

DOI: 10.25629/НС.2026.08.12

УДК: 159.9

БАК: 5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология

Летягина Светлана Константиновна, кандидат социологических наук, доцент, Московский Международный Университет, let71@mail.ru

Аринушкина Наталья Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент, Саратовская государственная юридическая академия, arinoushkina@yandex.ru

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ПСИХОЛОГОВ-КОНСУЛЬТАНТОВ

Аннотация

Актуальность исследования взаимосвязи личностных свойств и профессиональной самореализации психологов-консультантов обусловлена возрастающим социальным запросом на качественную психологическую помощь в условиях трансформации современного общества, цифровизации и роста экзистенциальной тревожности населения, а также высокой текучестью кадров в данной профессиональной сфере, связанной с повышенными требованиями к личности специалиста. **Цель:** установить взаимосвязь между личностными свойствами и характеристиками профессиональной самореализации психологов-консультантов. **Гипотеза:** личностные свойства психологов-консультантов (эмоциональная стабильность, агрессивность как настойчивость, тревога, подозрительность, общительность, интеллект) выступают значимыми предикторами уровня и компонентов их профессиональной самореализации, образуя ресурсный и дефицитарный полюсы детерминации. Участники: практикующие психологи – члены Русской ассоциации психоаналитически-ориентированной психотерапии, имеющие профильное высшее психологическое образование и стаж работы более одного года. **Результаты.** Построенная регрессионная модель объясняет значимую долю дисперсии уровня профессиональной самореализации. Наиболее сильным позитивным предиктором выступает эмоциональная стабильность, дополнительный позитивный вклад вносит настойчивость, тогда как тревога демонстрирует негативное влияние. Корреляционный анализ выявил ресурсный полюс личностной детерминации (эмоциональная стабильность, интеллект, агрессивность, общительность) и дефицитарный полюс (тревога, подозрительность, подчинённость, чрезмерный практицизм). Феноменологический компонент самореализации (субъективная удовлетворённость) оказался наиболее чувствительным к личностным характеристикам, тогда как ресурсный компонент обнаружил значимую связь лишь с агрессивностью. **Выводы.** Полученные результаты подтверждают ключевую роль эмоционально-личностной регуляции в профессиональной самореализации психологов-консультантов и могут выступать основанием для разработки рекомендаций по профессиональному отбору, психологическому сопровождению и развитию ассертивной позиции у специалистов в области психологического консультирования.

Ключевые слова

профессиональная самореализация, психологи-консультанты, личностные свойства, эмоциональная стабильность, помогающие профессии

Letyagina S.K., Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor, Moscow International University, let71@mail.ru

Arinushkina N.S., Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor, Saratov State Law Academy, arinushkina@yandex.ru

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS AND PROFESSIONAL SELF-REALIZATION OF COUNSELING PSYCHOLOGISTS

Abstract

The relevance of studying the relationship between personality traits and the professional self-realization of counseling psychologists is determined by the growing social demand for high-quality psychological support in the context of ongoing societal transformation, digitalization, and increasing existential anxiety among the population, as well as by the high turnover in this professional field associated with elevated demands on the specialist's personality. The aim of the study was to identify the relationship between personality traits and the characteristics of professional self-realization in counseling psychologists. The hypothesis was that the personality traits of counseling psychologists, including emotional stability, aggressiveness understood as assertiveness, anxiety, suspiciousness, sociability, and intelligence, act as significant predictors of the level and components of their professional self-realization, forming resource-based and deficit-based poles of determination. The participants were practicing psychologists who were members of the Russian Association for Psychoanalytically Oriented Psychotherapy, had a specialized higher education degree in psychology, and possessed more than one year of professional experience. The results showed that the regression model accounted for a significant proportion of the variance in the level of professional self-realization. Emotional stability emerged as the strongest positive predictor, with assertiveness making an additional positive contribution, whereas anxiety demonstrated a negative effect. Correlation analysis revealed a resource-based pole of personality determination, including emotional stability, intelligence, aggressiveness, and sociability, and a deficit-based pole, including anxiety, suspiciousness, submissiveness, and excessive practical-mindedness. The phenomenological component of self-realization, understood as subjective satisfaction, proved to be the most sensitive to personality characteristics, whereas the resource component showed a significant association only with aggressiveness. The findings confirm the key role of emotional and personal regulation in the professional self-realization of counseling psychologists and may provide a basis for developing recommendations for professional selection, psychological support, and the cultivation of an assertive stance in specialists working in the field of psychological counseling.

