

Факторы методического самоопределения консультантов в области психотравматологии

Романов А. А.,

магистрант, кафедра психотравматологии, Русская христианская гуманитарная академия им. Ф. М. Достоевского, Санкт-Петербург, Россия, this.is.romanov@gmail.com

УДК 159

DOI 10.25991/3033-8794.2026.63.28.006

Аннотация

В статье представлено теоретическое обоснование и структура авторского опросника, направленного на изучение личностных и профессиональных факторов методического самоопределения психологов-консультантов и психотерапевтов, работающих в области психотравматологии. Опросник разработан в опору на модель профессионального самоопределения, интегрирующую сетку Томаса–Килмена и ключевые личностные конструкты (ассертивность, мотивация достижения, психологическое благополучие, когнитивные искажения). Приводится полное описание структуры инструмента. Статья носит методический характер и может быть полезна для исследователей и практиков в сфере психотравматологии.

Ключевые слова: психотравматология, методическое самоопределение, авторский опросник, профессионализация психологов.

Aleksandr A. Romanov

Master's Student,
Department of Psychotraumatology,
Russian Christian Academy for the Humanities
named after F. M. Dostoevsky, St. Petersburg,
Russia,
this.is.romanov@gmail.com

Factors of methodological self-determination of consultants in the field of psychotraumatology

Для цитирования:

Романов А. А. (2026) Факторы методического самоопределения консультантов в области психотравматологии. *Психология человека и социальной среды*, 1(3), 51–57. doi: 10.25991/3033-8794.2026.63.28.006

Abstract

The article presents a theoretical rationale and the structure of an author-developed questionnaire aimed at studying personal and professional factors of methodological self-determination among counseling psychologists and psychotherapists working in the field of psychotraumatology. The questionnaire was developed based on a model of professional self-determination integrating the Thomas–Kilmann grid and key personality constructs (assertiveness, achievement motivation, psychological well-being, cognitive distortions). A complete description of the instrument's structure is provided. The article is methodological in nature and may be useful for researchers and practitioners in the field of psychotraumatology.

Keywords: psychotraumatology, methodological self-determination, author-developed questionnaire, professionalization of psychologists.

В современных условиях наблюдается значительный социальный запрос на помощь при психической травме, травматическом стрессе и посттравматических состояниях. Но методических разработок для результативной консультативной практики недостаточно. На сегодняшний день консультативная практика в области психотравматологии характеризуется высокой вариативностью подходов, техник и теоретических оснований. В этой связи процесс профессионального методического самоопределения становится одним из ключевых факторов успешной профессионализации психолога. Несмотря на наличие исследований профессионального самоопределения в целом (Климов, 2012; Пряжников, 2008; Ильин, 2012), отсутствуют исследования, посвященные личностным факторам, влияющим на выбор специалистами направлений, подходов и технологий работы. Работ, посвященных практически личностным детерминантам методического выбора именно у специалистов, работающих в психической травмой, практически нет.

Проблема актуальности исследования заключается в отсутствии диагностического инструментария, позволяющего оценить взаимосвязь личностных особенностей специалистов в выборе моделей методического самоопределения в работе в психической травмой. Практикующим специалистам необходимо понимание, какие личностные особенности (в частности, ассертивность, мотивация достижения/избегания, уровень психологического благополучия, склонность к когнитивным искажениям) влияют на то, как выстраивать свой методический арсенал: строго следовать готовым протоколам, активно модифицировать их, создавать авторские техники или работать интегративно.

В психологической литературе можно обнаружить немногочисленные модели профессионального становления специалиста в области психологического консультирования. Так, например, Е. П. Кораблина в статье, посвященной особенностям подготовки психолога-консультанта к профессиональной деятельности, пишет: «Анализ особенностей становления профессионала показывает, что важнейшим в этом процессе является личностно-профессиональное развитие, включающее формирование профессионально важных способностей, качеств, умений и навыков, обеспечивающих возрастание профессионального мастерства. Это происходит через интериоризацию накапливаемого опыта (как собственно профессионального, так и жизненного в широком смысле) и последующую его экстериоризацию, воплощение в профессиональной деятельности» (Кораблина, 2005, с. 20). И далее приводится обобщенная авторская модель профессиональной подготовки психолога-консультанта, включающая следующие важные этапы:

- Приобретение теоретико-методических знаний;
- Накопление жизненного опыта посредством

его переживания, рефлексирования, осознания, принятия ответственности за осуществляемые действия и личностный рост;

- Формирование профессионально важных, качеств, умений и навыков;
- Включение опыта, знаний, умений, навыков в контекст собственной жизни и развитие индивидуального стиля профессиональной деятельности;
- Становление профессионального мастерства.

