



УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.32.73>

Духовность как основа жизнеспособности психологов-консультантов

Е. В. Тарасова

Городская клиническая больница № 39, г. Нижний Новгород, Россия

Аннотация. Рассматривается проблема духовности как составляющей жизнеспособности психологов-консультантов. Представлен анализ понятия духовности с психологической точки зрения. Описана проблема развития жизнеспособности и духовности в профессиональной деятельности психологов-консультантов. Обозначена новая концепция религиозного/духовного благополучия психологов. Сделано предположение о том, что с жизнеспособностью психологов-консультантов связаны некоторые компоненты духовности для эффективного решения профессиональных задач. Проведена психологическая диагностика с помощью валидного опросника. Выполнено анкетирование среди психологов по авторской анкете. Посредством корреляционного анализа установлены положительные корреляционные связи между доверием к себе и оптимизмом, доверием к себе и трудностями.

Ключевые слова: жизнеспособность, духовность, психолог, профессиональная деятельность, ресурсы.

Для цитирования: Тарасова Е. В. Духовность как основа жизнеспособности психологов-консультантов // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2020. Т. 32. С. 73–85. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.32.73>

Введение

Актуальность данного исследования обусловлена увеличением числа конфликтных ситуаций, трудовых споров, возникающих в профессиональной деятельности между коллегами, сотрудниками и работодателями. Все чаще фиксируются случаи моббинга на рабочем месте, эмоционального выгорания, развития склонности к депрессивным расстройствам у сотрудников.

По нашему мнению, для преодоления трудных профессиональных ситуаций специалистам разных профессий, в том числе психологам, необходимо поддержание и сохранение жизнеспособности, а в частности, такого ее компонента, как духовность.

В последние десятилетия исследователи активно изучают феномен духовности в разных областях психологии. Особый интерес представляет феноменология духовности, ее связь с религиозностью, моральными ценностями общества. Наиболее актуальными становятся разработки новых этических представлений, соответствующих современному обществу и требованиям к изменившемуся состоянию нравственности [Махнач, Дикая, 2018].

По результатам проведенных зарубежными учеными исследований (А. Э. Бергин, Г. Коениг, Н. Краузе и др.) было выявлено, что духовная культура человека способствует преодолению психических травм, стрессов, улучшению психического здоровья. В процессе психологического общения духовность помогает справляться с серьезным или даже смертельным заболеванием [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Рассматривая понятие «духовность» с психологической точки зрения, стоит отметить, что оно отражает аспект самореализации и саморазвития личности, гибкость и способность к открытию для себя новых смыслов и ценностей. По мнению исследователей, духовность наряду с такими качествами человеческой природы, как коммуникабельность, транскомуникабельность, способность к самоактуализации, способность любить, интеллектуальная гибкость, обеспечивают специфически человеческие формы жизненного существования и целостность человека [Рыльская, 2014].

Следует отметить, что духовность в контексте развития личности является динамичным конструктом. В. Г. Пузиков в результате проведенного анализа психологических аспектов изучения человека предлагает трактовать его сущность, связанную с различием телесности, душевности, духовности и приоритетности духовных качеств личности, как наиболее перспективную при организации и проведении последующих исследований проблемной тематики духовности человека [Пузиков, 2014].

Духовность проявляется в человеке только тогда, когда смыслы и ценности не остаются на уровне просто слов, а возникают личностные структуры. Благодаря их наличию человек ведет себя несколько иначе, чем вел себя до этого, руководствуясь нравственностью, способностью к добродетели, следованию моральным принципам, способностью искренне помогать людям, в том числе при реализации своей профессиональной деятельности.

В зарубежных исследованиях духовность рассматривалась в аспекте изучения компонентов религиозного/духовного благополучия и качеств личности, описывалась взаимосвязь религиозного/духовного благополучия с субъективным благополучием, психическим здоровьем и выживанием [Dimensions of Religious ..., 2010].

