

УДК 159.9.07**Психологические предпосылки успешности профессиональной деятельности психолога****Рынгач Елена Владимировна**

Соискатель,
Санкт-Петербургский государственный университет,
199034, Российская Федерация, Санкт-Петербург, Университетская наб., 7/9;
заведующий кафедрой, научный сотрудник
Мариупольский государственный университет им. А.И. Куинджи,
287537, Российская Федерация, Мариуполь, пр. Строителей, 129А;
e-mail: e.ryngach@mgumariupol.ru

Аннотация

В статье рассматриваются психологические предпосылки успешной деятельности психологов, включая такие ключевые качества, как высокий уровень эмоционального интеллекта, коммуникативная компетентность, стрессоустойчивость и креативность. Рассмотрены подходы авторов к определению предпосылок успешной деятельности психолога в современном мире, а также раскрыты субъективные критерии успешной профессиональной деятельности в современном информационном мире. Представлены результаты собственного эмпирического исследования, направленного на изучение уровня сформированности качеств, необходимых для успешной профессиональной деятельности, а также взаимосвязи показателей. Проведенное исследование выявило взаимосвязи между пониманием эмоций, их контролем и успешностью в профессиональной деятельности. Установлено, что эмпатия способствует формированию социальных навыков, а осознание своих эмоций связано с лучшим контролем над ними, что в свою очередь поддерживает эмоциональное саморегулирование. Также было выявлено, что стрессоустойчивые специалисты демонстрируют высокий уровень контроля над своими эмоциями, что позволяет им эффективно справляться со сложными ситуациями. Высокая креативность даёт возможность исследовать проблемы с разных сторон и находить нестандартные решения, что весьма важно для профессионального роста психолога. Управление стрессом оказывается критически важным для поддержания личного благополучия и создания безопасной атмосферы в работе.

Для цитирования в научных исследованиях

Рынгач Е.В. Психологические предпосылки успешности профессиональной деятельности психолога // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 11А. С. 42-53.

Ключевые слова

Помогающие профессии, успешная профессиональная деятельность, психологические предпосылки, субъективные критерии, профессиональный рост.

Введение

Профессии типа «человек-человек» подразумевают особое взаимодействие на основе помогающего поведения. В помогающих отношениях одна сторона помогает другой в развитии умения выстраивать конструктивное взаимодействие с окружающими людьми, улучшении жизни. Наиболее важными качествами представителей помогающих профессий по мнению В. В. Милакова являются профессионализм, ответственность, компетентность и уверенность в собственных силах [Милакова 2007].

Такие отечественные ученые, как Р. Д. Каверина, Е. П. Ермолаева подчеркивают, что помогающие профессии, в том числе и профессия психолога, направлены на защиту, содействие и развитие другого объекта. Также они определяют, что представители помогающих профессий должны обладать такими личностными особенностями, как доброжелательность, заинтересованность, терпение, которые не фиксируются в нормативных документах, но являются особо важными [Каверина, 1978].

Е. А. Володарская [Володарская, 2023] выделяет личностные особенности, характерные для психолога. В частности, выраженная готовность к контактам; общая интеллектуальность; умение поддерживать контакты, т.е. стрессоустойчивость в процессе общения; умение контролировать свое поведение, т.е. сохранять эмоциональное самообладание в процессе общения; аттракция; эмоциональная заразительность; эмпатия; опора на себя в принятии решений.

Основное содержание

Перечень профессионально важных личностных качеств практического психолога включает: доброжелательность, ответственность, оптимизм, организованность, любознательность, наблюдательность, настойчивость, терпеливость, привлекательность, общительность, внимательность, самообладание, тактичность, чуткость, альтруистичность, вежливость, гуманность, отзывчивость, объективность, интеллигентность, динамичность, гибкость поведения, высокий уровень общего и социального интеллекта, рефлексивность, сензитивность, умение слушать, креативность, умелое владение невербальными средствами общения, открытость, непринужденность, естественность и искренность в эмоциональных проявлениях, устойчивость к стрессу, эмоциональную стабильность и некоторые другие характеристики. Успешных психологов характеризуют высокие показатели по шкалам интеллектуальности, общительности, эмоционально-волевой устойчивости, дипломатичности, проницательности, смелости, самоконтроля, доброжелательности, эмпатии, корректности, порядочности, терпимости [Ясненко, 2023].

По мнению А. А. Старцевой одной из важнейших характеристик представителя помогающих профессий в современном мире является креативность. Креативность – определённое качество личности, обуславливающее преобразующую деятельность, противоположностью которой является деятельность реактивная [Старцева, 2023]. Основываясь на анализе научных исследований, она определяет, что креативность необходима представителю помогающих профессий, исходя из следующих положений:

- Помогаящий практик должен не встраиваться в пространство, а овладевать им и переструктурировать его.
- Соционимическое пространство предполагает проявление социального творчества.
- В современном мире требования к представителю помогающей профессии возросли, что

выражается в необходимости умения практика находить решения в нестандартных и постоянно изменяющихся ситуациях.

