

УДК 159.923, 331.54, 159.9.072

КРИЗИСЫ РАЗВИТИЯ СУБЪЕКТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА НАЧАЛЬНЫХ ЭТАПАХ ПРОФЕССИОНАЛИЗАЦИИ

Л. А. Головей

В статье излагаются результаты исследования кризисов профессионального развития на этапах выбора профессии, профессионального обучения и на начальном этапе профессиональной деятельности. Использовалась комплексная программа методов, направленных на изучение показателей учебного и профессионального развития, выраженности кризисных переживаний, свойств личности и стратегий совладающего поведения. Выборку составили учащиеся старших классов, студенты вузов, начинающие профессионалы. Всего 1500 человек в возрасте от 15 до 28 лет. Исследование выявило высокую распространенность кризисов на всех изученных этапах профессионального развития. Установлено, что содержание и выраженность кризисных переживаний определяются этапом развития, личностными ресурсами, социальной ситуацией развития. Показана возрастающая значимость этапа выбора профессии для последующих этапов профессионального развития.

Ключевые слова: профессиональное развитие, субъект деятельности, личность, ресурсы совладания, кризис.

Проблема разработки категории субъекта деятельности в отечественной психологии связана с именами Д.Н. Узнадзе, С.Л. Рубинштейна, Б.Г. Ананьева, Е.А. Климова. Но именно в трудах Б.Г. Ананьева (1967) и Е.А. Климова (1998, 2007) она получила наибольшую конкретизацию.

Е.А. Климов в своих работах подчеркивал, что профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей жизни человека и захватывает детские и взрослые периоды развития.

Головей Лариса Арсеньевна — доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой психологии развития и дифференциальной психологии ф-та психологии Санкт-Петербургского государственного университета. *E-mail:* lgolovey@yandex.ru

Работа выполнена при поддержке РГНФ (проект № 10-06-00490а).

Ему принадлежит одна из первых периодизаций профессионального развития, охватывающая все периоды онтогенеза, в которой он выделил его этапы и охарактеризовал задачи каждого из них. В следующих работах было показано, что на каждой возрастной стадии профессиональное и личностное становление отличаются своим содержанием и динамикой (Головей, 2009; Головей и др., 2015; Зеер, 2003; Митина, 2014). Процесс профессионального развития порождает субъективные и объективные трудности, межличностные и внутриличностные конфликты. Он зачастую сопровождается кризисами, выход из которых может быть как продуктивным, позволяющим перейти на новый уровень профессионального развития, так и деструктивным, нарушающим целостность личности и ее адаптацию к среде.

В исследованиях было показано, что ситуации профессиональных кризисов характеризуются снижением удовлетворенности профессиональной деятельностью, отсутствием стремления к самореализации, снижением резервных восстановительных возможностей организма, эмоциональной устойчивости, увеличением тревожности, беспокойства. Наряду с этим отмечается снижение инициативности, адекватности в межличностном общении, и повышение уровня проявлений синдрома «эмоционального выгорания» (Головей, Петраш, 2007).

Задачи профессионального развития и преодоления профессиональных кризисов можно рассматривать как сложные жизненные задачи, которые требуют мобилизации ресурсов личности, включающих индивидуально-личностные свойства человека, совладающее поведение и поддержку ближайшего окружения. Следует отметить, что на сегодняшний день особенности протекания кризисов профессионального развития, характер кризисных переживаний и ресурсы преодоления кризисов остаются недостаточно изученными. Учитывая роль начальных этапов профессионализации для всей последующей деятельности человека, сотрудники кафедры психологии развития и дифференциальной психологии СПбГУ на протяжении последних лет предприняли эмпирические исследования кризисов профессионального развития на этапе выбора профессии, профессионального обучения и на этапе начала профессиональной деятельности¹.

Для изучения характеристик и показателей профессионального развития использовались методы изучения профессиональной

¹ В проведении исследования участвовали М.Д. Данилова, М.Ю. Дербенева, Н.А. Александрова, Л.В. Рыкман, В.Р. Манукян, М.Д. Петраш.