Духовное благополучие осмысливается как двухмерный конструкт. С одной стороны, религиозное благополучие описывается по вертикали. Это так называемый размер нашего благополучия, это то, как человек относится к Богу. С другой стороны, это экзистенциальное благополучие описывается по горизонтали, т. е. как человек относится к смыслу жизни, цели и удовлетворенности жизнью, без каких-либо конкретных ссылок на высшие силы [Dimensions of Religious ... , 2010]. Кроме того, представлена новая концепция религиозного/духовного благополучия [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014], охватывающая несколько аспектов психологического благополучия относительно имманентной/трансцендентной области восприятия. В этом контексте важно также отметить, что термин «духовное благополучие» изначально был использован в Соединенных Штатах, которые обеспечивали совершенно разные религиозные/духовные условия по сравнению с Европой [Dimensions of Religious ... , 2010].

Pargament предоставляет определение религиозности/духовности с психологической точки зрения как поиск смыслов, относящихся к священным [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Исследователи говорят, что религия может выступать более широким понятием по отношению к духовности и включает последнее в себя. В свою очередь, если оценивать духовность как опыт внутренних, личных переживаний, как поиск сакрального, то можно предположить, что с религиозными переживаниями человек может испытывать и эстетические, познавательные, нравственные переживания, способные вывести его из эмпирического в трансцендентный мир. С такой точки зрения духовность предстает более широким понятием, чем религиозность.

Таким образом, религиозность и духовность могут быть рассмотрены как важный символический аспект человеческого существования, который облегчает создание смысла и цели в жизни [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Стоит отметить, что духовность и религиозность вносят вклад в улучшение показателей здоровья человека. Так, например, религиозные и духовные убеждения помогают амбулаторным пациентам выстроить систему смыслов и найти ответы на экзистенциальные вопросы [Дивисенко, Белов, 2017]. Позитивный смысл и духовность/религиозность оказались обратно пропорционально связаны с симптомами депрессии у людей с пороками сердца. Было доказано, что религиозное/духовное благополучие положительно коррелирует с различными параметрами психологического и физиологического здоровья [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Наблюдается недостаточность исследований религиозного/духовного благополучия и его влияния на жизнь человека в отечественной науке. Обратим внимание на работы В. А. Агаркова [Агарков, 2015; Агарков, Александров, Бронфман, 2017], который определил положительную связь между некоторыми аспектами религиозности/духовности и положительной динамикой в преодолении последствий психической травмы.

Важным открытием в области психологии духовности человека является разработка шкалы «Многофакторный опросник религиозного/духовного благополучия» (RSWB) [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

В отечественной психологии труда внимание уделяется изучению духовности у различных групп профессий. Исследовались духовность учителя музыки [Яковлюк, 2001], духовность в педагогике [Никитенко, 2009], духовность военнослужащих [Кучеров, 2008; Москалюк, 2010; Пашков, 2007; Петрий, 2007], духовность как основа высшего образования [Ахвердова, 2006], духовность в деятельности руководителя [Давыдова, 2010], духовность у сотрудников уголовно-исполнительной системы [Климова, 2015], формирование духовности у операторов особо сложных систем [Рыжиков, 2007].

Следует отметить, что в мире профессий низкий уровень духовности в большей степени связан со стремлением специалистов к материальным благам. Так, стремление к финансовой поддержке нейтрализует человечность у многих специалистов, что особенно опасно для профессий, культивирующих гуманное отношение к людям, в том числе и для профессии психолога-консультанта.

Развитие профессиональной деградации в современном мире способствует моббингу, снижению уровня нравственности, что само по себе превращает профессионалов в «роботов». В такой ситуации психологические исследования духовности становятся все более значимыми [Соколова, 2011].

