

Данная модель обеспечивает высокие значения коэффициента множественной корреляции ($R = 0,726$) и детерминации ($R^2 = 0,528$). Таким образом, полученное уравнение регрессии¹ имеет вид: $СНПА = -56,9ИУС^2 + 66,556ИУС + 2,3127$

2. Значимость вычисленных коэффициентов регрессии достаточно высока ($p < 0,05$).

3. 52,8 % доли дисперсии в уровне профессиональной активности (СНПА) связано с изменением индекса удовлетворенности собой (ИУС).

Полученные данные вносят особый вклад в изучение детерминант профессиональной активности личности педагогов, а так же могут найти практическое применение для создания технологий развития профессиональной активности личности педагогов.

Как известно, связь между уровнями многих психологических феноменов характеризуется криволинейностью (например, знаменитый закон оптимума мотивации Йоркса-Додсона или связь между уровнем активации и продуктивностью деятельности). Таким образом, можно говорить об оптимуме рассогласования Я-реального и Я-идеального, при котором наблюдается максимальный уровень профессиональной активности.

О.В. Попова, Н.О. Садовникова
г. Екатеринбург, РГППУ

Психологические особенности кризисов профессионального образования*

Процесс профессионального развития -- это процесс трансформации личности, «подгонки» ее к требованиям профессиональной деятельности. Это процесс, в ходе которого личность переживает не только ситуации успеха, самореализации, но и ситуации потери себя, смысла своего профессионального развития, ситуации кризиса.

Сложность и противоречивость личностно-профессионального развития современного специалиста отмечена во многих современных исследованиях. Именно профессиональные кризисы позволяют личности пересмотреть свое отношение к профессии и профессионализму,

¹ СНПА – сверхнормативная профессиональная активность. ИУС – индекс удовлетворенности собой (мера рассогласования Я-реального и Я-идеального).

*Работа выполнена при поддержке РГНФ (грант РГНФ № 08-06-00501а).

оценить себя как специалиста, прислушаться к субъективным оценкам других специалистов.

Теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы, посвященный состоянию проблемы исследования, показал, что изучение кризисов человека проводится в нескольких направлениях. Первое направление — это изучение кризисов личности в периодизациях личности (Б.Г. Ананьев, Д.Б. Бромлей, Д. Вейлант, Р. Гаулд, Ш. Мюллер, Д. Левинсон). Отмечается, что в процессе смены стабильных фаз развития и кризисов изменяются особенности личности человека. В относительно устойчивые возрасты развитие совершается главным образом за счет микроизменений личности, которые могут длиться несколько лет, и, накапливаясь, затем скачкообразно обнаруживаются в виде возрастного новообразования. Нормативные кризисы развития являются наиболее чувствительными к некоторым внешним воздействиям, которые способствуют формированию определенных качеств личности, в том числе и профессионально важных. В этом направлении можно выделить и этапы развития самосознания личности (по Ю.Б. Гиппенрейтер), два «рождения личности» (А.Н. Леонтьев), третье рождение личности, связанное с гражданской зрелостью и согласованием своих мотивов с общественными и даже общечеловеческими (Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников).

В этом направлении необходимо отметить периодизацию и изучение кризисов в онтогенезе человека, исследованы кризисы детства (А. Адлер, Р.А. Ахмеров, Л.И. Божович, Ш. Бюлер, Л.С. Выготский, Т.В. Драгунова, В.И. Слободчиков, Г. Шинхи, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон). Так, Б. Ливехуд выделяет три аспекта развития личности: биологическое, психическое, духовное, каждое из которых имеет свои этапы. Обозначая общую логику и основные кризисы развития взрослого человека, Б. Ливехуд также делает акцент на изменении ценностно-смысловой сферы личности и выделяет следующие основные фазы жизни: 1) душевное восприятие, рост (до 20 лет); 2) экспансивная фаза: переработка опыта, характеризуется равновесием между биологической и духовной линией развития (20-40 лет); 3) социальная фаза или фаза руководства: отдача своего опыта, характеризуется опережением духовного развития и угасанием биологической линии развития. Р.А. Ахмеров, исследуя биографические кризисы

сы личности, в качестве факторов указывает на события и отношения между ними. В зависимости от межсобытийных отношений он выделяет следующие кризисы: нереализованности, опустошенности, бесперспективности.