Возвращаясь к определению значений личностных особенностей отметим, что профессия помогающих практиков, как было подчеркнуто выше, относится к системе «человек-человек», имеет достаточно много стрессогенных факторов. По мнению Е. П. Ильина для данного типа профессий характерны следующие факторы, которые могут существенно влиять на уровень стрессоустойчивости специалиста:

- восприятие и осмысление одновременных коммуникаций различного характера;
- специфика поведения клиентов;
- постоянная смена ситуаций в процессе деятельности и общения;
- взаимодействие с различными социальными группами [Ильин, 2016].

Устойчивые и неустойчивые к стрессу люди действуют в стрессовых ситуациях по-разному, что зависит от психологических и физиологических особенностей личности, а также внешних факторов. Кроме того, имеет важность направленность личности, субъективная оценка происходящего. Один человек может воспринимать ситуацию как стрессовую, негативную, а другой рассматривать ту же ситуацию как возможность для личностного роста, развития и реализации.

Следовательно, уже на этапе профессионального обучения необходимо формировать у студентов, будущих педагогов-психологов стрессоустойчивость. Данное качество личности позволит студенту успешно справляться с возникающими стрессами, выбирать адекватные способы реагирования на стрессовые ситуации, преодолевать возникающие сложности, способствует профилактике эмоционального и в дальнейшем профессионального выгорания.

О.В. Лозгачева в своей работе, посвященной проблеме формирования стрессоустойчивости на этапе профессионализации, отмечает, что стрессоустойчивость следует понимать как «комплексное свойство человека, которое характеризуется необходимой степенью адаптации индивида к воздействию экстремальных и/или кумулятивных внешних и внутренних факторов в процессе жизнедеятельности, обусловленное уровнем активации ресурсов организма и психики индивида, проявляющееся в показателях его функционального состояния и работоспособности» [Лозгачева, 2004].

Н. В. Гаркуша акцентирует внимание на том, что стрессоустойчивость как качество личности будущих педагогов-психологов выступает как способность к регуляции эмоций и поведения, а также как способность к выбору продуктивных способов реагирования в стрессовых ситуациях, связанных как с учебной, так и профессиональной деятельностью [Гаркуша, 2020].

М. А. Щукина считает, что представители помогающих профессий должны обладать личностной зрелостью, которая складывается из таких переменных, как положительное самоотношение, чувство долга и ответственности, способность к психологической близости с другим человеком, активность, автономность, целостность, опосредствованность, креативность, самооценность, субъектность, эмоциональная устойчивость, открытость и социальная зрелость. Мы разделяем позицию автора и считаем, что еще одной из важнейшей личностной особенности помогающего практика является эмпатия. Она входит в структуру эмоционального интеллекта, поэтому нам представляется необходимым кратко рассмотреть подходы к определению эмоционального интеллекта и роли эмпатии в нем [Щукина, 2018]. По мнению О. С. Смирновой эмоциональный интеллект является компонентом социального интеллекта, обеспечивающего взаимодействие между людьми, нормативное протекание процессов адаптации и социализации

[Смирнова, 2022].

Представим компоненты, критерии и показатели развитости эмоционального интеллекта:

Когнитивный компонент – сформированные представления об эмоциональных состояниях, знание о способах выражения эмоций и их регулирования. Личность с высоким уровнем развития когнитивного компонента эмоционального интеллекта способен идентифицировать эмоциональное состояние и вербализировать его, понимает проявление эмоционального состояния других людей и причину возникновения того или иного эмоционального состояния.

Регулятивный компонент – способность контролировать и регулировать интенсивность эмоций.

Поведенческий компонент – способность конструктивно выразить эмоции во взаимодействии с другими людьми, проявление эмпатии, уважения и доброжелательности во взаимодействии.

Как можно увидеть, развитый уровень эмоционального интеллекта требует навыков рефлексии, саморегуляции. Однако, важно не только иметь знания об эмоциональных состояниях, уметь их идентифицировать и т.д., но и реализовать когнитивный и регулятивный компонент в поведении и взаимодействии с другими людьми.

Следовательно, эмоциональный интеллект направлен на повышение значимости способностей личности. Данная особенность связана с четким контролем за эмоциями в критической и нестандартной ситуации, а также за возможностью определять и предвидеть эмоциональную реакцию другого человека. Развитый эмоциональный интеллект позволяет сдерживать негативные тенденции, осуществлять самоконтроль, способствует снижению агрессивности. Человек с развитым эмоциональным интеллектом направлен на выстраивание конструктивного и продуктивного взаимодействия с окружающими людьми как в плане личностного, так и делового, профессионального общения [Икромова, 2024].

Исходя из того, что представители помогающих профессий постоянно общаются с другими людьми, необходимо, чтобы они обладали коммуникативной компетентностью.

Так, в социально-психологическом аспекте коммуникативная компетентность выступает как способность к эффективному решению коммуникативных задач, обусловленная особенностями личности и включающая следующие характеристики:

- намерение и желание вступить в контакт;
- умение выстраивать общение конструктивно;
- знание норм коммуникативного взаимодействия и выстраивания общения в соответствии с ними.