Keywords

professional self-realization, counseling psychologists, personality traits, emotional stability, helping professions

Введение

Актуальность исследования обусловлена совокупностью факторов и связана с проблемой успешной профессиональной самореализации психологов-консультантов в условиях трансформации современного общества. Во-первых, социальный запрос на качественную психоло-

гическую помощь в условиях нестабильности, цифровизации и роста экзистенциальной потребности населения объективно возрастает. Пандемия COVID-19, геополитические изменения, внедрение искусственного интеллекта в профессиональные сферы и трансформация ценностно-нормативной системы привели к увеличению числа обращений за психологическим консультированием. Несмотря на кажущееся изобилие специалистов-психологов, значительная часть из них не остается в профессии надолго. Причиной выступают высокие требования к личностным свойствам и уровню квалификации психолога-консультанта, что напрямую связано с феноменом профессиональной самореализации.

Во-вторых, теоретическая разработанность проблемы профессиональной самореализации сталкивается с методологическими трудностями. Несмотря на обилие теоретических моделей, эмпирических исследований, напрямую устанавливающих взаимосвязь между конкретными личностными свойствами (например, толерантностью к неопределенности, рефлексивностью, эмоциональным интеллектом, локуса контроля) и успешностью профессиональной самореализации именно у психологов-консультантов, явно недостаточно. Психолог-консультант выступает одновременно и субъектом, и инструментом профессиональной деятельности, что делает его личностные свойства критическим предиктором результативности труда.

В-третьих, практическая значимость исследования определяется возможностью на основе выявленных взаимосвязей разработать научно обоснованные рекомендации по профессиональному отбору, психологическому сопровождению и повышению квалификации психологов-консультантов. В условиях, когда искусственный интеллект начинает выполнять некоторые диагностические и даже консультативные функции, уникальным человеческим капиталом остается именно личность специалиста – его эмпатийность, рефлексивность, способность выстраивать доверительные отношения и сохранять профессиональную аутентичность. Без понимания того, какие личностные свойства способствуют, а какие препятствуют успешной самореализации в консультировании, невозможно эффективно решать проблемы профессионального выгорания, текучести кадров и снижения качества психологической помощи.

Проблема успешной самореализации активно исследуется учеными разных научных областей, поскольку она является одним из обязательных условий психологического благополучия личности. В настоящее время в условиях преобразования всех сфер жизни общества, интеграции искусственного интеллекта во многие профессиональные деятельности, а также трансформации субъективных представлений людей об окружающем мире, ценностях и нормах, представляет важный определить современное понимание и критерии успешной самореализации (Смык, 2023; Сапрыкина & Родионова 2025; Дубровская & Киселёва, 2024). Решение этого вопроса может стать отправной точкой для психологов при разработке конкретных методов, приемов и технологий совершенствования личностной и профессиональной самореализации человека.

Феноменологически понятие «самореализации» выступает в психологической литературе термином, объясняющим процесс развертывания сущностного потенциала индивида, опосредованный рефлексивной оценкой личностно значимых достижений и внутренних критериев аутентичности, что отличает его от смежных конструктов (например, самоактуализации или самотрансценденции) по критерию субъективно репрезентированной завершенности деятельностного акта в контексте смысложизненных ориентаций (Василенко и др., 2015).

Особый интерес к данной проблеме наблюдался в рамках гуманистических воззрений А. Адлера, Э. Фромма, А. Маслоу, К. Роджерса. Используя концепцию самоактуализации, они рассматривали ее как неотъемлемое качество человека, присущую ему потребность или стремление.

Э. Эриксон исследовал процесс самореализации через понятие «эго-идентичности» (или психосоциальной идентичности), рассматривая его как динамический результат разрешения возрастных кризисов, в ходе которого интеграция личностно значимых ролей и коллективных идеалов обеспечивает субъективное переживание компетентности. Тем самым, в отличие от гуманистической традиции, акцентирующей врожденный потенциал роста, Э. Эриксон смещает фокус на эпигенетическую обусловленность самореализации: её возможность детерминирована последовательным преодолением нормативных противоречий между достижением и

неполноценностью, интимностью и изоляцией, генеративностью и стагнацией, где каждый успешно пройденный кризис создает предпосылки для следующего уровня разворачивания сущностного потенциала индивида.