В XXI в. духовность сопоставляется с такими феноменами в психологии, как «жизнеспособность» и «жизнестойкость». Следует отметить, что в настоящее время в российской психологической науке наблюдается становление и уточнение данных понятий, описывающих способность человека к преодолению неблагоприятных жизненных обстоятельств с возможностью восстанавливаться и использовать для этого все внутренние и внешние ресурсы. Исследователи обозначают устойчивость составляющей жизнеспособности, что предполагает устойчивость к различным воздействиям, способность к восстановлению, о которой упоминается во многих определениях термина [Махнач, 2013].

По мнению Д. А. Леонтьева, жизнестойкость – это черта, характеризующаяся мерой преодоления личностью заданных обстоятельств, а в конечном счете мерой преодоления личностью самой себя [Леонтьев, 2005]. В свою очередь, психологическое содержание жизнеспособности человека можно охарактеризовать как «синергетическое единство способностей адаптации, способностей саморегуляции, способностей саморазвития и осмысленности жизни» [Рыльская, 2014]. Наличие указанных способностей в личности позволяет индивиду адаптироваться к сложным жизненным ситуациям и раскрыть потенциал для совладения с ними.

В контексте данного исследования отметим, что духовность имеет свои особые формы бытия и измерения, среди которых следует выделять духовную свободу, духовную ответственность и духовное достоинство [Андронов, 2007; Буравлева, 2011].

В настоящее время отсутствует единое понимание того, что духовность собой выражает. Духовность не зафиксирована на официальном уровне, она не признана реально функционирующей ни в отдельном человеке, ни в обществе.

Исследователи отмечают, что развитие духовного начала общества соотносится с жизнеспособностью [Махнач, 2013]. Конструкты «духовность» и «жизнеспособность» находятся на одной стороне континуума, характеризующего благополучие, определяющее рост и развитие не только в жизни, но и в профессиональной деятельности.

По мнению Н. В. Марьясовой, принципами духовности человека являются саморазвитие и самореализация [Марьясова, 2004]. Духовность сопоставляется именно с жизнеспособностью (не с жизнестойкостью), поскольку отражает тенденцию к саморазвитию. Жизнеспособность по сравнению с жизнестойкостью является более обширным понятием. Жизнестойкость рассматривается как компонент жизнеспособности [Тарасова, 2016]. Несмотря на то что духовность выступает источником жизнестойкости и способствует посттравматическому росту [Ганиева, 2018], жизнеспособности человека и профессионала присуща мировоззренческая направленность, где особое место занимает духовность, нравственность.

Духовность является составляющей жизнеспособности, благодаря которой личность не только становится жизнестойкой, но и способна руководствоваться нравственными ориентирами для преодоления трудностей и оставаться длительное время в равновесии, способна к развитию и самосовершенствованию, иными словами, «гнутья, но не ломаться» [Махнач, 2013]. По нашему мнению, нужно расширить представления о сущности человека и профессионала, обоснованно включив в них духовно-нравственную сферу, что, безусловно, будет способствовать развитию жизнеспособности.

Встречаются лишь единичные отечественные исследования духовности как основы жизнеспособности профессионала [Махнач, 2013; Махнач, Дикая, 2018]. К примеру, исследователем А. В. Махнач разработан трехуровневый модуль профессионального обучения, способствующий духовной жизнеспособности солдат [Махнач, 2013].

Деятельность специалистов профессий типа «человек – человек» связана с работой с людьми и нередко приводит к эмоциональному выгоранию, профессиональной деформации, стрессам и негативным переживаниям, отрицательно влияющим на продуктивность труда. Такому риску подвержены, например, психологи. Специфика их труда требует от профессионалов духовных ресурсов, нравственного развития и ПВК, позволяющих им эффективно помогать людям справляться с кризисами. В связи с чем консультантам-психологам крайне важно иметь необходимый уровень духовности, чтобы быть жизнеспособным.

Духовность является тем базовым компонентом жизнеспособности, наличие которого позволяет психологам быть живым и поддерживающим клиента, нуждающегося в помощи.