В условиях современного мира становится важной и онлайн коммуникативная компетенция. Важным фактором эффективного бренда является канал коммуникации или их сочетание. В настоящее время взаимодействие с аудиторией и потребителями можно выстраивать как при личном присутствии, так и через цифровые технологии, то есть онлайн [Борисов, 2021]. Следовательно, психологи должны уметь использовать современные технологии в процессе работы. Это включает в себя навыки работы с онлайн-платформами, инструментами для видеосвязи и другими ресурсами, которые могут улучшить взаимодействие с клиентами и повысить качество услуг.

Еще одним требованием в современном мире является необходимость постоянного саморазвития посредством постоянного обучения, прохождения супервизий, изучением новых методов работы. При этом психологи должны критически осмысливать информацию, проверять её на достоверность, соотноситься с научной базой. Кроме того, психологи должны соблюдать

цифровую этику, то есть нести ответственность за характер распространяемой информации, систему внутренних принципов и убеждений, препятствующих распространению социально деструктивной информации и дезинформации, манипулированию сознанием людей. Мера ответственности пользователя интернет-пространства во взаимодействии со средой. В совокупности данные качества, навыки и умения составляют цифровую грамотность, которая необходима для успешной деятельности специалиста.

Субъективными критериями профессиональной успешности психолога являются:

1. Индивидуальные предпочтения. Психолог может считать себя успешным, если его работа соответствует личным интересам и ценностям. Это может включать специализацию в определенной области, взаимодействие с конкретными группами клиентов или использование предпочтительных методов работы.

2. Качественная оценка собственного результата. Критерием успешности, по И.А. Кучерявенко (Кучерявенко 2003), является особое эмоциональное состояние удовлетворённости от выполняемой психологом профессиональной деятельности и степень «вхождения» его в профессию.

Т.В. Шрейбер, анализируя успешность профессионального становления личности, в качестве индикаторов предлагает эмоциональные и мотивационные состояния, сформированные в ходе обучения и закрепившиеся в эмоциональных свойствах [Шрейбер 2017].

Таким образом, предпосылками успешной профессиональной деятельности являются такие качества специалиста, как высокий уровень эмоционального интеллекта, коммуникативная компетентность, стрессоустойчивость, креативность, а также цифровая грамотность.

Нами было проведено практическое исследование, посвященное изучению психологических предпосылок успешной деятельности психологов, а также их взаимосвязи. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методики:

1. Тест эмоционального интеллекта Люсина позволяет изучить такие показатели, как:

- межличностный эмоциональный интеллект – способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими;
- внутриличностный эмоциональный интеллект – способность к управлению собственными эмоциями;
- понимание эмоций;
- управление эмоциями;
- общий уровень эмоционального интеллекта.

2. Диагностика коммуникативной социальной компетентности» Н. П. Фетискина, В. В. Козлова, Г. М. Мануйлова.

Данный опросник является валидным и надежным, включает в себя 100 утверждений, расположенных в циклическом порядке, с тем, чтобы обеспечить удобство обсчета. Для каждого вопроса предусмотрены три альтернативных ответа. Методика рассчитана на изучение отдельных личностных факторов у лиц со средним и высшим образованием. В опроснике представлены следующие критерии коммуникативной социальной компетентности:

- общительность-замкнутость;
- логическое мышление;
- эмоциональность;
- жизнерадостность – беспечность;
- художественный тип – рациональный тип;
- независимость – зависимость;

– уровень контроля.

3. Тест на определение стрессоустойчивости личности Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой.

В данном тесте присутствуют вопросы, направленные на изучение проявления стрессоустойчивости в различных ситуациях. Использование данного теста позволяет уточнить актуальный уровень сформированности стрессоустойчивости личности [Водопьянова 2010].

4. Опросник «Определение типов мышления и уровня креативности» (автор – Джером Брунер) позволяет определить базовый тип мышления и измерить уровень креативности у взрослых. Уровень креативности и базового типа мышления разбивается на три интервала: низкий, средний и высокий. В данном исследовании был измерен уровень креативности у психологов.

5. Авторский опросник «Успешность профессиональной деятельности», позволяющий определить субъективную оценку успешности профессиональной деятельности.

В исследовании приняли участие 50 практикующих психологов с опытом работы от 1 года. На рисунке 1 отображены результаты диагностики эмоционального интеллекта.