В. Франкл в рамках логотерапии и экзистенциального анализа, постулируя, что первичным детерминантом подлинной самореализации выступает не стремление к самоактуализации как таковой, но «воля к смыслу». Согласно В. Франклу, самореализация представляет собой не прямую цель человеческой деятельности, а скорее побочный продукт – неизбежный коррелят успешной реализации смысла. Иными словами, индивид обретает себя ровно в той мере, в какой он способен выйти за собственные пределы, посвящая себя делу, любви или «достойному преодолению неизбежного страдания». Следовательно, феноменологически самореализация у В. Франкла приобретает принципиально иной модус: если в гуманистической психологии она разворачивается через рост и интеграцию потенциалов, а в эпигенетической теории Э. Эриксона – через разрешение кризисов идентичности, то в экзистенциально-аналитической традиции самореализация выступает как экзистенциал «самотрансценденции», где ценностно-смысловая наполненность бытия становится основным критерием аутентичности личности.

Также существует традиция изучения самореализации в отечественной психологии. Концептуально все отечественные трактовки отличаются от зарубежной интерпретации. Развиваясь в глубинах субъектно-деятельностного подхода, самореализация трактуется как осознанный, целенаправленный процесс раскрытия и опредмечивания личностью своих сущностных сил, способностей и ценностных ориентаций в социально значимой деятельности, где ведущим детерминантом выступает активная субъектная позиция индивида, опосредованная системой общественных отношений, нормами и культурно-историческими условиями бытия. При этом ключевым механизмом самореализации становится преобразующая активность субъекта, направленная вовне – на созидание материальных и духовных продуктов, на внесение личностного вклада в деятельность и общение, тогда как рефлексивный акт осмысления собственной завершенности или аутентичности носит вторичный, производный характер по отношению к результативным достижениям в предметно-преобразовательной сфере.

Самореализация может рассматриваться как реализация потенциальных возможностей личности (В.Н. Мясищев, Б.Г. Ананьев, В.А. Барабанщиков). В рамках данного подхода внутренний потенциал трактуется как динамическая, развивающаяся в онтогенезе система свойств, включающая способности, знания, умения, навыки, ценностные ориентации и смысложизненные установки. При этом принципиальное значение приобретает положение о том, что потенциальные возможности личности актуализируются лишь в процессе активного взаимодействия субъекта с окружающей действительностью – через деятельность, общение и совместное решение практически значимых задач. Б.Г. Ананьев подчеркивал, что реализация потенциала не является спонтанным или имманентно предопределенным процессом; напротив, она опосредована социальными условиями, воспитанием и характером деятельности, в которую включен индивид. В свою очередь, В.Н. Мясищев акцентировал роль системы отношений личности как того опосредующего звена, через которое преломляются внешние воздействия и внутренние задатки, превращаясь в реально действующие способности. Таким образом, реализация потенциальных возможностей предстает как вероятностный, многофакторно обусловленный процесс, в котором степень полноты раскрытия потенциала зависит от согласования трех ключевых переменных: 1) наличного содержания психофизиологических задатков, 2) характера социальных требований и ожиданий (прежде всего в профессиональной и межличностной сферах) и 3) внутренней активности самой личности, направленной на самоизменение и самопреодоление.

Согласно системному и акмеологическому подходам в отечественной психологии, самореализация рассматривается как многоуровневый, интегративный феномен, в котором перекрещиваются и взаимообуславливаются свойства личности, динамика психических процессов, структура деятельности и содержание сознания. В рамках системного подхода самореализация понимается как свойство целостной психологической системы «человек – мир», возникающее при достижении определенной степени согласованности между потребностно-мотивационной

сферой личности, рефлексивной оценкой собственных возможностей и интериоризованными социальными нормами и требованиями. Ключевым критерием успешной самореализации выступает субъективно переживаемая гармония между этими тремя блоками, проявляющаяся в ощущении осмысленности жизни, психологическом благополучии и удовлетворенности различными сферами жизнедеятельности.

