

## МЕТОДЫ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ В РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА

©2010 А.Ф.Шаймуратова

Стерлитамакская государственная педагогическая академия

Статья поступила в редакцию 30.10.09.

Представлены профессионально важные качества различных специалистов. Целенаправленное развитие качеств с помощью методов гештальт-терапии позволяет обеспечить профессиональную самоактуализацию личности.

Ключевые слова: профессионально важные качества, самоактуализация, гештальт-терапия.

Профессиональная подготовка специалиста на сегодняшний день все больше связывается не только с овладением им системой знаний и умений по учебным предметам, но и с целенаправленным развитием профессионально-значимых качеств его личности, позволяющих будущему специалисту добиться успехов в своей профессиональной деятельности. При этом в числе имеющихся особенностей личности студентов могут быть и такие, которые значительно снижают эффективность овладения будущей профессией и требуют целенаправленной коррекционно-развивающей работы. На всех этапах своего профессионального становления человек действует под влиянием двух групп факторов: субъективных и объективных. Субъективные факторы – это имеющиеся у конкретного человека задатки и способности, индивидуально-психологические свойства и особенности, его мотивация и уровень притязаний, самооценка, психологическая защита от ошибок и неудач. Объективные факторы – это требования, нормы и ограничения, выдвигаемые со стороны профессии к его труду и наличию у него определенных свойств и особенностей: профессиональных знаний, умений и навыков, профессионально важных качеств<sup>1</sup>. Успехи в деятельности обуславливаются соответствием этих двух групп факторов. В качестве субъективных факторов, обуславливающих успех в деятельности, выступают, как известно, «профессионально важные качества» (ПВК), которые трактуются в научной литературе неоднозначно. Так, В.Д.Шадриков понимает профессионально важные качества как индивидуальные качества субъекта профессиональной деятельности, влияющие на продуктивность (производительность, качество, результативность и др.), эффективность этой деятельности и успешность ее освоения<sup>2</sup>. Со-

гласно Е.П.Ильину, профессионально важные качества – это функциональные качества и личностные особенности человека, которые способствуют успешному выполнению данной профессиональной деятельности. Функциональное качество – наличный уровень проявления какой-либо функциональной возможности человека, базирующейся на той или иной способности независимо от того, чем этот уровень обусловлен: природными ли особенностями, их развитием или знаниями и умениями их использования, т.е. опытом<sup>3</sup>.

ПВК принято подразделять на следующие группы: психомоторные, сенсорные и перцептивные, аттенционные, мнемические, имагинативные, мыслительные и эмоционально-волевые<sup>4</sup>. Важно отметить также, что к ПВК относят едва ли не все особенности личности (мотивация, направленность, смысловая сфера, характер и др.), психофизиологические особенности (темперамент, особенности высшей нервной деятельности и сенсорных систем), особенности психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения) человека. Развитие ПВК изучалось у представителей многих профессий: сборщиц полупроводниковых приборов и токарей (Р.В.Шрейдер), операторов-наблюдателей (С.С.Бубнова), операторов-сортировщиков и шлифовщиков (В.Д.Шадриков, В.Н.Дружинин), диспетчеров пожарной службы (Б.И.Беспалов), врачей (М.В.Клищевская, Г.Н.Солнцева), учеников-электросварщиков (В.Л.Шкаликов), курсантов-летчиков (В.А.Бодров, Ю.Э.Писаренко); на этапе обучения – у студентов колледжа – социальных педагогов (Т.И.Волкова), студентов-рекламистов (Ю.А.Бурмакова), студентов-психологов (В.А.Бодров, Е.А.Климов, В.Л.Маришук, В.Д.Шадриков). Разные сферы профессиональной деятельности требуют различных сочетаний про-

<sup>0</sup> Шаймуратова Альбина Фанавиевна, аспирант кафедры психологии. E-mail: [sacura126@rambler.ru](mailto:sacura126@rambler.ru)

<sup>1</sup> Самоужина Н.В. Психология профессиональной деятельности. – СПб: 2004.

<sup>2</sup> Шадриков В.Д., Дружинин В.Н. Формирование подсистемы профессионально важных качеств в процессе профессионали-

зации // Проблемы индустриальной психологии. – Ярославль: 1979. – С. 3 – 18.

<sup>3</sup> Ильин Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности. – СПб.: 2008.

<sup>4</sup> Дмитриева М.А., Крылов А.А., Нафтальев А.И. Психология труда и инженерная психология. – Л.: 1979.