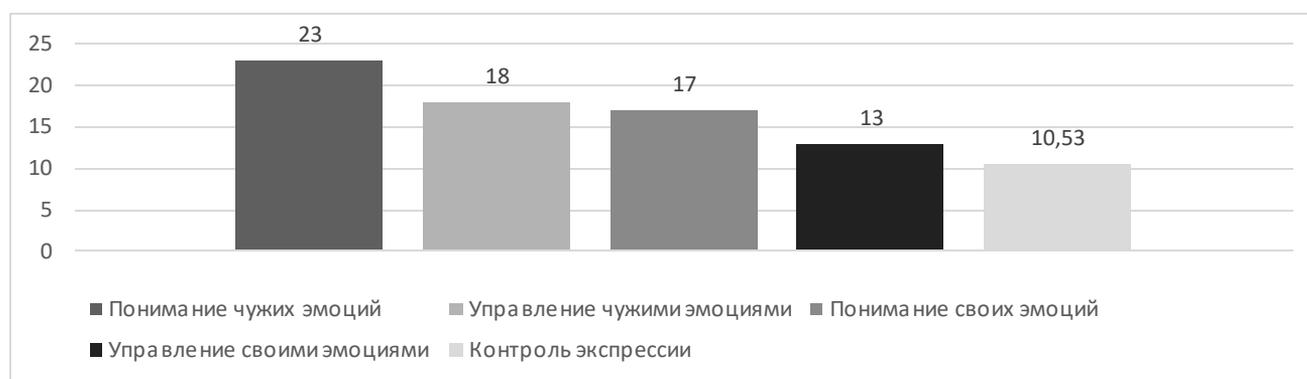


Рисунок 1 – Показатели субшкал эмоционального интеллекта у психологов

На рисунке мы видим, что среднее значение по субшкале «понимание чужих эмоций» у психологов составляет 23 б., что является средним, по субшкале «управление чужими эмоциями» среднее значение составило 18 б., то есть в зоне среднего уровня. По субшкале «понимание своих эмоций» среднее значение составило, что находится в зоне среднего уровня. По субшкале «управление своими эмоциями» среднее значение составило 13 б., что приближено к среднему уровню. Наконец, по субшкале «контроль экспрессии» среднее значение составило 10,53 б., что находится в зоне среднего уровня. Следовательно, у психологов преобладает средний уровень эмоционального интеллекта, существует необходимость в дальнейшем обучении и развитии этих навыков, что позволит психологам более эффективно взаимодействовать с клиентами и справляться со своими эмоциями.

На рисунке 2 отображены результаты диагностики коммуникативной социальной компетентности» Н. П. Фетискина, В. В. Козлова, Г. М. Мануйлова.

Средний балл по показателю «общительность» составил 13 баллов, что отражает стремление к взаимодействию с окружающими людьми, однако, межличностные отношения выстраиваются избирательно. По показателю «логическое мышление» - 15 баллов, что свидетельствует о внимательности, сообразительности специалистов. Показатель эмоциональности является выраженным, что говорит об эмоциональной устойчивости психологов. Однако, показатели жизнерадостности находятся на среднем уровне с тенденцией к низкому. По показателю «художественный тип» среднее значение составило 15 баллов, что

свидетельствует о том, что психологи проявляют чувствительность, имеют художественное мышление. Показатели независимости и уровня контроля находятся на среднем уровне, то есть не всегда специалисты предпочитают действовать в соответствии с собственными решениями.

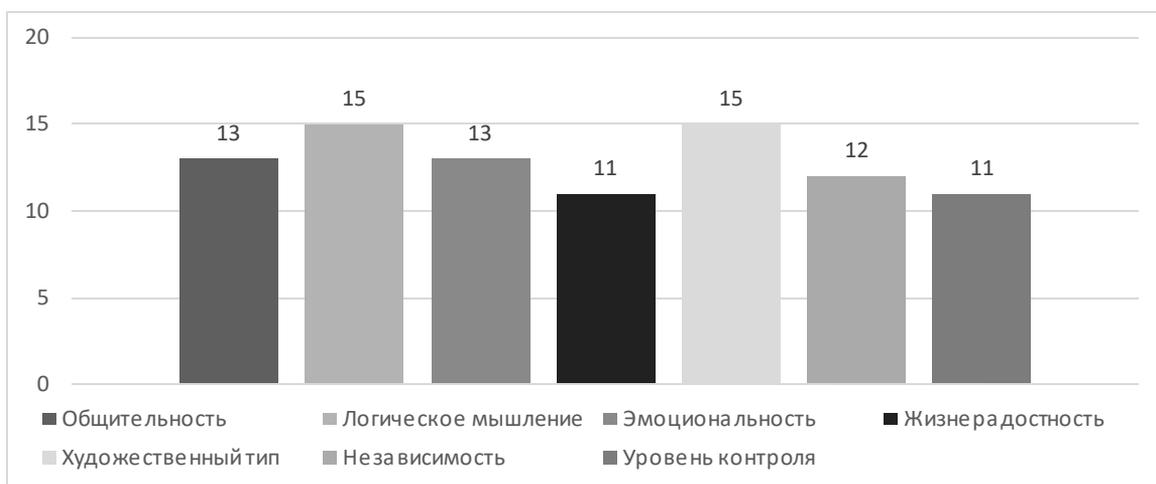


Рисунок 2 – Результаты диагностики коммуникативной социальной компетентности у психологов

На рисунке 3 представлены результаты диагностики уровня стрессоустойчивости по методике Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой у психологов в процентном соотношении.