направленности личности, уровня сформированности профессионального самоопределения, удовлетворенности профессиональным обучением и деятельностью, эмоционального выгорания и эмоционального отношения к профессиональному будущему. Для изучения индивидуально-психологических характеристик и ресурсов совладания использовался методический комплекс, включающий исследование особенностей саморегуляции, планирования и целеполагания, уровня субъективного контроля, характерологических особенностей личности, характеристик самореализации и самоактуализации, совладающего поведения, показателей здоровья и психофизиологического функционирования. Для изучения кризисных переживаний использовалась специально разработанная анкета. Исследование было выполнено на выборках старшеклассников, студентов высших профессиональных учебных заведений, начинающих профессионалов. Общий объем выборки более 1500 человек в возрасте от 15 до 28 лет.

Изучение *этапа профессионального выбора* позволило выявить уровневые и содержательные характеристики профессионального самоопределения. Привлечение метода регрессионного анализа определило в качестве предиктора сформированности профессионального выбора сочетание показателей высокого уровня развития познавательных интересов, учебной успешности и познавательной активности. Было установлено, что низкий уровень информированности о профессиональном мире соотносится с неопределенным статусом профессиональной идентичности, при котором проблема профессионального самоопределения не только не решается, но и не осознается. Оказалось, что кризис профессионального развития в подростковом и начале юношеского возраста проявляется в слабой сформированности профессиональных планов, неопределенности путей профессионализации, в недостаточной информированности и плохой ориентации в мире профессий, в доминировании внешних мотивов выбора профессии, в диффузном характере статуса профессиональной идентичности, в неустойчивости типа ведущей профессиональной направленности. В качестве личностных ресурсов для выхода из кризиса профессионального самоопределения на этапе выбора профессии выступают позитивное эмоциональное отношение к профессиональному будущему (интерес, оптимизм и уверенность), стремление к самостоятельности и принятие ответственности за выбор, а также копинг-стратегии, поиск социальной поддержки и принятие ответственности. В качестве внешнего ресурса выступают сплоченность семьи, демократический стиль воспитания, расширенный характер семьи. Подростки из таких

семей демонстрируют достоверно более высокий уровень умения планировать свое будущее, большую автономность, независимость от родителей, самостоятельность в принятии решений, ответственность за это решение; выбор не вызывает у них тревоги и негативных эмоций, у них более сформирован и детально продуман профессиональный план и пути получения профессии.

Изучение кризисов профессионального развития *на этапе профессионального обучения* проводилось на выборах студентов высших профессиональных учебных заведений технического, экономического, гуманитарного профилей, обучающихся на 1, 3, 5-м курсах. Исследование показало, что от первого к пятому курсу значительно снижается уверенность в правильности выбора профессии. Если на 1-м курсе уверены в правильности своего выбора 48.4%, на 3-м — 46.3%, то на 5-м курсе — только 34.4% студентов. Было выявлено, что характер и выраженность кризисных переживаний различаются у студентов разных курсов. На 1-м курсе кризис переживает большая часть студентов (68%). Он выражается в переживаниях биографического характера, связанных с трудностями определения перспектив развития и сожалением об упущенных возможностях, а также с трудностями учебно-профессиональной адаптации. Кризис первокурсника проявляется в снижении удовлетворенности учебной деятельностью, усталости и напряженности. На 5-м курсе кризис профессионального развития интенсивно переживают около половины (51.4%) студентов. Наиболее выраженными являются переживания планирования собственной жизни в целом, существенно усиливаются (по сравнению с 3-м курсом) переживания относительно своего профессионального будущего: возрастает тревожность, снижаются интерес и уверенность в правильности выбора профессии, удовлетворенность и стремление к самореализации в учебно-профессиональной деятельности. Снижается способность к восстановлению психофизиологического потенциала, что говорит о возросшем утомлении и напряжении студентов. Наименее выражен кризис профессионального развития у студентов 3-го курса: 44.3% из них интенсивно переживают кризис, но выраженность кризисных переживаний в целом ниже, чем на 1 и 5-м курсах. Показатели учебно-профессионального развития (удовлетворенность учебной деятельностью и возможностями самореализации в профессиональном обучении, позитивное отношение к профессиональному будущему) имеют максимально высокие значения. Однако происходит нарастание тревожности относительно профессионального будущего и снижение уверенности в правильности выбора профессии по сравнению с 1-м курсом.

