

Личностные ресурсы как фактор соблюдения этики психологом-консультантом

Ю. Б. Антонова¹

¹ Тюменский Государственный Университет
625003, Россия, г. Тюмень, ул. Володарского, д. 6

Сведения об авторе:

Юлия Борисовна Антонова

e-mail: stud0000081202@study.utmn.ru

© Автор (2021).

Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. В условиях современного рынка психологу-консультанту приходится сталкиваться с рядом трудностей в своей профессиональной деятельности. Ему требуется справляться с экзистенциальными вызовами, решать морально-этические задачи, противостоять эмоциональному выгоранию, на что требуется достаточное количество сил и энергии. Ресурсы личности составляют основу поддержания психического здоровья и обеспечения жизнедеятельности человека. До сих пор остаются открытыми вопросы о том, можно ли утверждать, что доступ к источнику ресурсов будет за-

труднен для тех консультантов, которые не решили свои внутриличностные проблемы, которые находятся в состоянии постоянного стресса, имеют хронические проблемы со здоровьем. К тому же неясно, каким образом недостаток ресурсов будет сказываться на жизнестойкости и волевой составляющей консультанта, его способности следовать принципам морали. Этические требования – это те предписания, которые декларируются извне, но, будучи принятыми, они сознательно усваиваются во внутренней структуре личности консультанта. Через некоторое время консультант начинает сам к себе предъявлять требования и оценивать свои действия с точки зрения этических норм и правил. Этические принципы помогают психологу определить собственную позицию, содействуют пониманию личной меры ответственности за результаты своей работы, что создает основу для доверия граждан к психологической помощи. Психологу приходится развивать внутреннюю устойчивость, чтобы поддерживать работоспособность и профессиональную вовлеченность в процессе работы. Деятельность психолога связана с постоянным личностным ростом и развитием, что способствует взаимному обучению в ходе консультирования, что помогает формированию жизнестойкости и у клиентов, с которыми работает специалист. Жизнестойкость консультанта позволяет противостоять различным вызовам и профессиональным трудностям, возникающим в рабочих условиях, сохранять спокойствие при возникновении неопределенности в межличностном взаимодействии и, соответственно, быть устойчивым к деформирующему воздействию окружающей среды в целом и трудностей профессии, в частности.

Ключевые слова: личностные ресурсы, психолог-консультант, этический кодекс психолога, жизнестойкость.

Personal resources of a psychologist consultant as a factor facilitating ethical behaviour

Yu. B. Antonova ¹

¹Tyumen State University
6 Volodarskogo Str., Tyumen 625003, Russia

Author:

Yuliia B. Antonova

e-mail: stud0000081202@study.utmn.ru

Copyright:

© The Author (2021).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. Modern market environment creates certain challenges for a psychologist consultant. Among them are existential challenges, moral and ethical issues, and a risk of emotional burnout. Dealing with all these issues requires sufficient strength and energy. Personal resources form the basis for maintaining mental health and overall functioning. It is still a matter of debate whether the consultants who have not resolved their personal issues and/or suffer from a chronic stress or a medical condition can effectively use personal resources. In addition, it is unclear how a lack of resources will affect the

consultant's resilience and volition or their ability to follow professional ethics and morality. Ethical requirements are external prescriptions. They are accepted and consciously assimilated in the internal structure of the consultant's personality. At the next stage, consultants put forward demands regarding their behaviour and assess it in terms of ethical principles and rules. Ethical principles help the psychologist to determine their own position, promote understanding of the personal measure of responsibility for the results of their work, which creates the basis for the client's confidence in psychological help. The psychologist has to develop internal resilience in order to maintain efficiency and professional involvement during sessions. The activity of a psychologist is associated with constant personal growth and development, which promotes an exchange of knowledge and mutual learning during counselling. This, in turn, helps to build hardiness in clients. Hardiness in consultants is a tool to withstand challenges and professional difficulties arising in the working environment. It helps to remain calm when uncertainty arises in interpersonal interaction and, accordingly, show resistance to the negative effects of the environment or professional difficulties.

Keywords: personal resources, consultant psychologist, ethical code of a psychologist, hardiness.