Акмеологический подход, в свою очередь, фокусируется на изучении самореализации как процесса достижения личностью вершинных форм своего развития – «акме». В этой парадигме самореализация рассматривается как путь к интегральной характеристике зрелого субъекта, проявляющейся в устойчивой профессиональной продуктивности, социальной востребованности и личностной аутентичности. Акмеологический анализ акцентирует не столько процессуальную сторону развертывания потенциала, сколько результативно-качественные показатели: достижение высшего уровня профессионализма, реализацию творческого замысла, обретение индивидуального стиля деятельности. Важнейшим условием достижения акме выступает сформированная субъектная позиция, включающая развитую рефлекссию, способность к целеполаганию, волевую регуляцию и нравственную ответственность. Таким образом, в синтезе системного и акмеологического подходов самореализация предстает как нелинейный, стадийно организованный процесс восхождения личности от парциальных проявлений способностей к интегральной вершине личностно-профессионального развития, где каждый последующий уровень открывает новые возможности для дальнейшего самопроявления.

В психологической литературе отсутствует единое понимание критериев успешной профессиональной самореализации: одни авторы акцентируют объективные, внешне фиксируемые индикаторы, другие – субъективные переживания, третьи – процессуальную динамику личностно-профессионального развития. Иллюстрацией этой многомерности служат следующие позиции. О.О. Богатырева и Т.Д. Марцинковская в качестве критериев успешной профессиональной самореализации называют карьерный рост, свидетельствующий о компетентности человека, а также субъективную удовлетворенность своими профессиональными достижениями (Богатырева, 2009; Богатырева & Марцинковская, 2009). Э. Ф. Зеер (Зеер & Шаров, 2023) отмечает, что самореализация как сознательная и целенаправленная практически реализуемая деятельность, призвана решать многочисленные жизненные задачи и проблемы, вследствие чего происходит личностный и профессиональный рост человека через развитие его способностей и компетенций в различных областях жизнедеятельности.

Целью исследования выступает установление взаимосвязи между индивидуально-психологическими, личностными свойствами и характеристиками профессиональной самореализации психологов-консультантов.

В качестве базы исследования выступила Русская ассоциация психоаналитически-ориентированной психотерапии. В генеральную совокупность исследования вошли 155 практикующих психологов, работающих более 1-го года в рамках профессиональной деятельности, обладающие профильным высшим психологическим образованием с разнообразной специализацией.

Методы и методики исследования

В рамках проведенного исследования использовался психодиагностический метод – тестирование, а также математико-статистические методы (корреляционный и регрессионный анализы).

Были избраны следующие диагностические средства:

- Многофакторный личностный опросник 16PF Р. Кеттелла в адаптации А. Г. Шмелева;
- Тест индивидуальности FLAG Дж. Барретта;
- Методика «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е.А. Гавриловой.

Результаты и их обсуждение

Поэтапны анализа данных по результатам методик приведены в таблицах 1–5.

Таблица 1 – Индивидуально-психологические свойства психологов-практиков

№	Шкала	M	SE	SD	Min	Max
1	Замкнутость/общительность	11,74	0,50	2,98	6	17
2	Интеллект	8,26	0,43	2,53	4	13
3	Эмоц. стабильность	13,77	0,67	3,97	7	21
4	Подчиненность/доминантность	14,57	0,79	4,69	6	23
5	Сдержанность/экспрессивность	13,54	0,75	4,46	4	23
6	Моральная нормативность	11,09	0,49	2,92	6	17
7	Робость/смелость	14,14	0,97	5,71	2	24
8	Практицизм/чувствительность	13,89	0,42	2,47	9	18
9	Доверчивость/подозрительность	10,54	0,57	3,39	4	18
10	Практичность/мечтательность	12,06	0,49	2,92	5	16
11	Прямолинейность/дипломатичность	9,57	0,48	2,84	3	14
12	Спокойствие/тревожность	13,91	0,84	4,97	2	23
13	Консерватизм/радикализм	10,46	0,55	3,27	1	16
14	Конформизм/нонконформизм	10,09	0,61	3,58	3	17
15	Самоконтроль	10,54	0,56	3,30	4	17
16	Расслабленность/напряженность	14,74	0,85	5,00	5	24
17	Тревога	5,53	0,40	2,34	1,5	9,9
18	Интроверсия/экстраверсия	7,07	0,38	2,22	2	10
19	Чувствительность/уравновешенность	5,81	0,19	1,14	3,7	8,3
20	Конформность/независимость	6,69	0,40	2,37	1	10

В результате эмпирического исследования личностных свойств психологов-практиков были получены дескриптивные статистики по шестнадцати базовым факторам, а также по дополнительным шкалам, измеряющим тревогу, интроверсию-экстраверсию, чувствительность и конформность. Ниже представлено последовательное описание и интерпретация полученных результатов.

