

III. ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛА

УДК 159.98

М.В. Сокольская

ЛИЧНОСТНОЕ ЗДОРОВЬЕ В СТАНОВЛЕНИИ ПРОФЕССИОНАЛА

Основные положения разрабатываемой автором концепции личностного здоровья профессионала легли в основу данной статьи, где обосновывается место личностного здоровья в процессе становления профессионала, его роль в профессионализации личности. Личностное здоровье рассматривается как интегративное условие качества становления профессионала, его способности к саморазвитию.

Ключевые слова: здоровье, личность, личностное здоровье, субъективное благополучие, профессионал, становление профессионала.

M.V. Sokol'skaya

THE ROLE OF PERSONAL HEALTH IN FORMATION OF A PROFESSIONAL

The article deals with the basic assumptions of the author's conception of personal health of a professional. The role of personal health and its place in the process of a person's professionalization are proved. Personal health is considered as an integrative condition of a quality of a professional's formation, his ability to self-development.

Key words: health, person, personal health, subjective well-being, professional, s formation of professional

Современные условия труда выдвигают новые требования к профессионалу, что вызывает необходимость поиска новых подходов к реализации процесса профессионализации: выявлению условий становления профессионала, его развитию, эффективности самореализации не только в профессиональной, но и жизнедеятельности в целом. Поэтому проблема становления профессионала, его личностного, духовного развития для психологической науки и практики приобретает особую актуальность. В психологии труда и смежных областях психологии проявились исследования, посвященные профессиональной деятельности, требованиям профессий, профессиональному отбору, готовности к профессиональной деятельности; формированию и развитию профессионализма, подготовке профессионала, его стрессоустойчивости и т.п. (Е.А. Климов, Э.Ф. Зеер, В.А. Бодров, Ю.К. Стрелков, А.К. Маркова, А.А. Деркач, Ю.П. Поваренков, Д.Н. Завалишина, Л.Г. Дикая, Е.М. Иванова, Л.М. Митина, А.Р. Фонарев и др.).

Но следует признать, что недостаточно внимания уделяется личности профессионала: ее изменениям под влиянием профессиональной деятельности; удовлетворенности деятельностью и жизнью в целом, хотя и не подвергается сомнению тот факт, что профессионализм это не только определенный уровень мастерства, но в первую очередь личность, обладающая мастерством. Но за счет чего? За счет каких ресурсов личность

удерживается в профессии, достигает в ней мастерства? Почему при одинаково высоких результатах в деятельности один человек удовлетворен ею, а другой – нет? Почему при общих объективных условиях профессиональной деятельности один профессионал чувствует себя в ней благополучным, успешным в жизни в целом, а другой – нет? Вероятно, существует некий интегративный показатель, качество личности профессионала, присущее первым и недостаточно выраженное у других.

Как отмечает С.А. Дружилов, существует некоторая совокупность свойств человека, которая обеспечивает возможность успешного освоения профессии, эффективную профессиональную деятельность и развитие профессионала. Эта совокупность свойств обозначена автором как *индивидуальный ресурс профессионального развития* человека. Он характеризует внутреннюю физическую и духовную энергию человека, его деятельную позицию, направленность на самореализацию. Важнейшей составной частью этого ресурса является профессиональная пригодность человека [9]. В результате конкретных исследований установлено, что деятельность сотрудников, не обретших необходимого профессионализма, но вынужденных выполнять работу в условиях нормальных профессиональных требований, имеет для них стрессогенный характер, а их индивиду-

альный потенциал ориентирован не на развитие, а лишь на адаптацию. При этом «экстремальный» характер ситуаций определяется не внешними факторами среды, а неготовностью «внутренних» средств субъекта труда [9].

Л.И. Анцыферова утверждает, что пристального внимания заслуживает изучение связи качества развития личности «в одной области социальной действительности (например, труде) с характеристиками развития человека в других сферах ее общественного бытия (в семье, в общении с друзьями и т.п.)» [2, с. 208]. Автор отмечает наметившуюся тенденцию к односторонности в изучении личности: внимание уделяется изучению факторов и условий, но то, как «сама личность преломляет эту системную детерминацию через свой внутренний мир», исследуется недостаточно, что «приводит к игнорированию точки зрения самого субъекта».

Л.И. Анцыферова считает наиболее продуктивным рассматривать любую деятельностную активность зрелой личности как «совмещенный способ жизнедеятельности», в иерархической структуре которой останутся сохранными и готовыми к актуализации мотивационные, целевые и операционные компоненты всех видов деятельности, реализованных человеком в течение жизни (игровой, учебной и т.д.) [1].