Модель иллюстрирует логику становления профессионального мастерства консультанта, акцентирует важность и теоретико-методических знаний, и личностных качеств, и опыта работы консультанта, однако факторы его методического самоопределения в модели не представлены. Не отражаются в литературе специфика консультативной работы в области психотравматологии.

В практике психологического консультирования традиционно различают личностно-ориентированные (человеко-центрированные, по Роджерсу) и проблемно-ориентированные подходы. Работа в психической травмой часто требует их интеграции: на первом этапе — восстановление ресурсов личности клиента и его «сохранного» Я, на втором — непосредственная работа в травматическом материале. Это особенно важно в консультативно-диагностическом сопровождении при психотравме, где специалист сталкивается в необходимостью баланса между фокусом на проблеме и фокусом на личности клиента.

Для решения задачи создания комплексного методического инструментария автором разработан опросник «Личностные особенности психотерапевтов и консультантов в области психотравматологии». Теоретической основой разработанного автором опросника выступает модель профессионального методического самоопределения, построенная на базе сетки Томаса-Килмена (1974, адаптация Гришиной). Две ключевые оси — напористость (стремление отстаивать собственный профессиональный стиль, модифицировать и создавать авторские техники работы) и кооперация (ориентация на признанные протоколы, сертификацию и академические стандарты) — позволяют выделить пять основных моделей самоопределения:

- профессиональную автономизацию (разработка авторского инструментария);
- профессиональную ассоциацию (строгое следование протоколам);
- профессиональную неопределенность (размытость, избегание выбора);
- профессиональную компилятивность (модульный подход);
- интегративную флексибельность (полиомодальный, адаптивный подход).

Дополнительно в опросник включены тесты и шкалы личностных переменных, значимых для

эффективной работы в травмой: ассертивность (Rathus, 1973), мотивация достижения / избегания неудач (Mehrabian, адаптация MATS), компоненты психологического благополучия (Ryff, 1989) и склонность к когнитивным искажениям (Freeman, DeWolf, 1992, адаптация Бобров, Файзрахманова). Эти конструкты позволяют объяснить, почему одни специалисты склонны к жесткому следованию протоколам (например, высокая мотивация избегания неудач, более низкая ассертивность), а другие — к творческой интеграции и авторским разработкам (высокая мотивация достижения, выраженная автономия и личностный рост).

В опросник также включены вопросы, направленные на выявление влияния поло-возрастных характеристик консультанта, длительности его консультативной практики, раскрывающих влияние на методическое самоопределение опыта работы консультанта. В этом плане опросник позволяет сравнить самоопределение «новичков» и опытных специалистов.

Еще один важный фактор, который учитывается в опроснике, — это страна проживания консультанта и преимущественная языковая принадлежность его клиентов.

Таким образом, разработанный авторский опросник представляет собой универсальный инструмент, реализующий комплексный подход к изучаемой проблеме и позволяющий оценить взаимосвязь личностных особенностей и специфик работы специалиста в выборе им тех или иных моделей методического самоопределения в практике работы в психической травмой.

Рассмотрим структуру и содержание предлагаемого опросника. Опросник состоит из двух частей. Первая часть включает 6 блоков вопросов, направленных на выяснение специфики авторской работы специалиста. Вторая часть опросника содержит 3 блока вопросов и направлена на выявление моделей методического самоопределения консультантов.

Часть 1.