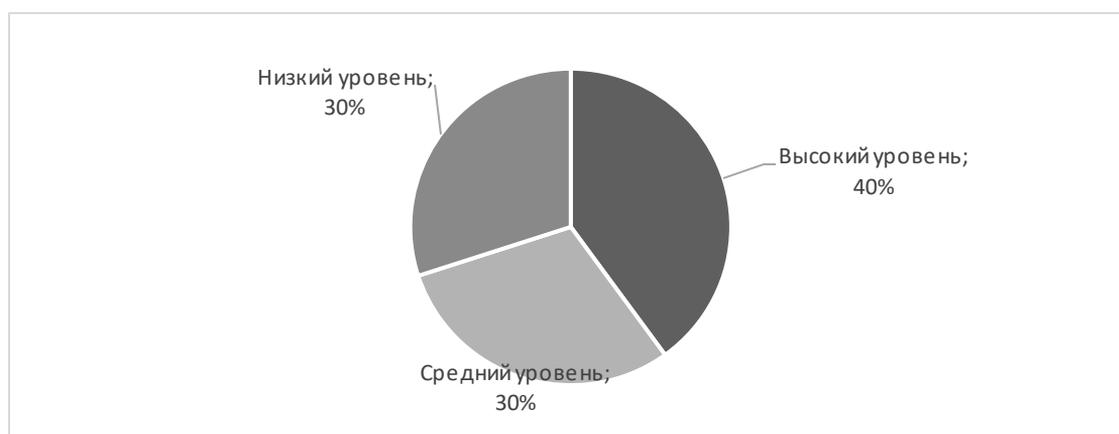


Рисунок 3 – Уровень стрессоустойчивости психологов

На рисунке 3 отображено, что у 40% был выявлен высокий уровень стрессоустойчивости. Высокий уровень стрессоустойчивости позволяет достигать поставленных профессиональных и личных целей, отстаивать личные границы. Средний уровень был выявлен у 30% исследуемых. Низкий уровень стрессоустойчивости был выявлен у 30%. Следовательно, необходимо повышать уровень стрессоустойчивости психологов в целях профилактики эмоционального выгорания, для улучшения профессиональных результатов и качества жизни.

На рисунке 4 отображены результаты диагностики уровня креативности у психологов в процентном соотношении по методике «Определение типов мышления и уровня креативности» Д. Брунера.

Данные распределены следующим образом: у 34% психологов выявлен высокий уровень

креативности, у 46% - средний и у 20% - низкий. Креативность позволяет психологам находить нестандартные решения и адаптировать методы работы к индивидуальным потребностям клиентов, что способствует более эффективному взаимодействию с клиентами, успешной профессиональной деятельности.

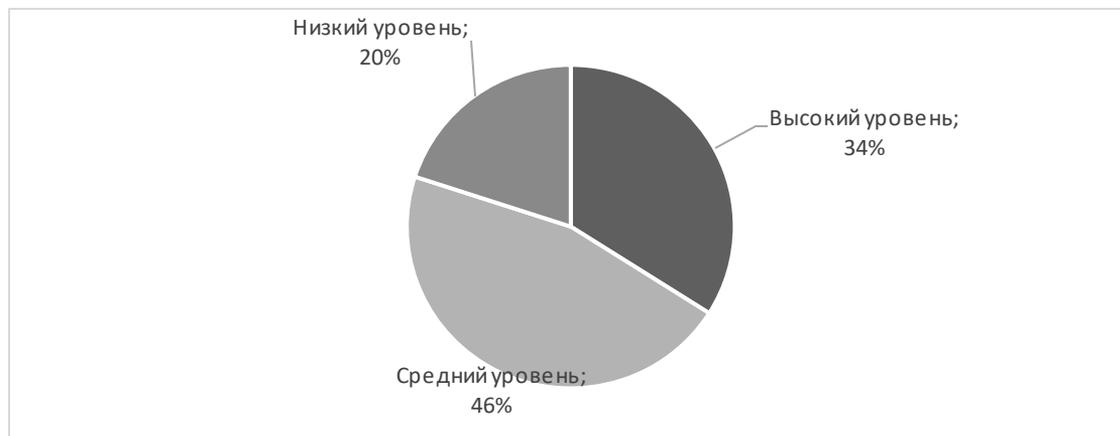


Рисунок 4 – Уровень креативности психологов

На рисунке 5 представлены результаты изучения субъективного уровня успешности профессиональной деятельности в процентном соотношении.

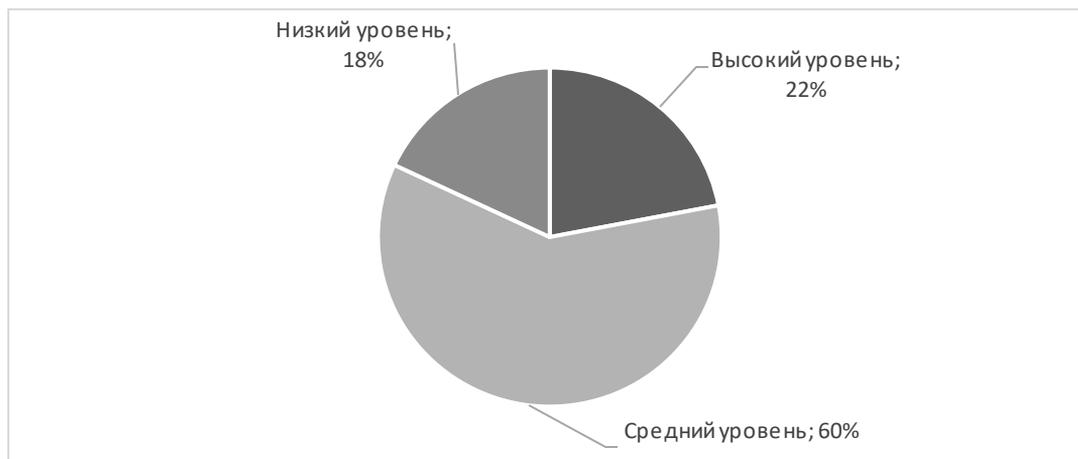


Рисунок 4 – Субъективный уровень успешности профессиональной деятельности у психологов