Наиболее высокое среднее значение зафиксировано по шкале «Расслабленность – напряжённость». Полученный результат свидетельствует о преобладании у психологов-практиков полюса напряжённости, что в содержательном плане проявляется в эмоциональной фрустрированности, повышенном внутреннем возбуждении, нетерпеливости и субъективно переживаемом дискомфорте. Высокая напряжённость, однако, не обязательно носит дезадаптивный характер; в контексте профессиональной деятельности психолога-консультанта она может отражать адекватный тонус, связанный с высокой ответственностью за результаты терапии и необходимостью постоянного удержания профессионального внимания.

Второе по величине среднее значение получено по шкале «Подчиненность – доминантность». Этот результат указывает на выраженную доминантность как устойчивую личностную черту обследованных специалистов. Доминантные психологи склонны к независимости, напористости, конкуренции и занятию лидирующих позиций в межличностном взаимодействии. С

профессиональной точки зрения, данное свойство обеспечивает способность психолога структурировать консультативный процесс, удерживать профессиональные границы и уверенно направлять диалог с клиентом, не впадая в гиперконтроль или авторитарность. По шкале «Спокойствие – тревожность» получены данные, свидетельствующие о высоких значениях. Данная шкала описывает ситуативную тревогу, возникающую в ситуации профессионального взаимодействия. По шкале «Робость – смелость» полученные результаты свидетельствуют о преобладании у психологов-практиков социальной решительности, развитых навыков социального взаимодействия.

Преобладание устойчиво высоких значений по шкале «эмоциональная стабильность» свидетельствует о преобладании стрессоустойчивости, личностной эмоциональной зрелости. Эмоциональная компетентность в условиях консультативного процесса выступает одной из профессионально-важных качеств психолога-практика. Преобладание экспрессивности в структуре личностных черт психолога-практика описывает способность к открытому эмоциональному самовыражению, живости в межличностном взаимодействии и спонтанности в коммуникативных реакциях, что способствует быстрому установлению доверительного терапевтического контакта с клиентом, однако при недостаточном уровне самоконтроля может создавать риски размывания профессиональных границ и эмоционального слияния с проблематикой клиента. Таким образом, экспрессивность, выступая ресурсным свойством, требует балансировки с рефлексивной позицией и способностью к эмоциональной саморегуляции, что позволяет психологу-консультанту сохранять профессиональную аутентичность без утраты терапевтической эффективности. Выявлено преобладание практичности над мечтательностью. Данная личностная тенденция проявляется в ориентации психологов-консультантов на конкретные, достижимые результаты, операционализируемые критерии эффективности и приземлённость в профессиональных суждениях, что коррелирует с требованиями современной краткосрочной и ориентированной на решение терапии.

В структуре личности психологов-практиков преобладает высокая моральная нормативность. В контексте профессиональной деятельности психолога-консультанта высокая моральная нормативность выступает фундаментальной основой для соблюдения этических принципов (конфиденциальности, безоценочного принятия, уважения границ клиента, информированного согласия), что является необходимым условием формирования безопасного терапевтического пространства и доверительного альянса с клиентом.

Психологи ориентированы доверять другим людям, склонны принимать окружающих без предвзятости и настороженности, демонстрируют установку на кооперацию и открытость в межличностном взаимодействии. Данная личностная диспозиция является фундаментальным условием формирования безопасного терапевтического альянса, поскольку доверие психолога к клиенту создаёт атмосферу принятия и безусловного позитивного отношения, что, в свою очередь, способствует самораскрытию клиента, снижению его защитных механизмов и повышению эффективности консультативного процесса.

В Таблице 2 представлены результаты личностного профиля психологов-практиков.