На наш взгляд, именно *личностное здоровье* и является характеристикой личности, которая интегрирует качества развития личности в различных областях ее бытия, отражает отношение субъекта ко всем видам ее жизнедеятельности. Критерием и основным показателем личностного здоровья является субъективное благополучие личности [19].

Предлагаемое нами понятие личностного здоровья основано на определении здоровья Всемирной организации здравоохранения, где «здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие каких-либо болезней и дефектов». Аналогичное комплексное определение представлено в «Толковом словаре психологических и психоаналитических терминов»: «здоровье – относительно устойчивое состояние, в котором личность хорошо адаптирована, сохраняет интерес к жизни и достигает самореализации».

Личностное здоровье мы рассматриваем как метасистемное качество личности, которое интегрирует в себе ресурсы личности и профессиональной деятельности, обеспечивает личности

субъективное благополучие, обуславливающее психологический комфорт, баланс мотивационно-потребностной сферы личности в системе интеграция-индивидуализация во всех сферах ее жизнедеятельности. Личностное здоровье позволяет человеку самостоятельно, осознанно регулировать, управлять своим физическим, психическим и душевным состоянием, активизировать собственные ресурсы и возможности [19].

Многочисленными исследованиями установлено, что именно профессиональная деятельность оказывает наиболее мощное (де)-формирующее воздействие на личность и приводит к закономерным различиям в профессиональных типах личности. На личностном уровне профессионализация представлена теми изменениями, которые характерны для человека при овладении им профессиями и специальностями. Изменения эти многогранны, они затрагивают как духовный мир человека, так и его внешний облик, зачастую влияют на формы его поведения, состояние здоровья и т.д.

Во-первых, профессионализация может активно детерминироваться динамикой жизненных циклов человека. Во-вторых, изменения, происходящие с личностью в ходе профессионализации, могут детерминировать и перестраивать стиль индивидуальной жизнедеятельности человека. В-третьих, между профессионализацией и жизнедеятельностью могут устанавливаться отношения компенсации: при невозможности добиться самореализации в одной сфере человек стремится компенсировать это в другой [21, с. 67-83]. Таким образом, процесс профессионализации и процесс жизнедеятельности оказываются прочно взаимосвязаны и понять их вне связи друг с другом невозможно, как и выделить доминирующее влияние того или другого процесса на личностное здоровье.

Поэтому именно изучение личностного здоровья профессионала, как метасистемной характеристики личности, позволит выйти на новый уровень обобщения характера взаимодействия, взаимовлияния личности и профессиональной деятельности; позволит отразить характер влияния личностных особенностей профессионала на все сферы жизнедеятельности личности.

Личностное здоровье, с одной стороны, свидетельствует об уровне развития личности профессионала, сформированной профессиональной идентичности, работоспособности, профессиональной надежности и безопасности, с другой

– способствует дальнейшему росту и развитию профессионала. Надежность профессионала, как известно, определяется наличием собственных и инструментальных средств по нейтрализации угроз [4]. К таким средствам относится психологическая грамотность профессионала в отношении собственных способностей, возможностей, ресурсов, рефлексия, которая выступает в качестве ресурса личностного здоровья [19].

Опираясь на позицию Ю.П. Поваренкова [17], мы считаем, что в основе детерминации личностного здоровья лежит объективное противоречие между человеком и обществом, между социально-профессиональными требованиями, условиями и реальными возможностями и притязаниями человека. Именно на основе данного противоречия человек формулирует собственные задачи профессионализации, которые могут учитывать или нег реальную ситуацию, исходить только из потребностей человека или опираться и на его возможности. Тогда фундаментом, базой формирования личностного здоровья профессионала является соответствие человека предъявляемым требованиям профессиональной деятельности и то, насколько содержание этих требований устраивает самого человека.

В современной психологической литературе процесс профессионального становления понимается как целостный динамически разворачивающийся во времени процесс от формирования профессиональных намерений до полной реализации себя в деятельности, который включает в себя компоненты как объективного (престижность профессии, ее социальная конкурентоспособность, уровень безработицы и т.д.), так и субъективного характера (отношение личности к профессии, к себе как профессионалу, выраженность профессиональных способностей, профессиональные идеалы, переживание успехов и неудач в профессиональной деятельности и т.д.).

Л.М. Митиша [16] выделяет две модели становления профессионала:

- адаптивную модель, при которой в самосознании человека доминирует тенденция к подчинению профессионального труда внешним обстоятельствам в виде выполнения предписаний алгоритмов решения профессиональных задач, правил, норм;
- модель профессионального развития, которая характеризуется способностью личности выйти за пределы сложившейся практики, превратить свою деятельность в предмет практического

преобразования и тем самым преодолеть пределы своих профессиональных возможностей.