Субъективный уровень успешности профессиональной деятельности у психологов определялся по следующим критериям: ощущение удовлетворённости от работы, успех в достижении целей клиента и уровень профессионального роста, уверенность при взаимодействии с клиентами, а также использование различных стратегий для привлечения клиентов в социальных сетях, через платформы. По результатам проведенного исследования выявлено, что на высоком уровне успешность профессиональной деятельности определяют 22% психологов, на среднем – 60% и на низком – 18%. Следовательно, большинство опрошенных нами психологов считают, что их профессиональная деятельность является не совсем успешной.

В целях определения взаимосвязи между показателями была проведена математико-

статистическая обработка данных с применением коэффициента корреляции Спирмена. По результатам анализа выявлены взаимосвязи между показателями «понимание чужих эмоций» и «общительности» ($r=0,493$, $p<0,01$), показателями «понимание своих эмоций» и «уровень контроля» ($r=0,511$, $p<0,01$), показателями «стрессоустойчивость» и «уровень контроля» ($r=0,291$, $p<0,05$); показателями «креативность» и «успешность профессиональной деятельности» ($r=0,421$, $p<0,01$), «стрессоустойчивость» и «успешность профессиональной деятельности» ($r=0,283$, $p<0,05$) у исследуемых психологов.

Проинтерпретируем полученные связи:

1. Понимание чужих эмоций и общительность. Лица, которые лучше понимают эмоции других, как правило, более общительны. Это может свидетельствовать о том, что высокая эмпатия способствует развитию социальных навыков, что является важным в профессиональной деятельности психолога.

2. Понимание своих эмоций и уровень контроля. Данная взаимосвязь показывает, что способность осознавать и понимать свои эмоции связана с лучшим контролем над ними. Это говорит о том, что рефлексия способствует эмоциональному саморегулированию, способностью контролировать не только свои эмоции, но и действия.

3. Стрессоустойчивость и уровень контроля. Стрессоустойчивые специалисты имеют больший уровень контроля над своими эмоциями. Это предполагает, что устойчивость к стрессу помогает эффективнее управлять своими эмоциями в сложных ситуациях.

4. Креативность и успешность профессиональной деятельности. Высокий уровень развития креативности позволяет психологам исследовать ситуацию с разных сторон, находить решения профессиональных задач.

5. Стрессоустойчивость и успешность профессиональной деятельности. Это свидетельствует о том, что управление стрессом важно для успешной профессиональной деятельности психолога, так как оно способствует поддержанию личного благополучия, созданию безопасной атмосферы для работы.

Заключение

Таким образом, для успешной профессиональной деятельности психолога необходимо, чтобы он обладал следующими качествами: высокий уровень эмоционального интеллекта, коммуникативная компетентность, стрессоустойчивость, креативность. При этом высокий уровень стрессоустойчивости и креативности связаны с субъективным уровнем успешности профессиональной деятельности.

Библиография

1. Борисов, О. В., Захарова, А. Н., Дулина, Г. С. (2021) Коммуникативная компетентность как фактор профессиональной успешности будущих психологов. *Сборник научных трудов молодых ученых и специалистов. Часть II. Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та*, с. 54-60. <https://elibrary.ru/item.asp?id=47467536&ysclid=m6j8bpigfe685195286>.
2. Водопьянова, Н. Е. (2010) *Диагностика стресса*. Санкт-Петербург, Питер, 230 с.
3. Володарская, Е. А. (2023) Психологические характеристики имиджа современного психолога. *Человеческий капитал, №5, с.1-14*. https://202305_p154-167.pdf
4. Гаркуша, Н. В., Дутчина О. Б., Колесникова Г. Ю. (2020) Роль стрессоустойчивости в профессиональном становлении будущих педагогов-психологов. *Перспективы науки*. Тамбов, №. 12 (135), с.105-112. <https://elibrary.ru/item.asp?id=45693803&ysclid=m6j7whvrwc130943258>
5. Икромова С. А. (2024) Психология личности и внутренний мир человека. *Introduction of new innovative*