фессионально важных качеств, хотя имеется ансамбль общих универсальных качеств, обеспечивающих успешность в рамках любой профессии. К таким качествам относят внимательность, профессиональную аккуратность, добросовестность, наблюдательность, разные виды памяти, практическое мышление, ответственность, настойчивость, целеустремленность, интерес к профессии, дисциплинированность и др.

Профессионально важные качества, необходимые для быстрого и точного освоения и выполнения трудовой деятельности, определяемые специальными способностями и способами действий, именуются специальными. Они характерны только для определенной профессии или ряда смежных профессий. Для успешного решения какой-либо профессиональной задачи человек должен обладать не простым набором отдельных ПВК, а их системой, которая у разных профессионалов может не совпадать по составу, структуре, степени выраженности и пр. Степень развития системы ПВК определяет соответствие профессионала требованиям профессии. Профессионально-важные качества независимо от их вида обязательно связаны с результативными показателями и отражают специфику профессиональной деятельности<sup>5</sup>. Так, Е.А.Климовым предложены необходимые ПВК с позиции типов профессий. Например, для профессий типа «человек – художественный образ» желательны: образное мышление; образная память; пространственные представления; координация движений; мышечно-кинестетическая чувствительность; энергетическая заряженность; аккуратность. Высокий профессионализм в этих областях предполагает также наличие у человека высокой общей культуры, эмоциональной восприимчивости, сенситивности в восприятии звуков, цвета, ритмики, пластики<sup>6</sup>. Разные авторы предлагают свой набор профессионально важных качеств представителей различных профессий. Так, в ряде исследований актеров и студентов, обучающихся актерскому мастерству, выявлены следующие для них личностные характеристики. По данным В.В.Близовой и М.Н.Шевцова, студенты отделения театральной режиссуры имеют более высокий нейротизм и, следовательно, большую эмоциональную нестабильность, чем студенты университета. А.Н.Доценко и Б.В.Тихонов выявили личностные особенности успешных и неуспешных студентов-актеров. Успешные характеризовались большей интеллектуальностью, импульсивностью, смелостью, направленностью на себя, высокой тревожностью и стрессоустойчивостью, интровертированностью. Неуспешные были более уравновешенными, менее тревожными, стрессоустойчивыми, общительными<sup>7</sup>. В результате исследования актеров драматического те-

атра Т.В.Пахомова дала их психологический портрет. Представителям актерской профессии свойственны чувствительность, тревожность, общительность, экспрессивность в общении и выражении эмоций, стремление к успеху у зрителей и признанию критиков и коллег, реализации своих потенциальных возможностей. Им присущи эмоциональность, развитое воображение, заразительность, оригинальность мышления. Л.О.Исмаилова выявила у актеров по сравнению с людьми технических профессий повышенную личностную тревожность и эмоциональную неустойчивость (нейротизм). Эмпатийность тоже больше выражена у актеров, но существенные различия выявлены только между группами мужчин. Между актерами-мужчинами и актерами-женщинами различий по эмпатии нет, а тревожность выше у женщин. По данным В.С.Ошариной, актеры по сравнению с представителями других профессий проявляют большую подверженность чувствам, более впечатлительны, обладают широкой палитрой чувств, у них более выражено стремление постоянно отслеживать свои эмоции и чувства и, несмотря на это, их поведение более экспрессивно. Таким образом, во всех этих исследованиях показана большая эмоциональность, тревожность, впечатлительность, экспрессивность, эмоциональная неустойчивость актеров.

В работе А.К.Марковой «Психология профессионализма» описаны профессионально важные качества представителей актерской и режиссерской профессии, которые отличаются от вышеописанных. Так, названы для актеров следующие преобладающие черты личности: экстравертированность, коммуникабельность, взрывной темперамент, наличие выраженной индивидуальности, высокая эмоциональная возбудимость и подвижность, способность к эмпатии, сочувствию и сопереживанию, сила чувств, заразительности, доверчивость к предлагаемым обстоятельствам. Для режиссерской профессии, по мнению того же автора, характерны: внутреннее сосредоточение, преобладание мыслительного типа высшей нервной деятельности, наличие выраженной индивидуальности, способность к анализу и синтезу (индукция и дедукция), приближение к эвристическому типу, пространственное видение и чувство композиции, образное осмысление мира, глубина мировоззрения. Общим для актеров и режиссеров, отмечает тот же автор, является творческое воображение, свобода от шаблонов мышления, новаторство, инициативность («избегание традиций»), интуитивно-поисковый характер творческой деятельности. Представленный обзор указывает на значительное число ПВК актера, а также их противоречивость у разных авторов, что затрудняет их практическую реализацию в процессе профессиональной подготовки и развития личности актера. В этой связи особый интерес, на наш взгляд, представляет собой идея профессиональной самоактуализации личности.