По нашему мнению, религиозное/духовное благополучие является показателем сформированного у специалистов, в том числе консультантов-психологов, мировоззрения, способствующего жизнеспособности в ситуациях профессионального стресса или кризиса. В связи с этим в настоящем исследовании описаны характеристики религиозного/духовного благополучия и их выраженность на выборке психологов-консультантов, рассмотрено самосознание профессионалов относительно их духовности и жизнеспособности в контексте профессиональной деятельности.

Организация и методы исследования

Статистическая обработка материала проводилась с помощью программы Statistica 10; использовались следующие методы статистической обработки данных: метод средних, метод кластеризации, метод корреляционного анализа. В исследовании приняли участие 52 психолога из городов России. Средний возраст составляет $38,5 \pm 9,67$ года, стаж работы – 8,62–8,68 года.

1. Для исследования духовности психологов как ресурсной характеристики была использована русскоязычная версия опросника MI-RSWB «Многофакторный опросник религиозного/духовного благополучия (ОРДБ)». Данный опросник является валидным инструментом оценки различных ас-

пектов религиозности/духовности и подтверждения положительного эффекта терапевтических интервенций [Агарков, Александров, Бронфман, 2017].

2. Была разработана авторская анкета, содержащая 30 вопросов о представлениях психологов относительно жизнеспособности и духовности в их профессиональной деятельности.

Результаты исследования и их обсуждение

В русскоязычной версии опросника MI-RSWB «Многофакторный опросник религиозного/духовного благополучия (ОРДБ)» обозначены шесть шкал («Общая религиозность», «Способность прощать», «Имманентная надежда», «Чувство сопричастности», «Трансцендентная надежда», «Переживание смысла»), представленные в табл. 1.

Таблица 1

Средние значения показателей шкал теста ОРДБ опрошенных

Шкала	Среднее значение
Общая религиозность	29,15
Способность прощать	44,27
Имманентная надежда	36,1
Чувство сопричастности	32,5
Трансцендентная надежда	38,4
Переживание смысла	37,23

Отметим, что в зарубежных публикациях встречается такой термин, как «духовное благополучие». В целом шкалу «Общая религиозность» можно описать как веру человека, связанную с институтами или с организованными религиозными общинами и традицией, в то время как «Чувство сопричастности» может быть обозначена в качестве формы религиозных убеждений (например, вера в высшие силы; см. также Piedmont) [Piedmont, 1999].

Кроме того, шкала «Трансцендентная надежда» может быть описана как состоящая из такого аспекта, как вера в «лучшую жизнь после смерти», которая впоследствии может быть связана с меньшим количеством экзистенциального страха или тревоги смерти. Такие шкалы, как «Имманентная надежда», «Способность прощать» или «Переживание смысла», связаны с разными значениями субъективного благополучия и поэтому могут быть концептуализированы как религиозные/духовные аспекты или как вообще личностные диспозиции, при этом не обязательно включенные в религиозное/духовное содержание [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Анализируя полученные данные, мы отметили преобладание показателей по шкале «Способность прощать» (44,27), что свидетельствует о наличии у психологов умений прощать обиды, ошибки и прочие неприятности, полученные от кого-либо, прослеживается некоторая тенденция относиться к людям толерантно.

Таким образом, способность прощать, по нашему мнению, является фактором жизнеспособности профессионалов, поскольку указанная способность определяет надежду на лучшее будущее и снижает напряженность в

межличностных отношениях, что может рассматриваться как относительно благоприятный момент в жизнедеятельности человека.

Опрошенным психологам свойственна «трансцендентная надежда» (38,4), что характеризует специалистов как менее склонных к экзистенциальным страхам и тревогам. Низкий уровень страха смерти свидетельствует о присутствии смысла в жизни и деятельности человека [Ялом, 2009], на это указывает показатель по шкале «Переживание смысла» (37,23). Психологи имеют тенденцию к переживанию смысла жизни, целей в жизнедеятельности.

Положительная корреляция наблюдается между значениями шкал «Чувство сопричастности» и «Общая и религиозность» ($r = 0,66; p \leq 0,05$). Психологи склонны придерживаться традиций и ритуалов, где имеют место объединения людей.