Инструкция респондентам: «Спасибо за участие в нашем исследовании! Все Ваши ответы анонимны и будут использованы исключительно в научных целях. Пожалуйста, отвечайте на предложенные вопросы коротко, но в конкретными примерами. Все вопросы для лучшего понимания разделены на смысловые блоки».

Вопросы:

Блок 1. Опора на стандартизированные протоколы

1.1. Используете ли вы сертифицированные протоколы в своей практике?

1.2. Приведите 1–2 примера протоколов, которые вы используете:

Блок 2. Модификации протоколов

2.1. Используете ли вы модификации существующих протоколов?

2.2. Приведите пример модификации и опишите ситуацию, в которой вы ее применяете:

Блок 3. Авторские техники

3.1. Применяете ли вы авторские техники или собственные разработки?

3.2. Кратко опишите одну-две авторские техники (цель, метод, ожидаемый эффект):

Блок 4. Самые используемые в практике техники

4.1. Какие техники вы используете чаще всего в повседневной практике?

4.2. Укажите, какие из перечисленных техник являются стандартизованными (с документом / сертификатом), а какие — модификациями или авторскими:

Блок 5. Причины адаптаций

5.1. Что чаще всего побуждает вас отклониться от протокола и применить адаптацию или авторскую технику? (коротко, одно-два предложения):

Блок 6. Несколько вопросов о вас (нужное подчеркнуть)

6.1. Страна вашего проживания:

6.2. На каком языке Вы консультируете? (русский / английский / другое)

6.3. Ваше образование

базовое образование (одно или несколько), дипломы о переподготовке, повышение квалификации.

6.2. Считаете ли вы себя начинающим или опытным специалистом в сфере психологического консультирования? Да / нет

6.3. Считаете ли вы себя травма-ориентированным специалистом (специалистом по работе в психической травмой)? Да / нет

Часть 2.

Инструкция респондентам: «В процентных блоках распределите 100% между вариантами так, чтобы сумма была ровно 100. Если вариант не используется — поставьте 0. В демографических вопросах выберите один вариант».

Блок 1. Использование протоколов и адаптаций.

Распределите 100% вашей практики между четырьмя типами:

Использование протоколов и адаптаций	в %
сертифицированные протоколы (протоколы / мануалы, по которым есть документ / сертификат)	%
модифицированные протоколы (адаптации существующих протоколов)	%
авторские техники / собственные разработки	%
эклектика / интегративный подход	%
	= 100%

Блок 2. Подходы и сертификаты.

Для каждого подхода укажите долю практики (в %). Указывайте только те подходы, по которым у вас есть соответствующие документы (сертификаты, удостоверения, дипломы)

Подходы и сертификаты	Доля практики в %
Когнитивно-поведенческая группа (TF-CBT, пролонгированная экспозиция, школы третьей волны КПТ (ACT, DBT, CFT, MBCT), Схема-терапия и др.)	%
Травмоориентированные протоколы (EMDR, CPT (Cognitive Processing Therapy), NET (Narrative Exposure Therapy) и др.)	%
Психодинамические подходы (включая психоанализ)	%
Телесно-ориентированные и соматические подходы (Соматические переживание (SE), Сенсомоторная психотерапия, Телесно-ориентированная терапия)	%
Гуманистические и интегративные подходы (Гештальт-терапия, Экзистенциальная терапия, Клиент-центрированная терапия, ОРКТ и др.)	%
Экспрессивные и арт-подходы (Арт-терапия, Музыкальная терапия, Психодрама / драматерапия и др.)	%
Семейные системные подходы (Внутренние семейные системы (IFS), Терапия эго-состояний, Системная семейная терапия)	%
	= 100%

Блок 3. Несколько вопросов о вас (нужное подчеркнуть):

1. Возраст
до 35 / 35 и старше
2. Пол
мужской / женский
3. Страна практики
Россия / не Россия / Консультирую дистанционно (среди клиентов есть проживающие как в России, так и в других странах)
4. Ваша практика в основном травмоориентированная?

да / нет

5. Стаж практики

до 3 лет / 3–7 лет / 7 лет и более.

