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
2. Дружилов С.А. Профессионалы и профессионализм в новой реальности: психологические механизмы и проблемы формирования // “Сибирь. Философия. Образование”. Альманах СО РАО, ИПК. – Новокузнецк, 2001 (выпуск 5). – С.46-56.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с.

### **Слова благодарности**

Благодарю своего научного руководителя за поддержку и помощь в развитии!