

Андреева Надежда Николаевна

канд. пед. наук, доцент

БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский институт образования»

Министерства образования и молодежной политики

Чувашской Республики

г. Чебоксары, Чувашская Республика

МЕТАКОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА КАК МЕТОД ПОДДЕРЖКИ ЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ЛИЧНОСТНОГО ЗДОРОВЬЯ

Аннотация: в статье представлен опыт работы по авторскому методу метаконсультирования как вид психологической помощи педагогам-психологам, позволяющий им проработать собственные проблемы, трудности, болевые точки, зоны усовершенствования и укрепить своё профессионально-личностное здоровье. Термин «метаконсультация» применяется в значениях «консультация для самого консультанта», «консультация после консультаций», «консультационная работа с метапотребностями педагога-психолога».

Ключевые слова: метаконсультация, метаконсультирование, болевые точки, зоны усовершенствования психолога-консультанта, проработка клиентской позиции педагога-психолога.

Консультация как профессиональная разговорная практика педагога-психолога представляет собой оказание психологической помощи участникам образовательных отношений через совместный поиск и нахождение оптимальных способов разрешения их психолого-педагогических проблем, трудностей и осуществления намеченных планов, намерений. В соответствии с профессиональным стандартом педагог-психолог осуществляет психологическое консультирование субъектов образовательного процесса, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной

адаптации, несовершеннолетних обучающиеся, признанных в случаях и в порядке, которые предусмотрены уголовно-процессуальным законодательством, подозреваемыми, обвиняемыми или подсудимыми по уголовному делу либо являющихся потерпевшими или свидетелями преступления. Кроме обучающихся педагог-психолог консультирует их родителей и законных представителей, педагогов, преподавателей, администрацию и других работников образовательной организации и организации, осуществляющей образовательную деятельность. Очевидно, что только перечисление клиентов психологического консультирования педагога-психолога (без учёта их количества) создаёт понимание объективной необходимости психологической поддержки самого специалиста после интенсивной консультационной деятельности и выполнения остальных трудовых функций профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» [5]. Цель психологической поддержки – сохранение профессионально-личностного здоровья и психического благополучия педагога-психолога, выполняющего свою деятельность в условиях современного VUCA-мира, характеризующегося нестабильностью, неопределённостью, сложностью, неоднозначностью.

В нашей многолетней практике метод психологической поддержки профессионально-личностного здоровья педагогов-психологов, реализуемый в рамках курсов повышения квалификации на базе БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский институт образования» Минобразования Чувашии, мы назвали «метаконсультацией», т.е. «консультацией после консультаций» (от греч. «μετα» – «после, за, через, над»), а процесс психологического консультирования самих консультантов в целях проработки собственных проблем – «метаконсультированием». По сути, это «консультация для самого консультанта». Приставка «мета» в понятии «метаконсультация» также имеет и дополнительный смысл – «над», подразумевающий метаконсультативную работу, направленную на реализацию «надпотребностей» (метапотребностей) самоактуализирующейся личности, описанных А.Маслоу, в частности, бытийных потребностей педагога-психолога в личностном росте и развитии. В определённой мере

метаконсультирование психолога-консультанта – это работа с его высшими метапотребностями помимо базовых, низших, дефицитарных потребностей, которые характерны для всех людей. Так, аксиологический аспект метаконсультаций опирается на ценности самоактуализированных людей (психически здоровых, растущих личностей) [3, с. 219–259]. Их характеристики рассматриваются нами как главные признаки профессионально-личностного здоровья и благополучия педагогов-психологов. Дополнительные качества психологически здоровых личностей нового тысячелетия (специфика их жизненного мастерства и эго-состояния «Мастер») описаны нами в начале 2000-х годов [1, с. 33–36]. В целом, положительные эффекты метаконсультаций чётко выражены в цитате А.Маслоу: «Жизнь на более высоких мотивационных уровнях означает большую биологическую эффективность, большую продолжительность жизни, меньшую подверженность болезням, лучший сон, аппетит и т. п. Удовлетворение высших потребностей в конечном итоге не только повышает жизнеспособность организма, оно служит его росту и развитию. Жизнь на высших мотивационных уровнях, поиск удовлетворения высших потребностей означает движение в сторону здоровья, прочь от психопатологии» [3, с. 157].

В этой связи основными задачами метаконсультирования педагогов-психологов являются: сохранение ментального здоровья, его чистоты и экологичности, превенция «подсознательного инфицирования» и получение «прививки от затуманивания», профилактика синдрома эмоционального выгорания и профессиональной деформации, поддержка, укрепление и сохранение психического, психологического, профессионально-личностного здоровья; самоисследование и проработка собственной клиентской позиции на основе проблем, мешающих эффективному консультированию субъектов образовательного процесса; облегчение самореализации и улучшение качества жизни, создание психологических условий для раскрытия творческих ресурсов и повышения потенциала личности.