Таблица 2 – Личностные свойства психологов-практиков

№	Шкала	M	SE	SD	Min	Max
1	Чувства/Факты	8,89	0,65	3,86	0	16
2	Уравновешенность/Возбудимость	10,11	0,45	2,68	4	16
3	Пассивность/Агрессивность	10,97	0,57	3,38	4	16
4	Независимость/Коллективизм	8,69	0,52	3,05	2	14

Дополняя результаты, полученные по многофакторному личностному опроснику, обратимся к данным, представленным в Таблице 2. Данные были получены в ходе тестирования по

методике FLAG Дж. Барретта, измеряющей биполярные конструкты, связанные с эмоционально-волевой регуляцией, межличностным взаимодействием и ценностно-нормативной ориентацией личности.

По шкале «Чувства – Факты» в результате тестирования получено среднее значение $M = 8,89$, что практически совпадает с нормативной шкалой и свидетельствует о сбалансированности между рациональным и эмоциональным способами познания. Данный баланс является профессионально значимым для психолога-консультанта, который должен одновременно сохранять эмпатическую включённость в переживания клиента и аналитически осмысливать поступающую информацию. По шкале «Уравновешенность – Возбудимость» получено среднее значение, что указывает на смещение в сторону полюса «Возбудимость». Стандартное отклонение является относительно невысоким, что говорит об однородности выборки по данному параметру. Остальные значения проявлены на среднем уровне выраженности, что свидетельствует об отсутствии яркой доминанты в выраженности личностных черт.

Результаты по методике «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е.А. Гавриловой», представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Особенности и уровень профессиональной самореализации психологов-практиков

№	Шкала	M	SE	SD	Min	Max
1	Уровень профессиональной самореализации	56,86	2,02	11,93	37	81
2	Целевой компонент	18,17	0,90	5,33	7	29
3	Ресурсный компонент	18,94	0,80	4,74	7	29
4	Феноменологический компонент	19,74	1,00	5,94	8	32

По шкале, измеряющей общий уровень профессиональной самореализации, в результате тестирования получено среднее значение, свидетельствующее о среднем уровне профессиональной самореализации обследованных психологов-практиков. Стандартное отклонение является достаточно высоким, что указывает на значительную вариативность внутри выборки. По шкале целевого компонента получен умеренно выраженный средний балл, что говорит о наличии у психологов-практиков сформированных профессиональных ориентиров. Целевой компонент отражает способность специалиста ставить профессиональные цели и осознавать направления собственного развития. По шкале ресурсного компонента среднее значение незначительно превышает показатель целевого компонента, что свидетельствует о большей уверенности психологов в наличии у них необходимых ресурсов, чем в чёткости поставленных целей. Данный компонент измеряет субъективную оценку специалистом собственных компетенций и личностных ресурсов. По шкале феноменологического компонента получено наиболее высокое среднее значение по сравнению с двумя другими компонентами. Феноменологический компонент отражает субъективное переживание самореализации, включающее удовлетворённость деятельностью и ощущение аутентичности.

Корреляционный анализ по методу Спирмена представлен в таблице 4.

Установлена устойчивая позитивная корреляционная взаимосвязь между общим уровнем профессиональной самореализации и эмоциональной стабильностью ($r = 0,464$, $p < 0,01$). Так, психологи-практики с выраженной устойчивостью эмоционально-волевой сферы более воспринимают себя самореализованными в своей профессии.

Статистически значимые положительные связи также установлены с интеллектом ($r = 0,35$, $p < 0,05$) и пассивностью-агрессивностью ($r = 0,35$, $p < 0,05$) в сторону полюса «Агрессивность» (настойчивость, активность). Отрицательные корреляции выявлены с тревогой ($r = -0,366$, $p <$

0,05) и практицизмом-чувствительностью ($r = -0,336$, $p < 0,05$) в сторону полюса «Практицизм», что указывает на снижение уровня самореализации при повышении тревожности и чрезмерной практической приземлённости в ущерб чувствительности.