Введение

Профессия психолога связана с непосредственным взаимодействием с другими людьми, которые часто приходят за возможностью решить свои проблемы. На момент обращения к специалисту жизненно важные ресурсы человека находятся на пониженном уровне или вовсе отсутствуют. Ресурсы личности играют важную роль в сохранении здоровья и обеспечении жизнедеятельности человека. Они позволяют развивать жизнестойкость и стрессоустойчивость, преодолевать профессиональные и личностные кризисы,

удовлетворять потребности и достигать желаемого качества жизни. Изучение ресурсов личности позволяет оценить, какую роль они играют в сохранении профессиональной идентичности и следовании этических принципов и положений. В настоящее время психолог-консультант в своей работе встречается с рядом трудностей, и для поддержания внутренней устойчивости требуется немалое количество сил и энергии.

Трудность у психологов заключается в том, что существует дилемма морали справедливости и морали заботы, в ре-

зультате чего «специалисту необходимо выбрать, какому этическому принципу кодекса он будет следовать, а какой придется нарушить» (Клюева, Армашова 2016, 118). Эта дилемма возникает вследствие того, что в различных Этических кодексах не прописаны и не изучены критерии поведения консультанта в неопределенных и неоднозначных ситуациях с этической точки зрения (Митина 2011). Консультант сталкивается с трудным выбором в определении способа решения моральной дилеммы вследствие того, что невозможно оценить последствия принятого морального решения до тех пор, пока выбор не был сделан в реальной жизни. Также не существует единого и однозначно правильного решения моральной дилеммы, которая приведет к наиболее достоверному выбору. В результате этого неразрешимая моральная дилемма становится «экзистенциальным вызовом», с которым придется столкнуться специалисту в своей практике (Бадалова 2015). Поэтому консультанту с недостатком жизненных ресурсов (профессиональным выгоранием), несформированной профессиональной идентичностью и смысловой установкой, отсутствием долгосрочного образования, незнанием положений кодекса крайне сложно выдерживать экзистенциальную тревогу, неопределенность в различных обстоятельствах жизни, что может приводить к рискам нарушения принципов этики.

Данная трудность приводит к образованию проблемного поля на рынке психологических услуг. В настоящее время в России не принят закон об оказании психологической помощи, в результате наблюдается разница во взглядах людей, с базовым психологическим образованием, понимающих ответственность профессии, и людей, которые не имеют такового и могут пренебрегать этическими принципами. Также из-за размытости и неоднозначности терминологии этического кодекса, отсутствия единых критериев и стандартов, регулирующих деятельность консультантов, создаются условия для людей, прохо-

дящих краткосрочные курсы и начинающих оказывать психологические услуги населению.

В итоге возникают противоречия между представлениями у консультантов, которые изучили нормы этики, интериоризировали их в структуру личности и им следуют, и представлениями людей, которые прошли краткосрочные курсы. Такие специалисты могут формально получить знания, начать свою практику, декларировать принципы, но им не следовать, что приводит к рассогласованности в их поступках. В результате культивируются мифы относительно психологической помощи, снижается уровень доверия населения.

Целью данного исследования является изучение влияния личностных ресурсов и их компонентов (жизнестойкость, результатность, локус контроля, толерантность к неопределённости и др.) на этическое поведение и волевые компоненты личности.

Исследования показывают, что истощение ресурсов приводит к тому, что «люди, осуществляющие волевой контроль своего поведения в одной сфере, могут ослаблять саморегуляцию в других областях жизнедеятельности и становиться менее эффективными в прочих задачах саморегуляции (еда, сон и пр.)» (Сергиенко 2009). Стоит отметить, что существует разница между понятиями «личностный ресурс» и просто «ресурс». На данный момент определение термина «ресурс» расплывчато, поскольку носит междисциплинарный характер. В литературе можно найти множество определений понятия «личностные ресурсы», в частности, под ними понимают «индивидуальные особенности, в зависимости от которых задачи мобилизации, адаптации к стрессовой ситуации, ее преодоления и предотвращения неблагоприятных последствий решаются легче или, напротив, труднее» (Леонтьев 2010, 42). К ним относят такие качества, как *оптимизм, самооффективность, жизнестойкость, локус контроля и пр.* (Леонтьев 2011). Такой компонент, как *жизнестойкость*, является одним из важнейших в личности психолога, что позволяет ему