<sup>5</sup>Маркова А.К. Психология профессионализма. – М: 1996.

<sup>6</sup>Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – М: 2004.

<sup>7</sup>Ильин Е.П. Дифференциальная психология ....

Самоактуализация, как известно, является одним из важнейших понятий в гуманистической психологии и понимается как процесс, сущность которого состоит в наиболее полном развитии, раскрытии и реализации способностей и возможностей человека, актуализации его потенциала. Потребность в самоактуализации выступает высшей человеческой потребностью, главным мотивационным фактором. А.Маслоу охарактеризовал самоактуализацию как желание человека стать тем, кем он может стать<sup>8</sup>. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности. По А.Маслоу, понятие самоактуализирующейся личности является также синонимом психически здорового человека, которому присущи следующие психологические особенности: высшая степень восприятия реальности; развитая способность принимать себя, других и мир; повышенная спонтанность, непосредственность, простота и естественность; развитая способность сосредотачиваться на проблеме; склонность к уединению; автономность, самодостаточность; противостояние приобщения к какой-то одной культуре; свежесть восприятия и богатство эмоциональных реакций; вершинные, пиковые переживания; отождествление себя со всем родом человеческим; глубокие межличностные отношения; демократическая структура характера; философское чувство юмора; креативность; определенные изменения в системе ценностей.

Особое значение придается самоактуализации в профессиональной деятельности. Согласно Н.В.Самоукиной, профессиональная самоактуализация – это поиск «себя в профессии», собственной профессиональной роли, образа «Я», профессионального имиджа, индивидуального стиля профессиональной деятельности, определение для себя профессиональных перспектив, достижение их, установления новых профессиональных целей, стремление к гармоничному раскрытию и утверждению своего природного творческого потенциала<sup>9</sup>. А.В.Шилакина<sup>10</sup> понимает профессиональную самоактуализацию как длительный процесс развития отношений человека к своей (будущей или реальной) профессии и к самому себе как к потенциальному или реальному субъекту профессиональной деятельности или профессионалу.

Нами был выделен набор профессионально-важных качеств будущих актеров: 1) Креативность – способность к творчеству, созданию нового, оригинального в процессе своей деятельности. 2) Эстетический вкус – умение воспринимать и создавать красоту, красиво преподнести себя. 3) Сценическое обаяние – умение достигать расположения окру-

жающих, притягательность личности, харизматичность. 4) Способность к перевоплощению – умение входить в образ, перевоплощаться. 5) Наблюдательность – умение быть внимательным, хорошо подмечать любые мелочи (в т.ч., настроение людей). 6) Управление своими эмоциями, эмоциональным состоянием – умение проявлять необходимые эмоции, а также контролировать и корректировать свои эмоциональные состояния. 7) Способность «слушать», «слышать», «видеть», «запоминать». 8) Чувство партнера – умение работать с партнером, понимать его, способность к согласованным действиям. 9) Свободное владение телом – отсутствие мышечных зажимов, естественность, непринужденность телодвижений. 10) Уверенность в себе, в своих действиях, поступках в направлении достижения поставленной цели. 11) Смелость, решительность, способность перебороть страх. 12) Органичность – непринужденность, естественность поведения, соотнесенность с реальностью. 13) Энергетичность – темпераментность. 14) Вовлеченность в профессию – внутренняя увлеченность ею, стремление к самосовершенствованию в ней.

Проведенное нами исследование показало наличие значимых положительных корреляций как качеств личности между собой, так и их связь с уровнем самоактуализации личности. Развитие данных качеств у будущих артистов и преодоление качеств, затрудняющих успешное овладение профессиональной деятельностью, осуществлялось впоследствии в ходе специально-организованных коррекционно-развивающих занятий, построенных с использованием методов гештальт-терапии и клиент-центрированного подхода.