- technologies in education of pedagogy and psychology*, Т.1, №3, С.53-58. <https://incop.org/index.php/int/article/view/376>
6. Ильин, Е. П. (2016) Проблема выбора копинг-стратегий в условиях профессионального стресса. *Вектор развития современной науки. X. Международная научно-практическая конференция*, с. 335-339. <https://elibrary.ru/item.asp?id=25837341#page=335>
 7. Каверина, Р. Д. (1978) Опыт психологической классификации некоторых профессий в целях профконсультации. *Вопросы психологии*, с. 64-73.
 8. Кожевникова О. В., Шрейбер Т. В. (2017) Несформированная профессиональная идентичность абитуриента как предиктор «кризиса второкурсника». *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*, №.3, с. 381-395. <https://cyberleninka.ru/article/n/nesformirovannaya-professionalnaya-identichnost-abiturienta-kak-prediktor-krizisa-vtorokursnika?ysclid=m6j86tu5ut946036455>
 9. Кучерявенко, И. А. (2003) Психологические условия успешности деятельности практического психолога системы образования. Диссертация на соискание степени кандидата психологических наук. Белгород, 189 с.
 10. Лозгачева, О. В. (2004) *Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации: на примере юридического вуза. Диссертация на соискание степени кандидата психологических наук*. Екатеринбург, 172 с.
 11. Милакова, В. В. (2007) Психологические особенности профессионального самоопределения будущих специалистов помогающих профессий социономического типа. Астрахань, с. 234-238.
 12. Смирнова, О. С. (2022) Теоретические подходы к изучению самоотношения в современной психолого-педагогической науке. *XXVI Царскосельские чтения : Материалы международной научной конференции, Санкт-Петербург, 19–20 апреля 2022 года. Том II*. Санкт-Петербург: Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина, 2022, с. 167-171. <https://elibrary.ru/qrwhow?ysclid=m6j83mt461920452090>
 13. Старцева, А. А. (2023) Креативность как профессиональная компетенция специалистов помогающих профессий. *Весенние психолого-педагогические чтения : Сборник материалов VII Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой 95-летию со дня рождения почётного профессора АГУ им. В.Н. Татищева А.В. Буровой, Астрахань, 19 апреля 2023 года / Составитель И.А. Еремицкая*. Астрахань: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Астраханский государственный университет», с. 269-272. <https://biblio.asu-edu.ru/reader/book/2017060419214206877100003634>
 14. Шукина, М. А., Яковлева И. В., Тютюнник Е. И., С. В. Крайнюков (2018) Параметры личностной зрелости студентов помогающих профессий. *Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*, т. 30., №. 2, С. 7-19. https://psyjournals.ru/journals/scientific_notes/archive/2018_n2/Shchukina_Yakovleva_Tyutyunnik_K?ysclid=m6j7yu8z9p745954401
 15. Ясенко, М. М. (2023) Эмоциональный интеллект как ресурс в обеспечении профессиональной успешности психологов. *Universum: психология и образование*, №. 8 (110), с. 29-34. <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/15810>

Psychological Prerequisites for the Success of a Psychologist's Professional Activity

Elena V. Ryngach

Applicant,
Saint Petersburg State University,
199034, 7/9 Universitetskaya Em., Saint Petersburg, Russian Federation;
Head of Department, Researcher,
Mariupol State University named after A.I. Kuindzhi,
287537, 129A Stroiteley ave., Mariupol, Russian Federation;
e-mail: e.ryngach@mgumariupol.ru

Abstract

The article examines the psychological prerequisites for the successful activity of psychologists, including key qualities such as a high level of emotional intelligence, communicative competence,

stress resistance, and creativity. The approaches of various authors to defining the prerequisites for the successful activity of psychologists in the modern world are considered, and the subjective criteria for successful professional activity in the contemporary information world are revealed. The results of the author's empirical research aimed at studying the level of development of qualities necessary for successful professional activity, as well as the interrelationships between these indicators, are presented. The conducted research revealed connections between understanding emotions, controlling them, and success in professional activity. It was found that empathy contributes to the formation of social skills, and awareness of one's emotions is associated with better control over them, which in turn supports emotional self-regulation. It was also revealed that stress-resistant specialists demonstrate a high level of control over their emotions, allowing them to effectively cope with difficult situations. High creativity enables the exploration of problems from different angles and the finding of non-standard solutions, which is very important for the professional growth of a psychologist. Stress management is critically important for maintaining personal well-being and creating a safe atmosphere in work.

For citation

Ryngach E.V. (2024) *Psikhologicheskie predposylki uspekhov professionalnoy deyatel'nosti psikhologa* [Psychological Prerequisites for the Success of a Psychologist's Professional Activity]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (11A), pp. 42-53.

Keywords

Helping professions, successful professional activity, psychological prerequisites, subjective criteria, professional growth.