Таблица 4 – Взаимосвязи личностных свойств и компонентов профессиональной самореализации психологов-консультантов

Шкалы	Уровень профессиональной самореализации	Целевой компонент	Ресурсный компонент	Феноменологический компонент
Замкнутость/общительность	0,227	0,136	-0,016	0,346*
Интеллект	0,35*	0,39*	0,205	0,189
Эмоц. стабильность	0,464**	0,27	0,285	0,461**
Подчиненность/доминантность	-0,273	-0,389*	-0,09	-0,128
Практицизм/чувствительность	-0,336*	-0,07	-0,244	-0,417*
Доверчивость/подозрительность	-0,327	-0,425**	-0,112	-0,186
Тревога	-0,366*	-0,212	-0,242	-0,352*
Пассивность/Агрессивность	0,35*	0,405*	0,381*	-0,043

Целевой компонент, отражающий способность ставить и удерживать профессиональные цели, наиболее тесно связан с доверчивостью-подозрительностью ($r = -0,425$, $p < 0,01$), причём связь является отрицательной. Это означает, что психологи с преобладанием подозрительности (недоверия, настороженности) демонстрируют более низкие показатели сформированности профессиональных целей. Положительные корреляции целевого компонента установлены с агрессивностью ($r = 0,405$, $p < 0,05$) и интеллектом ($r = 0,39$, $p < 0,05$). Психологи с более высоким интеллектом и настойчивостью, активной позицией оказываются более способными к целенаправленному профессиональному развитию. Отрицательная связь обнаружена с подчинённостью-доминантностью ($r = -0,389$, $p < 0,05$) в сторону полюса «Подчинённость»: чем более выражена уступчивость и зависимость, тем ниже показатели целевого компонента.

Ресурсный компонент, измеряющий субъективную оценку собственных компетенций и возможностей, обнаружил значимые корреляции только с пассивностью-агрессивностью ($r = 0,381$, $p < 0,05$) в сторону полюса «Агрессивность». Таким образом, уверенность в своих профессиональных ресурсах прежде всего связана с активной, настойчивой позицией и способностью отстаивать свои границы. Иных статистически значимых взаимосвязей с ресурсным компонентом в данной выборке не выявлено.

Феноменологический компонент, отражающий субъективное переживание успешности и удовлетворённость профессиональной самореализацией, обнаружил наиболее сильные связи. Положительная корреляция установлена с эмоциональной стабильностью ($r = 0,461$, $p < 0,01$) и общительностью ($r = 0,346$, $p < 0,05$). Психологи, сохраняющие эмоциональное равновесие и открытость к общению, переживают более высокую удовлетворённость своей профессиональной реализацией. Отрицательные взаимосвязи выявлены с тревогой ($r = -0,352$, $p < 0,05$) и практицизмом-чувствительностью ($r = -0,417$, $p < 0,05$) в сторону полюса «Практицизм». Повышенная тревожность и излишняя прагматичность, снижающая эмоциональную чувствительность, негативно сказываются на субъективном благополучии в профессии.

В рамках регрессионного анализа для изучения детерминации профессиональной самореализации психологов-консультантов личностными свойствами были определены зависимые и независимые переменные.

Зависимые переменные: уровень профессиональной самореализации;

Независимые переменные: индивидуально-психологические свойства личности.

Для каждого регрессионного уравнения применялся метод пошагового включения с целью выявления наиболее значимых предикторов при контроле влияния остальных переменных (таблица 5).

Таблица 5 – Результаты регрессионного анализа для зависимой переменной «Уровень профессиональной самореализации»

Предиктор	β (стандартиз.)	Стандартная ошибка β	t-значение	p-уровень
Эмоциональная стабильность	0,42	0,1	4,12	<0,01
Настойчивость	0,28	0,1	2,76	<0,05
Тревога	-0,25	0,1	-2,43	<0,05

Примечание. Множественный $R=0,62$, R^2 (скорректированный) = 0,36, F-критерий (модели)=8,94, при p-уровень <0,001.

Результаты регрессионного анализа для зависимой переменной «Уровень профессиональной самореализации». Наиболее весомым предиктором выступает эмоциональная стабильность со стандартизированным коэффициентом регрессии $\beta = 0,42$ ($p < 0,01$). Положительный знак коэффициента указывает на то, что повышение эмоциональной стабильности сопровождается ростом общего уровня профессиональной самореализации. Содержательно это означает, что психологи-консультанты с более развитой стрессоустойчивостью, аффективной зрелостью и способностью сохранять самоконтроль в напряжённых профессиональных ситуациях достигают более высоких показателей самореализации в профессии. Вторым позитивным предиктором является настойчивость с $\beta = 0,28$ ($p < 0,05$). Этот результат свидетельствует о том, что активная субъектная позиция, готовность проявлять инициативу и настойчивость в достижении профессиональных целей вносят дополнительный вклад в успешность самореализации, хотя и уступают по значимости эмоциональной стабильности. Единственным негативным предиктором в модели выступает тревога с $\beta = -0,25$ ($p < 0,05$). Отрицательный знак коэффициента указывает на дефицитарный характер данного свойства. Так, чем выше уровень тревожности у психолога-консультанта, тем ниже показатели его профессиональной самореализации. Тревога, по-видимому, снижает способность к эффективному выполнению профессиональных задач, нарушает эмоциональную регуляцию и препятствует полноценному раскрытию потенциала.