Адаптивная модель отражает становление специалиста, который является носителем профессиональных знаний, умений и опыта. Модель профессионального развития характеризует профессионала, владеющего профессиональной деятельностью в целом, способного к ее самопроектированию и совершенствованию. Движущими силами развития специалиста являются противоречия между усложняющимися требованиями профессионального труда и индивидуальным стилем, опытом и способностями. Основная движущая сила развития профессионала – внутриличностное противоречие между «Я-действующим» и «Я-отраженным». Переживание этого противоречия побуждает профессионала к поиску новых способов самоосуществления, эффективность которого возможна в том случае, если человек рассматривает себя как деятельного субъекта, активно преобразующего мир своим профессиональным трудом. Именно уровень развития мировоззрения, степень сформированности системы взглядов на мир, общество, самого себя, глубина убеждений определяют выбор человеком места в жизни, отношение к труду и к себе как к субъекту профессиональной деятельности и собственной жизнедеятельности в целом, который, в свою очередь, определяет уровень личностного здоровья профессионала. Личностное здоровье таким образом можно рассматривать как показатель качества жизни личности.

Личностное здоровье профессионала характеризуется его активной субъектной позицией, стремлением к личностной и профессиональной самореализации, удовлетворенностью профессиональной деятельностью, что в наибольшей степени возможно при профессионализации по модели второго типа. Адаптивная же модель приводит к «довольствованию» инструментальным овладением профессиональной деятельностью, что характеризует объектную позицию специалиста. Безусловно, и такая позиция тоже может приносить удовлетворение, но удовлетворение не деятеля, а делателя.

Личностная (ценностная, эмоциональная и т.д.) «вовлеченность» человека в избранный им вид профессионального труда является, как известно, важнейшим фактором эффективного осуществления последнего, а также достижения субъектом высокого профессионального мастерства.

Но сама по себе «вовлеченность» конкретного субъекта в определенный вид труда, даже подтвержденная определенными профессиональными успехами, еще не означает, что психическое обеспечение профессиональной деятельности этого человека отвечает таким смысло-жизненным определениям, как приобщенность его к высшим общечеловеческим ценностям (истина, добро, красота). Не является такая «вовлеченность» и бесспорным свидетельством того, что в профессиональной деятельности субъект действительно реализует и развивает свой творческий потенциал (свое «высшее Я»), осуществляя тем самым и свое дальнейшее личностное развитие.

В контексте проблематики данной статьи особый интерес представляет типология профессионалов Д.Н. Завалишиной [10], схожих по параметру ценностно-эмоциональной «вовлеченности» в свой труд, но значительно различающихся по пониманию его содержания, собственных функций и перспективных целей, а также по способу его соотношения с жизнедеятельностью в целом.

Анализ исследования разных способов идентификации человека со своей профессией показал, что первый тип может быть представлен способом поверхностной идентификации. Этот тип формируется, прежде всего, в «престижных», «модных» в определенный момент времени профессиях. Субъект в этом случае очень мало знает (и не стремится узнать) о том, что составляет сущность данной профессии, какие требования она предъявляет к человеку, какая работа над собой ему предстоит. Субъект идентифицирует себя лишь с низшими атрибутами профессиональной деятельности, не углубляясь в ее истинные ценностно-смысловые определения. В результате большинство, например, эстрадных певцов, чтобы удержаться на эстраде и в «красивой жизни», идут не по трудному пути профессионального самосовершенствования и саморазвития, а по пути бесконечного нагнетания внешних эффектов (часто эпатажных) своего сценического функционирования, выдаваемого за творчество. Такой тип профессионалов можно назвать поверхностно-специализированным.

Если воспользоваться типологией модусов человеческого бытия, предложенной А.Р. Фонаревым [21], то поверхностная идентификация субъекта с профессией реализует модусы «социальных достижений» и «обладания». Движущей силой данных модусов являются эгоистические устремления человека, при удовлетворении которых он

не стесняется в средствах, в том числе преступая нравственные нормы в отношениях с другими людьми. По мнению автора, подобные модусы не только препятствуют формированию высших жизненных смыслов, что доступно лишь модусу «служения», но становятся факторами стагнации и даже регресса в профессиональном развитии человека.