Заключение

В дальнейшей работе планируется проведение многоэтапной апробации опросника. На первом этапе (пилотажное / поисковое исследование) инструмент будет протестирован на небольшой выборке практикующих психологов-консультантов (не менее 30 человек), включая как начинающих, так и опытных специалистов, а также русскоязычных и англоязычных респондентов. Это позволит уточнить формулировки вопросов, проверить понятность инструкций и собрать первичные данные о распределении моделей методического самоопределения.

На втором этапе предполагается основная апробация опросника на расширенной выборке (не менее 100–150 человек) в разделении на подгруппы сравнения:

- по уровню опыта (новички / опытные),
- по стране/языку практики (Россия / зарубежные),
- по типу практики (государственная / частная / дистанционная)
- по самоидентификации как травма-ориентированного специалиста.

Далее планируется тестовая психодиагностика и проведение корреляционного анализа взаимосвязей между личностными переменными (ассертивность, мотивация достижения, психологическое благополучие, когнитивные искажения) и преобладающими моделями самоопределения.

В качестве гипотез исследования, проведенного в помощь опросника и тестовой психодиагностики могут быть выдвинуты следующие предположения:

В практике специалистов, работающих в психической травмой, удастся зафиксировать все пять моделей методического самоопределения:

- профессиональную автономизацию (разработка авторского инструментария);
- профессиональную ассоциацию (строгое следование протоколам);
- профессиональную неопределенность (размытость, избегание выбора);
- профессиональную компилятивность (модульный подход);
- интегративную флексибильность (полимодалый, адаптивный подход).

На выбор модели методического самоопределения влияют поло-возрастные характеристики консультантов.

На выбор модели методического самоопределения влияет опыт консультативной практики.

На выбор модели методического

самоопределения влияют факторы специфики (условий) консультирования: страна проживания консультанта и преимущественно языковая принадлежность его клиентов.

На выбор модели методического самоопределения консультанта, работающего в психической травмой, влияют такие его личностные особенности (ключевые личностные конструкты) как ассертивность, мотивация достижения, психологическое благополучие, когнитивные искажения.

Дальнейшая апробация инструмента позволит уточнить его психометрические характеристики, проверить выдвинутые гипотезы и получить эмпирические данные о преобладающих моделях самоопределения у разных групп специалистов.

Изучение используемых специалистами подходов, техник и протоколов в ходе апробации опросника позволит сформировать представление о том сочетании стандартизированных протоколов или техник и оригинальных или авторских методик, которые применяются в практике как начинающими, так и опытными терапевтами и консультантами.

Разработанный авторский опросник представляет собой комплексный диагностический инструмент, позволяющий оценить личностные и профессиональные факторы методического самоопределения психологов-консультантов и психотерапевтов, работающих в области психотравматологии. Предложенный инструмент может быть использован:

- в процессе базовой подготовки психологов-консультантов;
- в повышении методического самоопределения на этапе вхождения в профессиональную деятельность;
- для индивидуальной супервизии и самоанализа практикующих специалистов;
- при разработке программ повышения квалификации и тренингов профессионального самоопределения для начинающих психологов;
- в научно-исследовательских целях — для изучения факторов профессионализации в области психотравматологии;
- при профилактике профессионального выгорания консультантов;
- для повышения эффективности помощи клиентам в психической травмой.

В целом настоящая работа вносит вклад в развитие методологии изучения профессионализации в области психотравматологии и открывает перспективы для последующих эмпирических и прикладных исследований.

Литература

Бардиер, Г. Л. (2023). Трёхкомпонентная модель психотравматизации личности. В О. В. Заширинская (ред.).

Психотравматология (С. 45–62). Санкт-Петербург: РХГА.

Гнатко, О. В., & Бардиер, Г. Л. (2025). Феноменологический подход к определению травматического стресса. *Психологическое консультирование в религиозных организациях*, (1), 112–128.

Гришина, Н. В. (2008). *Психология конфликта*. Санкт-Петербург: Питер.

Заширинская, О. В. (2023). Консультационно-диагностическое сопровождение психотравмированной личности. В *Сборник материалов XXIII Свято-Троицких ежегодных международных академических чтений в Санкт-Петербурге* (С. 331–337). Санкт-Петербург: Русская христианская гуманитарная академия им. Ф. М. Достоевского.