Обратим внимание также на положительную корреляционную связь между значениями шкал «Имманентная надежда» и «Переживание смысла» ($r = 0,52; p \leq 0,05$) и между значениями шкал «Чувство сопричастности» и «Переживание смысла» ($r = 0,56; p \leq 0,05$), которая говорит о наличии экзистенциальных составляющих в жизни психологов. Данные результаты подтверждают, что жизнь психологов наполнена смыслом, а это поддерживает надежду на лучшее будущее. У специалистов есть ощущение единения с группой людей (в том числе с профессиональной группой), открытость традициям, что переживается как смысл в жизни представленной выборки людей.

Таким образом, использование традиций, объединение людей в жизнедеятельности, надежда на лучшее будущее и наполненная смыслом жизнь становятся значимыми составляющими жизнеспособности психологов.

Однако в другом исследовании, на большей выборке ($n = 250$), прямая корреляция наблюдается между шкалами «Способность прощать» и «Чувство сопричастности», а также между шкалой «Имманентная надежда» ($p = 0,48$) и шкалой «Способность прощать» ($p = 0,47$) [Dimensions of Religious ... , 2010]. В этом примере указывается на способность прощать как ключевую способность в определении смысла жизни и объединении людей с религиозными и иными целями, что нехарактерно для выборки настоящего исследования.

В целом мы согласны с утверждением ряда исследователей [Там же] о том, что религиозность и духовность может представлять важные аспекты человеческой личности, и это достаточно многоплановые и индивидуальные характеристики.

В результате опроса (проведенного по разработанной автором методике) была получена возможность количественного отображения следующих параметров: «нравственность в профессиональной деятельности», «надежда на благополучие в профессиональной деятельности», «оптимизм», «духовность», «ответственность», «социальные взаимосвязи», «трудности как ресурс», «гибкость», «доверие к себе».

Изучаемая совокупность делится на 5 кластеров.

Кластер 1 (психологи со средним стажем 6,8 года, возраст начала деятельности – 26–27 лет) отличается самым низким уровнем по указанному в анкете параметру «ответственность» (0,29). Возможно, психологи не обратили внимания на вопросы, связанные с пониманием ответственности.

Представленные вопросы об ответственности в профессиональной деятельности были неважны, поскольку специалисты этой группы сфокусировались на других аспектах деятельности.

Кластер 2 (психологи со средним стажем 15 лет, возраст начала профессиональной деятельности – 26–27 лет) отличается самым низким значением по 80 % показателей параметров анкеты («нравственность в профессиональной деятельности» – 8,13; «надежда на благополучие в профессиональной деятельности» – 1,88; «оптимизм» – 0,75; «духовность» – 1,75; «трудности как ресурс»: – 3,63, «гибкость» – 1,5; «доверие к себе» – 0,88). Параметры «ответственность», «социальные взаимосвязи» – 0,5 и 2,63 соответственно. Данные указывают на следующую тенденцию: для специалистов важно взаимодействие с коллегами и близкими, в отличие от выборки кластера 1, они склонны акцентировать внимание на ответственности в своей работе. Именно эти факторы, по мнению опрошенных, позитивно влияют на сохранение жизнеспособности.

Кластер 3 (психологи со средним стажем 5,5 года, возраст начала профессиональной деятельности – 40–41 год) отличаются самыми высокими значениями параметров «нравственность в профессиональной деятельности» (11,18), «надежда на благополучие в профессиональной деятельности» (2,82), «гибкость» (4,00) при самом низком уровне социальных взаимосвязей (2,18). Понятие нравственности характерно специалистам этой возрастной группы. Они обращают внимание на нравственность как составляющую жизнеспособности. При некоторой изолированности специалисты сохраняют гибкость и надежду на благополучие, что является прогностически благоприятным аспектом и отражает тенденцию к жизнеспособности психологов.