поддерживать работоспособность и профессиональную вовлеченность в процесс работы, помогает предотвратить эмоциональное выгорание. Поскольку профессия психолога-консультанта предполагает постоянное развитие специалиста, то это благоприятствует обмену опытом и обучению во время консультирования, что помогает повысить жизнестойкость и у клиентов, с которыми работает специалист. Высокие показатели жизнестойкости у консультантов позволяют им выдерживать экзистенциальную тревогу, неопределенность в различных обстоятельствах жизни, получать больше удовольствия от своей деятельности, быть устойчивыми к глубинному переживанию кризисов (Юдина 2011), и, соответственно, быть устойчивым к деформирующим воздействиям среды в целом и профессиональным трудностям в частности. Жизнестойкость включает в себя: 1) вовлеченность (включенность) в процесс жизни; 2) внутренний локус контроля (сила воли); 3) принятие риска и «вызовов» жизни (Иванова 2016).

Психолог-консультант воздействует на клиента своей личностью, поэтому изучение Я-концепции и самосознания консультанта дает понимание, какие ценности, убеждения он транслирует во внешний мир, какими смыслами наполняет свои высказывания. Этические требования являются теми общечеловеческими ценностями, предписаниями, которые декларируются извне. Будучи принятыми, они осознанно интериоризируются во внутреннюю структуру личности консультанта и составляют его *Я-концепцию*, которая представляет собой «совокупность всех представлений индивида о себе и включает убеждения, оценки и тенденции поведения» (Михайличенко 2015, 50). Она определяет не то, что собой представляет индивид, а что он о себе думает, как смотрит на свое деятельное начало и возможности развития себя в будущем. Я-концепция проявляется у человека в процессе взаимодействия с социумом и другими людьми. Более того, такие компоненты

личности психолога, как профессиональная идентичность и смысловая установка, формируются в среднем в течение первых двух лет обучения в вузе. Становление установки происходит по мере вхождения в новую учебную общность и развития отношения к будущей профессии. Со временем студенты начинают относиться к профессии психолога как смыслозначимой ценности, начинают более адекватно оценивать свои возможности как консультанты, повышается уровень самоуважения. Постепенно развивается и личность студентов (Алимов 2005). Вместе с тем происходит планомерное усвоение этических норм и их интериоризация, после чего человек начинает сам к себе предъявлять требования и оценивать свои поступки с точки зрения норм этики. «В результате интериоризации предъявляемых требований, развития способности к предвидению последствий своих действий приобретает такую важную личностную характеристику как *ответственность*» (Доценко 2009, 339).

Таким образом, следует понимать, что краткосрочные курсы и переподготовка не дают возможности для полноценного формирования профессиональной идентичности, критического мышления, оценки последствий морально-этического выбора.

Ещё одним «вызовом», с которым сталкивается психолог-консультант, на который расходуются личностные ресурсы, является работа с клиентом, разочаровавшимся в качестве психологической помощи. В интервью большинство практикующих психологов отмечали, что на консультативную работу с таким клиентом потребуются больше сил, времени и ресурсов «из-за страха, что ничего уже не решить и у такого клиента не будет веры в себя и психолога». Доверие является одним из ключевых факторов, способствующих самораскрытию клиента. Так, в исследовании Е. В. Тарасовой и А. Д. Черёмухина (Тарасова, Черёмухин 2017) было обнаружено, что в терапевтическом альянсе клиенты чаще упоминают не знания и навыки консультанта быть чутким и эмпатичным,

а такую этическую ценность, как *конфиденциальность*, которая будет располагать к установлению доверия и обеспечить безопасность для клиента. Это понимают коллеги с опытом практики, которые считают, что в первую очередь важны доверие, «деликатность и следование букве официальных документов», тогда риски нарушения принципов будут сведены к минимуму (Тарасова, Черёмухин 2017, 41). О низком уровне доверия граждан профессии психолога свидетельствуют данные фонда «Общественное мнение» (ФОМ) (статья «Психологическая помощь и поддержка» от 18 марта 2019 года). Большинство россиян (78%) не считают нормальным обращение за помощью к специалисту: 71% людей полностью исключают помощь психолога, аргументируя это тем, что «для этого нет никакой потребности», только 24% участников допускают такую возможность. Люди говорят о том, что способны сами справляться со своими проблемами, а большинство просто не доверяют психологам. Из данных статистики можно сделать вывод, что большинство граждан нашей страны не занимаются профилактикой своего психического здоровья, не отводят внимание психогигиене. Такая ситуация может быть обусловлена тем, что из-за большого числа людей, оказывающих психологическую помощь, граждане попросту не доверяют консультантам.