Заширинская, О. В. (2006). *Преодоление травматического стресса. Рабочая тетрадь*. Санкт-Петербург: Речь.

Заширинская, О. В., & Тамбовцева, Ю. В. (2020). Особенности отношения к себе и другим у человека в психической травмой. В *Актуальные вопросы изучения травматического стресса и психотравмы в социальной и образовательной среде* (С. 22–31). Санкт-Петербург: София.

Ильин, Е. П. (2012). *Психология профессионального самоопределения*. Санкт-Петербург: Питер.

Климов, Е. А. (2012). *Психология профессионального самоопределения* (4-е изд.). Москва: Академия.

Кораблина, Е. П. (2005). Особенности подготовки психолога-консультанта к профессиональной деятельности. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*, (12), 20–30.

Пряжников, Н. С. (2008). *Профессиональное самоопределение: теория и практика*. Москва: Академия.

Mehrabian, A. (1969). Measures of achieving tendency. *Educational and Psychological Measurement*, 29, 445–451.

Rathus, S. A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4(3), 398–406.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (1974). *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. Tuxedo, NY: Xicom.

References

Bardier, G. L. (2023). *Trokhkomponentnaya model' psikhotravmatizatsii lichnosti* [Three-component model of personality psychotraumatization]. In O. V. Zashchirinskaya (Ed.). *Psikhotravmatologiya* [Psychotraumatology] (pp. 45–62). Saint Petersburg: RKhGA.

Gnatko, O. V., & Bardier, G. L. (2025). *Fenomenologicheskii podkhod k opredeleniyu travmaticheskogo stressa* [Phenomenological approach to the definition of traumatic stress]. *Psikholoicheskoe konsul'tirovanie v religioznykh organizatsiyakh*, (1), 112–128.

Grishina, N. V. (2008). *Psikhologiya konflikta* [Psychology of conflict]. Saint Petersburg: Piter.

Il'in, E. P. (2012). *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of professional self-determination]. Saint Petersburg: Piter.

Klimov, E. A. (2012). *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of professional self-determination] (4th ed.). Moscow: Akademiya.

Korablina, E. P. (2005). *Osobennosti podgotovki psikhologa-konsul'tanta k professional'noi deyatel'nosti* [Features of training a counseling psychologist for professional activity].

Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena, (12), 20–30.

Mehrabian, A. (1969). Measures of achieving tendency. *Educational and Psychological Measurement*, 29, 445–451.

Pryazhnikov, N. S. (2008). *Professional'noe samoopredelenie: teoriya i praktika* [Professional self-determination: theory and practice]. Moscow: Akademiya.

Rathus, S. A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4(3), 398–406.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (1974). *Thomas-Kilman Conflict Mode Instrument*. Tuxedo, NY: Xicom.

Zashchirinskaia, O. V. (2023). Konsul'tatsionno-dagnosticheskoe soprovozhdenie psikhotravmirovannoi lichnosti [Consultative and diagnostic support of a psychotraumatized personality]. In *Sbornik materialov XXIII Svyato-Troitskikh ezhegodnykh mezhdunarodnykh akademicheskikh chtenii v Sankt-Peterburge* (pp. 331–337). Saint Petersburg: Russkaya khristianskaya humanitarnaya akademiya im. F. M. Dostoevskogo.

Zashchirinskaia, O. V. (2006). *Preodolenie travmaticheskogo stressa. Rabochaya tetrad'* [Overcoming traumatic stress. Workbook]. Saint Petersburg: Rech'.

Zashchirinskaia, O. V., & Tambovtseva, Yu. V. (2020). *Osobennosti otnosheniya k sebe i drugim u cheloveka s psikhicheskoi travmoy* [Peculiarities of attitude towards oneself and others in a person with psychological trauma]. In *Aktual'nye voprosy izucheniya travmaticheskogo stressa i psikhotravmy v sotsial'noi i obrazovatel'noi srede* (pp. 22–31). Saint Petersburg: Sofiya.