Второй тип профессионалов также демонстрирует высокую «вовлеченность» в свой труд, но при этом «коллапсирует» свою жизнь в «точку» профессии, фактически «выпадая» из естественного многообразия отношений человека с миром. Этот тип широко представлен, например, в разных занятиях человека, связанных с компьютером, особенно в работе суперпрограммистов [8]. Обладая значительными познаниями в узкой сфере «компьютерного мира», этот тип профессионалов способен обеспечить высокую эффективность своего труда, но их «закрытость» от мира не способствует повышению их творческого потенциала. Для суперпрограммистов «компьютер выступает как средство создания и соавтор особого мира», а «самосознание программиста скорее релевантно мироощущению демиурга» [8, с. 120-121].

Такая «зауженность» жизненных интересов специалистов, целиком поглощенных созданием с помощью компьютера иной, виртуальной реальности, способствует формированию у субъекта особой структуры смысла жизни, которую В.Э. Чудновский назвал «монокристаллической». Вместо гармоничного иерархического взаимодействия больших и малых смыслов человеческой жизни, относящихся в том числе к разным ее сферам, «ведущий компонент иерархии становится самодовлеющим... Смысл жизни приобретает упрощенную однонаправленную структуру» [22, с. 158]. Этот тип можно назвать зауженно-специализированным.

Третий тип профессионалов представлен специалистами, не только достигшими высшего мастерства («акме») и демонстрирующими воистину смысло-жизненное к нему отношение, но формирующими качественно иное психическое обеспечение своего труда. И дело не только в большей компетентности профессионалов высокого класса, в их глубокой осведомленности обо всех аспектах своей профессиональной деятельности. Гораздо более существенными особенностями профессионалов третьего типа являются: их «открытость» человеческому универсуму,

миру, в том числе ценностям, опыту своей профессии; готовность к самообразованию, повышению квалификации; творческое отношение к своему труду; установка на совершенствование средств деятельности, что обычно характеризуется как «выход за пределы профессии», направленность на самореализацию и саморазвитие себя как профессионала (А.А. Бодалев, А.К. Маркова, Л.М. Митина).

Таким образом, понять психологическую природу мастерства невозможно вне связи «профессиональная деятельность – жизнедеятельность», поскольку к психическому обеспечению профессионального акме человека подключается вся совокупность потенциалов человека, накопленных им в разных сферах жизни.

Предлагаемый Д.Н. Завалишиной [10] подход к анализу профессионального труда, имеющего смысло-жизненное значение для человека, как к полипотребностной (полимотивированной) форме его деятельностной активности, реализуемой посредством и специфически-профессиональных компонентов, и этических, и эстетических и т.д. потенциалов его целостной жизнедеятельности, можно принять в качестве методологического основания концепции личностного здоровья профессионала в силу того, что именно такое отношение к труду способствует формированию личностного здоровья, является условием его сохранения и развития.

Говоря о личности профессионала вообще, как о сложившейся целостной системе профессиональных знаний, умений, навыков и, главное, наполнении их личностным смыслом, мы рассматриваем подготовку будущих профессионалов именно как период профессионального становления. Успешность профессионального становления, как показывают исследования, определяется следующими показателями: активностью личности; осознанностью себя как профессионала; способностью к саморазвитию; наличием профессионально важных качеств и способностей; ценностно-смысловым отношением к профессиональной деятельности; творческим подходом к осуществлению профессиональной деятельности; профессиональной компетентностью; готовностью к преодолению напряженных ситуаций, успешным выполнением поставленной задачи, которые, в свою очередь, являются показателями личностного здоровья профессионала.

В процессе профессионального обучения человек начинает осознавать то, насколько выбор

профессии соответствует его начальным представлениям и желаниям; происходит интеграция (или нет) его качеств в профессиональную направленность; формируется (или нет) профессиональное мышление; складывается (или нет) более широкая и устойчивая мотивация к будущей профессиональной деятельности.

Предполагается, что система профессиональных требований, предъявляемая к студентам высших учебных заведений, направлена на инициацию способности студентов к поиску путей жизненного и профессионального роста, стимулируя активность, творческую устремленность.

Нам представляется, что реализация вышеперечисленных задач профессионального образования – формирование личности специалиста, эффективно и успешно осуществляющего трудовую деятельность, возможна при условии понимания, осознания собственных возможностей, способностей, потребностей субъектом образовательного процесса, т.е. при условии рефлексивного, ценностного отношения к себе как к будущему профессионалу, самой личностью, ее потребностью к эффективной самореализации в жизни, а не стремлением удобно «пристроиться» за счет престижной профессии. Для личности и для общества в целом – это залог всестороннего благополучия, развития, иной путь – тупиковый, хотя и чаще встречающийся. Следовательно, существует не только необходимость, но и возможность формирования личностного здоровья профессионала непосредственно в период его профессионального становления, поскольку именно юношеский возраст сензитивен к профессиональному обучению.