Материалы и методы

Теоретический обзор литературных источников. Структурированное интервью практикующих психологов о трудностях, встречающихся в профессиональной работе.

Результаты и их обсуждение

В исследовании приняли участие девять практикующих психологов с базовым

психологическим образованием. Они акцентировали внимание на трудностях работы с клиентом, который имел негативный опыт взаимодействия с психологом и разочаровался в качестве психологических услуг. Трудности в консультировании такого клиента могут быть связаны с его сопротивлением, в основе которого лежат страх, что ничего уже не решить; отсутствие веры в себя и психолога; неодобрительное отношение к психологической службе в целом; недоверие клиента к психологу, нежелание работать, агрессия. Большинство психологов отмечали, что на консультативную работу с таким клиентом потребуется больше сил, времени и ресурсов.

Выводы

Личностный рост и постоянное развитие способствует плодотворной работе консультанта, которому требуется периодически уделять внимание личной психогигиене. Психологу требуется проявлять устойчивость и уверенность в своих действиях, осознавать последствия своего выбора, уметь выстраивать и поддерживать длительные отношения, не торопиться и не торопиться. Такие критерии, как ответственность, уважение, конфиденциальность, компетентность, прописаны и закреплены в этическом кодексе психолога, но из-за расплывчатой и двусмысленной терминологии, принципы могут толковаться неоднозначно. Это может привести к двойным стандартам и множественным трактованиям, что создает поле для деятельности разного рода специалистов, работу которых невозможно регулировать, из-за чего снижается уровень доверия граждан к профессии психолога. Остается надеяться на моральную устойчивость, ответственность практикующих психологов, которые смогут удержать этот крен и с помощью личных ресурсов придерживаться норм этики, сохраняя качество услуг на должном уровне.

Литература

- Алимов, А. А. (2005) *Становление смысловой профессиональной установки в учебной деятельности студентов-психологов. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психол. наук.* М., Балашовский филиал СНГИУ им. Н. Г. Чернышевского, 28 с.
- Бадалова, М. В. (2015) Моральные дилеммы в деятельности практического психолога: подходы к разрешению. *Первый независимый научный вестник*, №1, с. 128–132.
- Доценко, Е. Л. (2009) *Психология личности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии.* Тюмень: Изд-во Тюменского гос. ун-та, 511 с.
- Иванова, Т. Ю. (2016) *Функциональная роль личностных ресурсов в обеспечении психологического благополучия. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психол. наук.* М., МГУ им. М. В. Ломоносова, 206 с.
- Клюева, Н. В., Армашова, А. Б. (2016) Основные проблемы этической составляющей профессиональной деятельности психолога-консультанта в современной России. *Педагогический имидж. Психологические науки*, №4 (33), с. 115–123.
- Леонтьев, Д. А. (2010) Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов. В кн.: *Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. Материалы II Международной научно-практической конференции, том 2.* Кострома: КГУ, с. 40–45.
- Леонтьев, Д. А. (2011) *Личностный потенциал: структура и диагностика.* М.: Смысл, 680 с.
- Митина, О. А. (2011) *Психологические детерминанты развития профессионального самосознания психологов социальной сферы. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психол. наук.* Тамбов, ТГУ им. Г. Р. Державина, 23 с.
- Михайличенко, В. Е. (2015) *Психология развития личности.* Х.: НТУ «ХПИ», 388 с.
- Сергиенко, Е. А. (2009) Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции. *Психологические исследования: электрон. науч. Журн.*, № 5 (7). [Электронный ресурс]. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2009n5-7/223-sergienko7.html> (дата обращения 25.06.21).
- Тарасова, Е. В., Черемухин, А. Д. (2017) Представления психологов-консультантов об этических ценностях, профессиональной устойчивости и жизнеспособности в деятельности. *Universum: психология и образование*, № 4 (34), с. 38–43.
- Юдина, Е. В. (2011) Исследование жизнестойкости у студентов-психологов. *Педагогика и психология образования*, № 3, с. 105–109.