References

1. Borisov O.V., Zakharova A.N., Dulina G.S. (2021) Kommunikativnaya kompetentnost' kak faktor professional'noy uspekhov budushchikh psikhologov [Communicative competence as a factor of professional success of future psychologists]. *Sbornik nauchnykh trudov molodykh uchenykh i spetsialistov. Chast' II* [Collection of scientific works of young scientists and specialists]. Cheboksary: Izdatel'stvo Chuvash. un-ta, pp. 54-60. <https://elibrary.ru/item.asp?id=4746753&ysclid=m6j8bpigfe685195286>
2. Vodop'yanova N.E. (2010) Diagnostika stressa [Diagnosis of stress]. Saint Petersburg: Piter, 230 s.
3. Volodarskaya E.A. (2023) Psikhologicheskie kharakteristiki imidzha sovremennogo psikhologa [Psychological characteristics of the image of a modern psychologist]. *Chelovecheskiy kapital* [Human Capital], 5, pp. 1-14. https://202305_p154-167.pdf
4. Garkusha N.V., Dutchina O.B., Kolesnikova G.Yu. (2020) Rol' stressoustoychivosti v professional'nom stanovlenii budushchikh pedagogov-psikhologov [The role of stress resistance in the professional development of future teachers-psychologists]. *Perspektivy nauki* [Prospects of Science], Tambov, 12(135), pp. 105-112. <https://elibrary.ru/item.asp?id=4569380&ysclid=m6j7whvrwc130943258>
5. Ikromova S.A. (2024) Psikhologiya lichnosti i vnutrenniy mir cheloveka [Psychology of personality and the inner world of a person]. *Introduction of new innovative technologies in education of pedagogy and psychology*, 1(3), pp. 53-58. <https://incop.org/index.php/int/article/view/376>
6. Ilyin E.P. (2016) Problema vibora koping-strategiy v usloviyakh professional'nogo stressa [The problem of choosing coping strategies in the context of professional stress]. *Vektor razvitiya sovremennoy nauki* [Vector of Development of Modern Science]. X. Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya, pp. 335-339. <https://elibrary.ru/item.asp?id=25837341#page=335>
7. Kaverina R.D. (1978) Opyt psikhologicheskoy klassifikatsii nekotorykh professiy v tselyakh profkonsultatsii [Experience in psychological classification of certain professions for career counseling]. *Voprosy psikhologii* [Issues of Psychology], pp. 64-73.
8. Kozhevnikova O.V., Shreiber T.V. (2017) Nesformirovannaya professional'naya identichnost' abiturienta kak prediktor "krizisa vtorokursnika" [Unformed professional identity of a student as a predictor of the "sophomore crisis"]. *Vestnik*

- Permskogo universiteta. *Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya* [Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology], 3, pp. 381-395. <https://cyberleninka.ru/article/n/nesformirovannaya-professionalnaya-identichnost-abiturienta-kak-prediktor-krizisa-vtorokursnika?ysclid=m6j86tu5ut946036455>
9. Kucheryavenko I.A. (2003) *Psikhologicheskie usloviya uspehnosti deyatelnosti prakticheskogo psikhologa sistemy obrazovaniya* [Psychological conditions for the success of the activities of practical psychologists in the education system]. *Dissertatsiya na soiskanie stepeni kandidata psikhologicheskikh nauk* [Dissertation for the degree of candidate of psychological sciences]. Belgorod, 189 s.
 10. Lozgacheva O.V. (2004) *Formirovanie stressoustoychivosti na etape professionalizatsii: na primere yuridicheskogo vuza* [Formation of stress resistance at the stage of professionalization: an example from a law university]. *Dissertatsiya na soiskanie stepeni kandidata psikhologicheskikh nauk* [Dissertation for the degree of candidate of psychological sciences]. Yekaterinburg, 172 s.
 11. Milakova V.V. (2007) *Psikhologicheskie osobennosti professional'nogo samoopredeleniya budushchikh spetsialistov pomagayushchikh professiy sotsionomicheskogo tipa* [Psychological features of professional self-determination of future specialists in helping professions of socio-economic type]. Astrakhan', pp. 234-238.
 12. Smimova O.S. (2022) *Teoreticheskie podkhody k izucheniyu samootnosheniya v sovremennoi psikhologo-pedagogicheskoi nauke* [Theoretical approaches to the study of self-attitude in modern psychological and pedagogical science]. XXVI *Tsarskoselskie chteniya: Materialy mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii*, Saint Petersburg, April 19–20, 2022. Tom II [Volume II]. Saint Petersburg: Leningrad State University named after A.S. Pushkin, pp. 167-171. <https://elibrary.ru/qrwhow?ysclid=m6j83mt461920452090>
 13. Starceva A.A. (2023) *Kreativnost' kak professional'naya kompetentsiya spetsialistov pomagayushchikh professiy* [Creativity as a professional competence of helping profession specialists]. *Vesennie psikhologo-pedagogicheskie chteniya: Sbornik materialov VII Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyashchennoy 95-letiyu so dnya rozhdeniya pochetnogo professora AGU imeni V.N. Tatishcheva A.V. Burovoy*, Astrakhan', April 19, 2023 / *Sostavitel' I.A. Yemitskaya* [Editor I.A. Yemitskaya]. Astrakhan': *Federal'noye gosudarstvennoye byudzhethoe obrazovatelnoye uchrezhdeniye vysshego obrazovaniya "Astrakhanskiy gosudarstvennyy universitet"*, pp. 269-272. <https://biblio.asu-edu.ru/reader/book/2017060419214206877100003634>
 14. Щукина, М. А., Яковлева, И. В., Тютюнник, Е. И., Крайнюков, С. В. (2018). *Parametry lichnostnoy zrelosti studentov pomagayushchikh professiy* [Parameters of personal maturity of students in helping professions]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsial'noy raboty* [Scientific Notes of St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work], т. 30, № 2, с. 7-19. https://psyjournals.ru/journals/scientificnotes/archive/2018n2/ShchukinaYakovlevaTyutyunnik_K?ysclid=m6j7yu8z9p745954401
 15. Яценко, М. М. (2023). *Emotsional'nyy intellekt kak resurs v obespechenii professional'noy uspehnosti psikhologov* [Emotional intelligence as a resource for ensuring the professional success of psychologists]. *Universum: psikhologiya i obrazovanie* [Universum: Psychology and Education], № 8 (110), с. 29-34. <https://7universum.com/ru/psy/archive/item/15810>