Таким образом, проведенный анализ позволяет рассматривать личностное здоровье в качестве интегративного условия качества становления профессионала, его способности к саморазвитию.

Предлагаемая нами концепция личностного здоровья профессионала также позволит более эффективно организовать психологическое сопровождение профессионала на разных этапах его профессионального пути с опорой в первую очередь на внутренний потенциал субъекта. Цель психологического сопровождения состоит в самореализации потенциала субъекта труда, удовлетворении его собственных потребностей, принятии субъектом оптимальных решений в различных ситуациях не только профессионального, но и жизненного выбора.

Литература

1. Анциферова Л.И. Методологические проблемы психологии развития // Принципы развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 3-20.
2. Анциферова Л.И. Психология формирования и развития личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб., 2001.
3. Бодалев А.А. Смысл жизни и акме человека: соотношение «будничного» и «высшего Я» // Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 29-32.
4. Бодров В.А., Орлов В.Я. Психология и надежности: человек в системах управления техникой. – М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 1998. – 288 с.
5. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: учеб. пособие для вузов. – М.: ПЕР СЮ, 2001. – 511 с.
6. Деркач А.А., Кузьмина Н.В. Акмеология: пути достижения вершин профессионализма. – М., 1993.
7. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). – М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2003. – 318 с.
8. Долныкова Н.А., Чудова Н.В. Психологические особенности суперпрограммистов // Психол. журнал. – 1997. – Т. 18. – № 1. – С. 113-121.
9. Дружков С.А. Становление профессионализма человека как реализация индивидуального ресурса профессионального развития. – Новокузнецк: Изд-во ИПК, 2002. – 242 с.
10. Завалишина Л.Н. Динамика ценностно-смыслового отношения субъекта к профессиональной деятельности // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни. – М., 2001. – С. 193-203.
11. Зверев Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособие для студентов вузов. 2-е изд. перераб., доп. – М.: Академический проспект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с.
12. Иванова Е.М. Основы психологического изучения профессиональной деятельности: учеб. пособие. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987. – 208 с.
13. Климов Е. А. Психология профессионала: Избранные психологические труды. – М.: Изд-во Моск. психосоц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2003. – 456 с.
14. Кудрявцев Т.В. Психолого-педагогические проблемы высшей школы // Вопросы психологии. – 1981. – № 2. – С. 67-69.
15. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
16. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – М., 1995.
17. Поваренков О.П. Психология становления профессионала. – Ярославль, 2000.
18. Пряжников Н.С., Пряжникова, Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2003. – 480 с.
19. Сокольская М.В. Личностное здоровье профессионала. – Хабаровск: ДВГУПС, 2008. – 303 с.
20. Стрелков Ю. К. Инженерная и профессиональная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, Высшая школа, 2001. – 360 с.
21. Фонарев, А.Р. Смысл жизни как детерминанта развития личности профессионала // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 2001. – С. 204-209.
22. Чудновский В.Э. Проблема структуры смысла жизни как психологического феномена // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 2001. – С. 156-163.

Сокольская Марина Вячеславовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Дальневосточного государственного университета путей сообщения (г. Хабаровск). E-mail: mvsokolskaya@mail.ru

Sokol'skaya Marina Vyacheslavovna – candidate of psychology, associate professor of the department of psychology of Far Eastern State University of Railway (Khabarovsk). E-mail: mvsokolskaya@mail.ru

УДК 159.922.4:159.98

Т.Л. Миронова

СТРУКТУРА БУДУЩЕГО Я-ОБРАЗА У ВРАЧА-ХИРУРГА КАК СУБЪЕКТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Автор раскрывает структуру будущего профессионального Я-образа врачей-хирургов, дает описание характеристики состава, парных отношений, отношений композиции «элемент-целое», иерархической структуры будущего Я-образа врача-хирурга.

Ключевые слова: субъект деятельности, профессиональная деятельность, профессиональное развитие, профессиональное самосознание, ассоциации, профессионализм, Я-образ, самохарактеристика.

Т.Л. Mironova

THE STRUCTURE OF THE SURGEON'S FUTURE SELF-IMAGE AS THE SUBJECT OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY

In this article the author examines the structure of the surgeon's future professional self-image, characterizes the composition, twin relations, relations of the composition «element – the whole», hierarchal structure of the surgeon's future self-image.

Key words: subject of the activity, professional activity, professional development, professional self-consciousness, associations, professionalism, self-image, self-characteristics.