References

- Alimov, A. A. (2005) *Stanovleniye smyslovoy professional'noy ustanovki v uchebnoy deyatel'nosti studentov-psikhologov [Formation of a semantic professional attitude in the educational activities of psychology students]. PhD thesis (Psychology).* Moscow, Balashov Institute (branch) of the Saratov National Research State University named after N. G. Chernyshevsky, 28 p. (In Russian)
- Badalova, M. V. (2015) *Moral'nyye dilemmy v deyatel'nosti prakticheskogo psikhologa: podkhody k razresheniyu [Moral dilemmas in the work of a practical psychologist: approaches to resolution]. Pervyy nezavisimyy nauchnyy vestnik — The first independent scientific bulletin*, no. 1, pp. 128–132. (In Russian)
- Dotsenko, Ye. L. (2009) *Psikhologiya lichnosti: uchebnoye posobiye dlya studentov vysshikh uchebnykh zavedeniy, obuchayushchikhsya po napravleniyu i spetsial'nostyam psikhologii [Psychology of personality: a textbook for students of higher educational institutions studying in the direction and specialties of psychology].* Tyumen': Tyumenskiy Gosudarstvennyy Universitet Publ., 511 p. (In Russian)
- Ivanova, T. Yu. (2016) *Funktsional'naya rol' lichnostnykh resursov v obespechenii psikhologicheskogo blagopoluchiya [The functional role of personal resources in ensuring psychological well-being]. PhD dissertation (Psychology).* Moscow: Moscow State University named after M.V. Lomonosov Publ., 206 p. (In Russian)
- Klyuyeva, N. V., Armashova, A. B. (2016) *Osnovnyye problemy eticheskoy sostavlyayushchey professional'noy deyatel'nosti psikhologa-konsul'tanta v sovremennoy Rossii [The main problems of the*

- ethical component of the professional activity of a consultant psychologist in modern Russia]. *Pedagogicheskiy imidzh. Psikhologicheskiye nauki — Pedagogical image. Psychological Sciences*, no. 4 (33), pp. 115–123. (In Russian)
- Leont'yev, D. A. (2010) Psikhologicheskiye resursy preodoleniya stressovykh situatsiy: k utocnениyu bazovykh konstruktov [Psychological resources for overcoming stressful situations: to clarify the basic constructs]. *Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya v sovremennom rossiyskom obshchestve. Materialy II Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii [Psychology of stress and coping behavior in modern Russian society. Materials of the II International Scientific and Practical Conference]*, vol. 2. Kostroma: KSU Publ., pp. 40–45. (In Russian)
- Leont'yev, D. A. (2011) *Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika [Personal potential: structure and diagnosis]*. Moscow: Smysl Publ., 680 p. (In Russian)
- Mitina, O. A. (2011) *Psikhologicheskiye determinanty razvitiya professional'nogo samosoznaniya psikhologov sotsial'noy sfery [Psychological determinants of the development of professional self-awareness of social psychologists]*. PhD Thesis (Psychology). Tambov: Tambov State University named after G. R. Derzhavin, 23 p. (In Russian)
- Mikhaylichenko, V. Ye. (2015) *Psikhologiya razvitiya lichnosti [Personality Development Psychology]*. Kharkov: NTU "Kharkov Polytechnic Institute" Publ., 388 p. (In Russian)
- Sergiyenko, Ye. A. (2009) Kontrol' povedeniya: individual'nyye resursy sub'yektnoy regul'yatsii. *Psikhologicheskiye issledovaniya: elektronnyy nauchnyy zhurnal*, № 5(7). [Online]. Available at: <http://psys-tudy.ru/index.php/num/2009n5-7/223-sergienko7.html> (accessed 25.06.2021). (In Russian)
- Tarasova, Ye V., Cheremukhin A. D. (2017) Predstavleniya psikhologov-konsul'tantov ob eticheskikh tsennostyakh, professional'noy ustoychivosti i zhiznesposobnosti v deyatel'nosti [Counseling psychologists' perceptions of ethical values, professional stability and vitality in activities]. *Universum: psikhologiya i obrazovaniye —Universum: psychology and education*, no. 4 (34), pp. 38–43. (In Russian)
- Yudina, Ye. V. (2011) Issledovaniye zhiznestoykosti u studentov-psikhologov [Research on resilience in psychology students]. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya — Pedagogy and Psychology of Education*, no. 3, pp. 105–109. (In Russian)