Таким образом, жизненные кризисы являются предметом пристального внимания отечественных и зарубежных психологов. Разделяя человеческую жизнь на периоды, стадии, они обращают внимание на трудности перехода от одной стадии к другой. При этом подчеркиваются особенности кризисных явлений у женщин и у мужчин, анализируются факторы, инициирующие кризисы.

Второе направление изучения кризисов можно представить как изучение профессиогенеза специалистов. В периодизации развития человека как субъекта труда Е.А. Климова представлены стадии развития человека, переход на каждую из которых происходит в направлении формирования профессионального мастерства, которое является показателем стадии наставника — высшего уровня работы любого специалиста. А.К. Маркова предложила этапы освоения профессии как уровни профессионализма: допрофессионализм, профессионализм, суперпрофессионализм, непрофессионализм, послепрофессионализм и выделяет более конкретные этапы освоения профессии: О.В. Москаленко изучила и представила процесс развития профессионального самосознания руководителей общеобразовательных учреждений как целенаправленный, интегральный процесс формирования профессиональной и личностной самоидентичности и достижения высокого уровня профессионального мастерства.

Е.Л. Ермолаева считает основанием и критерием личностного выбора в ситуациях профессионального кризиса профессиональную идентичность как функцию самоидентичности личности в профессиональной сфере, которая в наибольшей степени проявляется у личностей с ведущей ориентацией на профессиональный труд. Интерес представляет и исследование Е.В. Рябовой, в котором были изучены вопросы личностно-профессиональных кризисов безработных.

Э.Ф. Зеер, Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников в обобщенном виде называют следующие кризисы профессионального становления: учебно-профессиональной ориентации, профессионального обучения (время обучения в профессиональном учебном заведении), профессио-

нальных ожиданий — неудачного опыта адаптации к социально-профессиональной ситуации (первые месяцы и годы самостоятельной работы, профессиональной адаптации, профессионального роста (23-25 лет), профессиональной карьеры (30-33 года), социально-профессиональной самоактуализации (38-42 года), угасания профессиональной деятельности (55-60 лет), социально-психологической адекватности (65-70).

Если сравнивать периодизации различных авторов, анализирующих взрослые периоды жизни человека, то нередко в качестве главного критерия перехода от одной стадии к другой выступает готовность человека переосмысливать свою жизнь и профессиональную деятельность, а также готовность перестраивать свою систему ценностей.

В целом анализ литературы показывает, что профессиональный кризис — это нормативное явление, возникающее на протяжении всего профессионального пути личности. Кризисы отвечают следующим критериям: 1) локализация во времени и пространстве; 2) неустойчивость образов и мыслей о себе как о профессионале, потеря профессиональной идентичности, 3) размытая временная профессиональная перспектива или её отсутствие и, как следствие, актуализация потребности в выборе дальнейшего сценария профессиональной жизни; 4) смысловые переживания, связанные с пониженным стремлением к саморазвитию, самоутверждению, самореализации, ощущение своей ненужности и никчемности; 4) наличие стойких аффективных реакций, напряжения.

Нами было проведено пилотажное исследование, целью которого явилось выявление особенностей и характера протекания кризисов профессионального образования.

Участниками исследования стали студенты 4 курса Института психологии — 58 человек. Из них 3 юноши и 55 девушек.

Для выявления особенностей возникновения и протекания профессиональных кризисов была разработана пробная анкета, состоящая из 10 вопросов, имеющих открытый характер.