Интеллект и общительность, несмотря на наличие значимых корреляционных связей с уровнем самореализации ($r = 0,35$ и $r = 0,227$ соответственно), при включении в регрессионную модель с эмоциональной стабильностью, агрессивностью и тревогой теряют статистическую значимость. Это свидетельствует об опосредованном характере их влияния. Так, интеллект и общительность, вероятно, способствуют самореализации не прямо, а через формирование эмоциональной стабильности, настойчивости или снижение тревоги.

Выводы и заключение

Таким образом, можно выделить два полюса личностной детерминации профессиональной самореализации психологов-консультантов. Ресурсный полюс образуют эмоциональная стабильность, интеллект, настойчивость и общительность – эти свойства положительно связаны с различными компонентами самореализации. Дефицитарный полюс представлен тревогой, подозрительностью, подчинённостью и чрезмерным практицизмом – данные свойства демон-

стрируют отрицательные корреляции, снижая успешность профессиональной самореализации. Данный факт может быть объяснён спецификой консультативной деятельности, которая характеризуется высокой эмоциональной насыщенностью, неопределённостью, ответственностью за благополучие клиента и необходимостью удерживать профессиональные границы в условиях эмпатической включённости. Психолог-консультант, не обладающий достаточной эмоциональной стабильностью, рискует столкнуться с профессиональным выгоранием, снижением эффективности и уходом из профессии. Настойчивость, вторая по значимости позитивная детерминанта, отражает необходимость проактивной позиции, постановки целей, преодоления сопротивления (как клиентского, так и организационного), умения отстаивать профессиональные решения. Это качество дополняет эмоциональную стабильность, образуя синергичный ресурсный комплекс.

Практический вывод из полученных результатов состоит в том, что при профессиональном отборе и психологическом сопровождении психологов-консультантов целесообразно делать акцент на развитии эмоциональной стабильности, снижении тревожности и формировании ассертивной позиции. Интеллектуальные и коммуникативные способности, будучи необходимыми, не являются дифференцирующими предикторами высокого уровня самореализации.

Библиография

- Богатырева, О.О. (2009). Проблемы профессиональной самореализации: социально-психологический и культурно-исторический аспекты. *Мир психологии*, 1, 251–259.
- Богатырева, О.О., & Марцинковская, Т.Д. (2009). Профессиональная самореализация в пространстве личностного развития. *Психологические исследования*, 1(3). <https://psystudy.ru/num/article/view/1002/542>.
- Василенко, А.А., Журавкова, М.А., Сподобец, В.А., Ядыкина, М.А., & Плотникова, Е.С. (2015). Самодетерминация как метакомпетенция в самореализации психолога. Территория новых возможностей. *Вестник Владивостокского государственного университета экономики и сервиса*, 4, 220–225.
- Дубровская, Ю.В., & Киселёва, Е.Н. (2024). Взаимосвязь профессиональной самореализации с самоотношением и внутриличностными конфликтами у психологов. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*, 13(12А), 82–96.
- Зеер, Э. Ф., & Шаров, А. А. (2023). Самореализация как предиктор формирования профессиональной успешности субъекта деятельности. В *Векторы взаимодействия: СПО – вуз – предприятие: материалы Всероссийской научно-практической конференции* (с. 70–78). Российский государственный профессионально-педагогический университет.
- Сапрыкина, И.В., & Родионова, О.Г. (2025). Взаимосвязь эмоционального интеллекта, профессиональной самореализации и мотивации психологов. *Научный Лидер*, 42, 50–55.
- Смык, А.А. (2023). Взаимосвязь профессионального самосознания и самореализации педагога-психолога на стадии профессиональной адаптации. *Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки*, 23-3, 262–270.

Поступила в редакцию: 15.06.26

Принята к публикации: 20.08.26