Изучение ресурсов профессионального развития студентов на разных этапах обучения в вузе выявило их различие в зависимости от курса обучения. Основными личностными ресурсами, способствующими хорошей адаптации первокурсников, удовлетворенности выбором, являются направленность на ценности самоактуализирующейся личности, на саморазвитие и самосовершенствование, а также высокое самоуважение и ощущение собственной ценности. Важную роль также играют эмоциональная устойчивость и уверенность в своих силах.

На 3-м курсе успешность профессионального развития в большей степени определяется характеристиками профессионального выбора и обучения (наличие профессионального плана при поступлении, знания о профессии, изменение отношения к профессии за время обучения, самореализация в процессе обучения, удовлетворенность профессиональным выбором), чем личностными качествами. В качестве личностного ресурса устойчивого профессионального развития выступают самоконтроль, способность к волевой регуляции поведения.

На 5-м курсе изменяется характер кризиса профессионального развития и ресурсы его преодоления. Успешность профессионального развития, так же как и на 3-м курсе, в большей степени определяется характеристиками профессионального выбора и обучения, чем личностными качествами. Очевидно, что параметры выбора профессии становятся более значимыми ресурсами профессионального развития на последних курсах обучения, и эффект неправильного выбора более ощутим к концу обучения. В качестве личностных ресурсов профессионального развития выступают: сформированный самоконтроль, стремление к самореализации, самоуважение, широта сфер самореализации и такие копинг-стратегии, как самоконтроль, планирование решения проблемы.

Для изучения содержания и факторов возникновения кризисов **на этапе начала профессиональной деятельности** была исследована группа взрослых в возрасте 20—28 лет, в которую вошли представители разных профессий со стажем работы по профессии от 3 до 5 лет. Исследование выявило наличие выраженных кризисных переживаний у трети (35%) работающих профессионалов. Наиболее актуальные переживания связаны с неопределенностью, непредсказуемостью будущего, с трудностями определения направлений развития в будущем, с невозможностью совмещения двух одинаково важных потребностей, целей, с ощущением сильной усталости, отсутствием энергии для активной деятельности. Специфическим признаком проявления кризиса является снижение психофизио-

логического потенциала восстановления. Изучение выраженности кризисных переживаний в группах с разной профессиональной направленностью выявило наибольшую выраженность кризисной симптоматики у представителей профессий художественного типа (художники, искусствоведы, фотографы).

Исследование личностных ресурсов, способствующих снижению силы кризисных переживаний и преодолению кризиса профессионального развития, позволило отнести к ним такие качества личности, как самоуважение, самопринятие, креативность, ориентация во времени, познавательные потребности, а также стратегии совладающего поведения «поиск социальной поддержки» и «планирование решения проблемы».

Отдельно следует остановиться на возрастающей в процессе профессионального развития роли этапа выбора профессии. Это проявилось в том, что к моменту окончания профессионального обучения и начала профессиональной деятельности такие факторы, как наличие профессионального плана при поступлении, знания о профессии в момент выбора, самооценка серьезности выбора, начинают играть более значимую роль в предотвращении и успешном преодолении кризисов профессионального развития, чем личностные ресурсы. Именно с этими показателями обнаружено наибольшее количество связей параметров позитивного профессионального развития. Это позволяет говорить о том, что обоснованный и осознанный выбор профессии становится ресурсом профессионального развития и определяет отношение к профессии и профессиональному обучению, стремление к самореализации, позитивное эмоциональное отношение к профессиональному будущему. По существу обоснованный выбор профессии становится ресурсом личности на последующих стадиях профессионального развития.