Реализация 18-часовых программ дополнительного профессионального образования «Метаконсультации для педагогов-психологов», «Метаконсультации для педагогов-психологов ДОУ», «Метаконсультации для начинающих, опытных, творчески работающих педагогов-психологов в условиях введения и реализации ФГОС» показала нам, что преобладающими болевыми точками и зонами усовершенствования данных специалистов являются собственные непроработанные психологические проблемы: профессиональные, личностные, супружеские, родительские, семейные. К примеру, нераспознанные истинные мотивы, потребности, стремления, мечты, желания, надежды, цели, ценности, силы, слабости; непознанные аспекты самости и метамотивации; неразрешённые внутриличностные и межличностные конфликты; неосознаваемые фрустрации и детские травмы, фантазии; незавершённый гнёт прошлых заблуждений и предубеждений, груз насущных забот и жизненных затруднений; вытесненные, неконтролируемые чувства, страхи, тревожные воспоминания; области ригидности и старые «любимые мозоли»; негативизм и внутренние защиты, сопротивление, протесты, блокады, барьеры; болезненные темы и кризисные состояния; ощущение внутренней пустоты и утраченного чувства безопасности. Также прорабатывались случаи чрезмерных амбиций и самоуверенности, сложностей в отношениях с авторитетными фигурами (преимущественно у опытных и творчески работающих консультантов-профессионалов); переносные и контрпереносные явления, чувство профессионального бессилия и «выпадения» из консультативного альянса, непонимание профессиональных задач (у начинающих консультантов); синдром эмоционального выгорания и профессиональная деформация (у опытных консультантов).

Закономерно, что обозначенные зоны и точки периодически должны прорабатываться психологом-консультантом не только как поддержка собственного профессионально-личностного здоровья, но и как необходимое условие для осуществления им качественного консультирования клиентов – участников образовательных отношений. В ином случае, во-первых, может ухудшиться «чистота» рабочего инструмента психолога, предназначенного для эффективного

консультирования (личность консультанта – «я-как-инструмент») [2, с. 25] и, во-вторых, как следствие, может обесцениться профессиональное понимание того, что искусство психологического консультирования начинается с обязательной терапевтической проработки собственных проблем консультанта-профессионала [4, с. 6]. Согласно профессиональному стандарту «Психолог-консультант», утверждённому приказом Минтруда России от 14 сентября 2022 года №537н, рекомендуется участие в групповой и (или) индивидуальной супервизорской практике не реже одного раза в три месяца, а также в течение первых трёх лет работы ведение практической консультационной деятельности под руководством супервизора [6]. Следует подчеркнуть, что педагог-психолог, постоянно поддерживающий своё здоровье и совершенствующий свою консультационную компетентность посредством метаконсультаций (как в клиентской, так и в профессиональной позиции консультанта), имеет готовность и способность решать не только стандартные профессиональные задачи, но и профессиональные задачи в нестандартных ситуациях и новых условиях.

Основные этапы метаконсультирования следующие. I. *Подготовительный*: актуализация клиентской позиции у педагогов-психологов и самоопределение клиента или клиентов в зависимости от режима работы; актуализация профессиональной позиции у педагогов-психологов и самоопределение консультанта или консультантов в зависимости от режима работы; определение и самоопределение наблюдателей (интервизоров) или супервизора (преподавателя). II. *Основной*: метаконсультация или метаконсультации (в зависимости от режима работы) по проработке клиентской позиции педагога-психолога (собственные проблемы и трудности, болевые точки и зоны усовершенствования). III. *Заключительный*: профессионально-личностная рефлексия консультанта или консультантов после метаконсультирования клиента или клиентов в ресурсном кругу (в зависимости от режима работы); личностная и профессиональная рефлексия клиента или клиентов (по желанию); структурированный или неструктурированный анализ полученных результатов наблюдателями (интервизорами) или супервизором (преподавателем), в том числе на основе видеозаписи мета-

консультирования, осуществлённой по предварительному согласованию с группой.

Среди других здоровьесберегающих методов, с помощью которых консультант поддерживает и сохраняет своё профессионально-личностное здоровье, педагоги-психологи отмечают постоянное самообразование и саморазвитие, самоанализ и исправление своих ошибок, когда это возможно, активизацию себя как личности, поиск положительного даже в отрицательных результатах или восприятие отрицательного как урок на будущее, чтение психологической и научной литературы, поиск дополнительной информации, неформальное общение и обмен опытом с коллегами в разных форматах, получение устной и письменной обратной связи от профессионалов, решение проблем на интуитивном уровне, участие в тренингах для проработки проблем и реализации внутреннего потенциала, использование разных вариантов поведения и возможностей, повышение и проявление творчества, участие в психологических семинарах и вебинарах, обсуждение фильмов, рисование, танцы, прослушивание музыки, ведение личного и профессионального дневника, аутотренинг и т. д.

Полученный опыт позволяет сформулировать следующие выводы: необходима реализация обновлённых программ дополнительного профессионального образования по метаконсультированию педагогов-психологов с учётом актуальных требований нормативных документов и диссеминация метода метаконсультации как способа поддержки профессионально-личностного здоровья и совершенствования консультационной компетентности психологов образовательных организаций.

Список литературы

1. Андреева Н.Н. Психологические аспекты жизненного мастерства / Н.Н. Андреева // Вестник Чувашского республиканского института образования. Вып. I. – Чебоксары: Изд-во ЧРИО, 2001. – С. 33–36.
2. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. – М.: Академический Проект, 1999. – 240 с.

3. Маслоу А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.

4. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Р. Мэй. – М.: Класс, 1999. – 144 с.

5. Приказ Минтруда России от 24 июля 2015 г. №514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://anichkov.ru/official/gzrdo/profstandart_pedagog-psikholog.pdf

6. Приказ Минтруда России от 14 сентября 2022 г. №537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202210140015>