Были получены следующие результаты: 63 % опрошенных задумывались о том, чтобы начать новую карьеру. Это связано с боязнью работать по профессии, с разочарованием в ней, со сменой интересов и увлечений, с невозможностью реализовать себя в профессии психолога, с сомнениями по пово-

ду востребованности специальности, с неуверенностью в правильности выбора, с невостребованностью психологической науки в российском обществе и т.д. Соответственно, остальные 37 % никогда не думали о новой карьере. На вопрос «Думали ли вы когда-нибудь, что выбрали не ту профессию?» согласием ответили 64 %, объясняя свой ответ тем, что им сложно работать с людьми, учеба не вызывает интереса, не видят себя в данной профессии, выбор профессии не был продуман, практика значительно расходится с теорией, разочарование, бесперспективность, трудность нахождения работы и т.д. Оставшиеся 36 % говорят о том, что считают свой выбор правильным и осознанным. На вопрос о том, возникали ли у вас мысли, что учеба в университете перестала быть интересной, только 27 % ответили, что обучение в университете всегда было увлекательным. Остальные 73 % говорят о том, что много неинтересных, скучных, однообразных, ненужных предметов, очень мало практики и есть предметы, абсолютно не связанные с психологией.

Следующий вопрос анкеты касался периода переживания кризиса – респонденты в основном называли 1,3 и 4 курс. На первом курсе они отмечают сложности, связанные с адаптацией, на 3 – расхождение представлений о профессии и реальным положением, на 4 – нехватка профессиональных умений и навыков для осуществления профессиональной деятельности, а также необходимость определения дальнейшего пути профессионального становления – специалитет или магистратура. Среди переживаний, которые человек испытывает, находясь в состоянии кризиса, студенты называют: сомнения, разочарование, неопределенность, апатия, депрессия, безразличие ко всему, тревога, страх, нежелание учиться, сомнения в выборе профессии, агрессивное поведение, скука, безысходность, пессимизм, растерянность, грусть, нежелание жить, фрустрация, опустошенность, подавленность, низкая самооценка и т.д. На вопрос «Как вы пытались (пытаетесь) преодолеть состояние?» кризиса студенты ответили, что пытаются найти в профессии что-то новое, интересное, ищут причины такого состояния, анализируют, рефлексиируют, ищут пути преодоления, проявляют активность, работают, прибегают к волевым усилиям, мотивируют себя, ставят цели и достигают их, а некоторые просто пассивно продолжают жить, погружаясь в депрессивные настроения. Все респонденты отметили, что в личности человека,

пережившего кризис, обязательно наблюдаются изменения в характере, в целях, в мотивах, в поведении, во взглядах. Наблюдается переосмысление жизненного пути, переоценка ценностей. Человек приобретает новый опыт и становится сильнее, выносливее и решительнее. Среди событий, которые могут вызвать кризис, студенты-психологи назвали неудачи в профессиональной деятельности, сложности в профессиональной среде, неправильный выбор места работы, стагнацию, конфликты в коллективе, внутриличностные конфликты, неоправдание ожиданий, потеря интереса, первое трудоустройство и т.д. Из опрошенных не сожалели о профессиональном выборе 39 %. Остальные 61 % задумывались о том, что профессиональный выбор был сделан не правильно, объясняя это тем, что заинтересовались другими профессиями, потеряли интерес к психологии, не накопили опыта в процессе обучения и т.д. Последний вопрос анкеты касался ситуаций, в которых студенты испытывали недостаток профессиональных знаний и умений. Среди таковых они назвали – собеседование при приеме на работу, практика, работа психологом, экзамены, общение с опытным психологом и др.

Таким образом, можно отметить, что студенты 4 курса Института психологии находятся в состоянии профессионального кризиса, связанного с выбором ими дальнейшего профессионального пути, они задумываются о правильности выбора профессии, о дальнейших перспективах, о том, смогут ли они реализовать себя, работая психологом. Мы видим, что большинство отмечают у себя такие признаки профессионального кризиса, как апатию, потерю интереса, депрессию, разочарование в профессии, опустошенность и т.д. В дальнейшем нами будет проведен более глубокий анализ профессиональных кризисов у данной выборки, с детальным изучением особенностей ценностно-смысловой сферы.

Л.С. Попова
г. Екатеринбург, РГППУ

**Возможности применения тренинга
креативности как технологии
профилактики профессионального
выгорания учителей**

Среди исследований посвященных проблеме выгорания в настоящее время важное ме-