Исследование показало, что в процессе профессионального развития, так же как и в онтогенетическом развитии, возникают кризисы, преодоление которых является важнейшим фактором позитивного профессионального функционирования личности. Содержание и выраженность кризисных переживаний на каждом из изученных этапов профессионального развития (выбора профессии, профессионального обучения, начала профессиональной деятельности) различаются и определяются этапом развития, личностными ресурсами, социальной ситуацией развития (семейными факторами). Решающую роль в профессиональном развитии играет этап выбора профессии, значимость которого возрастает на этапах, более отдаленных от момента выбора.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Ананьев Б.Г. Психологическая структура человека как субъекта // Человек и общество / Под ред. Б.Г. Ананьева. Вып. 2. Л.: ЛГУ, 1967.

Головей Л.А. Психология профессионального развития. СПб.: СПбГУ, 2009.

Головей Л.А., Данилова М.В., Рыкман Л.В. и др. Профессиональное развитие личности: начало пути (Эмпирическое исследование). СПб.: Нестор-История, 2015.

Головей Л.А., Петраш М.Д. К проблеме становления субъекта деятельности // Психология самореализации личности / Отв. ред. Л.А. Коростылева. СПб.: СПбГУ, 2007. С. 23—35.

Зеер Э.Ф. Психология профессий. М.: Академический проект, 2003.

Климов Е.А. Введение в психологию труда. М.: ЮНИТИ, 1998.

Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2007.

Митина Л.М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования. М.: Нестор-История, 2014.

Поступила в редакцию 10.10.2016

Принята к публикации 01.11. 2016

THE CRISES OF THE SUBJECT OF ACTIVITY
IN THE EARLY STAGES OF PROFESSIONALIZATION

Larisa A. Golovey

Saint Petersburg State University, Faculty of Psychology, Saint Petersburg, Russia

Abstract: The article presents the results of a study of professional development stages of crises in the choice of profession, vocational training, and at the initial stage of professional activity. We used the methods of a comprehensive program aimed at studying the performance of educational and professional development, the severity of the crisis experiences, personality traits and coping strategies. The sample included high school students, university students, and budding professionals. In total 1,500 people aged 15 to 28 years old. The study revealed a high prevalence of crises in all the studied stages of professional development. The content and extent of the crisis is determined by the stage of development experiences, personal resources, and social situation of development. It is shown that increasing the importance of the choice of profession stage for the subsequent stages of professional development.

Key words: professional development, the subject of activities, personality, coping resources, crisis.

References:

Anan'ev, B.G. (1967) *Psikhologicheskaya struktura cheloveka kak sub'ekta*. In B.G. Anan'ev (ed.) *Chelovek i obshchestvo* [Human and society]. Vol. 2. Leningrad: LGU.

Golovey, L.A. (2009) *Psikhologiya professional'nogo razvitiya* [Psychology of professional development]. St. Petersburg: SPbGU.

Golovey, L.A., Danilova, M.V., Rykman, L.V. et al. *Professional'noe razvitie lichnosti: nachalo puti (Empiricheskoe issledovanie)* [Professional development of the personality: the beginning (an Empirical study)]. St. Petersburg: Nestor-Istoriya.

Golovey, L.A., Petrash, M.D. (2007) K probleme stanovleniya sub'ekta deyatelnosti. In L.A. Korostyleva (ed.) *Psikhologiya samorealizatsii lichnosti* [The psychology of self-realization] (pp. 23—35). St. Petersburg: SPbGU.

Klimov, E.A. (1998) *Vvedenie v psikhologiyu truda* [Introduction to psychology of labor]. Moscow: YuNITI.

Klimov, E.A. (2007) *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of professional self-determination]. Moscow: Akademiya.

Mitina, L.M. (2014) *Psikhologiya lichnostno-professional'nogo razvitiya sub'ektov obrazovaniya* [Psychology of personal and professional development of subjects of education]. Moscow: Nestor-Istoriya.

Zeer, E.F. (2003) *Psikhologiya professiy* [Psychology of professions]. Moscow: Akademicheskij proekt.

Original manuscript received October, 10, 2016

Revised manuscript accepted November, 01, 2016