Гештальт-терапия – одно из основных направлений гуманистической психологии, оригинальный метод групповой и индивидуальной психотерапии и личностного роста. Согласно теории гештальт-терапии, для понимания поведения человека нужно рассмотреть всю конфигурацию взаимоотношений в его жизни, включающую в себя прошлый опыт человека, его убеждения и ценности, ожидания, желания и потребности, имеющиеся на данный момент. По мнению Перлза, главной целью гештальт-терапии является повышение потенциала человека – его силы и возможностей – посредством интеграции и развития. На развитие гештальт-терапии Ф.Перлза оказали, как известно, влияние философия экзистенциализма, гештальтпсихология, теория Вильгельма Райха о физиологических проявлениях психологических проблем, теория поля Курта Левина, биоэнергетика и метод Александра, а также театр психодрамы Дж.Морено<sup>11</sup>. Хотя гештальт-терапия формировалась вначале как метод индивидуальной психотерапии, групповая ее форма стала наиболее распространенной. Ценность групповой работы Ф.Перлз видел в том, что члены группы, наблюдая за поведением работающего пациента, начинают лучше понимать себя и собственные проблемы. Многие исследователи отмечают, что гештальт-

<sup>8</sup>Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб: 2006.

<sup>9</sup>Самоукина Н.В. Психология профессиональной....

<sup>10</sup>Шилакина А.В. Развитие профессиональной самоактуализации у студентов-психологов в вузе: Дисс. канд. псих. наук. – М.: 1980.

терапия способствует самоактуализации личности, расширению сознания самих себя, усилению эмпатии, чувства понимания себя другими, автономности, увеличению глубины переживаний и способности к контакту, уменьшению отчужденности между членами группы<sup>12</sup>.

Ориентируясь в большей степени на то, что происходит «здесь и сейчас», гештальт-терапия позволяет человеку лучше сознавать свои потребности, делать выбор и принимать ответственность за их удовлетворение или неудовлетворение. Это рождает чувство уверенности в себе, фасилитируя эго-функцию человека, формируя и стабилизируя его «Я-концепцию». Основным принципом этого направления является принцип реальности, актуальности как во внутриличностном, так и в межличностном аспектах человеческого существования. Суть методов этого направления не сводима только к психотерапевтическим целям. Принципы гештальт-терапии находят свое применение в различных системах обучения и воспитания, ее часто называют практической философией или «способом жизни». Это направление позволяет выявить различные формы и стратегии регулирования индивидом своего поведения на социальном, психологическом и биологическом уровнях. Любые нарушения поведения, а также «искажения» или «задержки» в психологическом развитии личности рассматриваются как нарушение нормального процесса взаимодействия организма с окружающей средой на всех уровнях: аффективном, когнитивном и поведенческом<sup>13</sup>.

В условиях образовательного процесса терапевтической группой выступает сама студенческая группа, а клиентами – представители данной груп-

пы. Гештальт-терапия актуальна для психологического сопровождения подготовки специалистов на всех этапах обучения. Одним из факторов, препятствующих успешной профессиональной и личностной самореализации студентов, является накопившееся напряжение, связанное с прошлым негативным опытом, с не проявленными чувствами и эмоциями, которое заставляет реагировать в различных ситуациях однотипно, не творчески, с направленностью на избегание, а не на самореализацию.

Использование гештальт-терапии, естественно, имеет свою специфику в работе со студентами различных специальностей и должно соответственно осуществляться в контексте ситуаций и требований к будущей профессиональной деятельности. На наш взгляд, применение гештальт-терапии в работе со студентами – будущими актерами является очень эффективным, так как способствует формированию специфического психофизического самочувствия, называемого как в психофизиологии, так и некоторыми театральными деятелями «готовностью к творчеству». Это самочувствие определено обретением навыков саморегуляции как самоуправления психофизиологическими процессами, освобождения от психомышечной «брони», навыков управления вниманием; в некоторой степени обретением навыков овладения новыми состояниями сознания.

<sup>11</sup>Соловьева С.Л. Психотерапия: справочник практического психолога.– М.: 2007.

<sup>12</sup>Малкина-Пых И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога.– М.: 2004.

<sup>13</sup>Гройсман А. Л. Личность. Творчество. Регуляция состояний.– М.: 1998.

## GESTALT THERAPY IN DEVELOPING SPECIALIST'S PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES

©2010 A.F.Shaimuratova<sup>o</sup>

Sterlitamac State Pedagogical Academy

The article describes professionally important qualities of different specialist. Developing the qualities by the use of gestalt therapy methods ensures professional self-actualization.

Key words: professionally important qualities, self-actualization, gestalt therapy.

<sup>o</sup>Albina Phanavievna Shaimuratova, post-graduate of Chair of Psychology. E-mail: [sacura126@rambler.ru](mailto:sacura126@rambler.ru)