Кластер 4 (психологи со средним стажем 3 года, возраст начала деятельности – около 24–25 лет) отличается самым высоким значением по параметру «социальные взаимосвязи» (2,85). Молодые специалисты обращают внимание на межличностную коммуникацию как аспект жизнеспособности. Можно предположить, что крепкие социальные связи помогали им справляться с невзгодами в профессиональном пространстве.

Кластер 5 (психологи со средним стажем 22,3 года, возраст начала деятельности – 33–34 года) демонстрируют самое высокое значение параметров «духовность» (3,0) и «ответственность» (0,83). Вероятно, духовность, как и ответственность, являются характеристиками жизнеспособности психологов этой группы.

Далее был проведен корреляционный анализ параметров анкеты, показавший следующие результаты: выявлена положительная корреляция между показателями «доверие к себе» и «оптимизм» ($r = 0,70$; $p \leq 0,05$), что характеризует выборку специалистов как уверенных в себе людей, оптимистично настроенных в жизнедеятельности. По всей видимости, доверие к себе связано с положительным опытом позитивных изменений у специалистов в профессиональной деятельности.

Выявлена положительная корреляционная связь между показателями по параметрам «доверие к себе» и «трудности как ресурс» ($r = 0,81$; $p \leq 0,05$). Данный факт указывает на то, что специалисты склонны доверять

себе в трудных ситуациях и, возможно, рассматривать трудности как что-то, что помогает преодолевать проблемы.

Наблюдается отсутствие корреляционных связей между показателем «духовность» и по остальным параметрам, где $p \leq 0,05$, ($r = 0,6$). При этом первая группа (7 человек) определяли духовность как внутренний для человека процесс или состояние («поиск внутренних смыслов», «внутренняя чистота», «ощущение себя» и т. п.); вторая группа (6 человек) напрямую связывала духовность с верой в Бога; третья группа (5 человек) описывала духовность как следование нравственным принципам, их приоритет над материальными аспектами. У остальных респондентов разброс мнений слишком большой, чтобы его можно было как-то упорядочить и классифицировать, что свидетельствует о неоднозначности понимания термина «духовность» психологами.

Выводы

С жизнеспособностью профессионалов связаны некоторые составляющие духовности: умение прощать; объединение группы людей, разделяющих ценности, традиции; имманентная надежда; наполненность смыслами в профессии, а также целеустремленность в решении профессиональных задач. Духовность как стержневая характеристика личности специалиста-психолога позволяет опираться на ценности и с достоинством преодолевать трудности в работе. Религиозность и духовность могут считаться важными для здоровья и жизни [Unterrainer, Lewis, Fink, 2014].

Полученные результаты данного исследования могут быть применены в области изучения духовности как основы жизнеспособности специалистов других профессий. Становится очевидным, что духовность является фундаментальным качеством, позволяющим даже опытным специалистам оставаться в профессии и быть жизнеспособными при эффективной реализации профессиональной деятельности на протяжении всей жизни.

Список литературы

- Агарков В. А.* Посттравматическое стрессовое расстройство: критерии, диагностика, коморбидность : учеб. пособие. М. : МГСМУ, 2015. 62 с.
- Агарков В. А., Александров Ю. И., Бронфман С. А.* Русскоязычная версия опросника MI-RSWB – Многофакторный опросник религиозного/духовного благополучия (ОРДБ) // Материалы Первой Московской международной конференции, 20-21 апреля 2017 года : сб. науч. тр. М. : Сам Полиграфист, 2017. С. 81–84.
- Андронов В. П.* Психология духовности человека [Электронный ресурс] // Инженерные технологии и системы. Вестник МГУ. 2007. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-duhovnosti-cheloveka> (дата обращения: 29.01.2020).
- Ахвердова О. А.* Духовность как основа высшего образования // Высшее образование в России. 2006. № 4. С. 81–85.
- Бурявлева Н. А.* Понятие «духовность» в современной психологии [Электронный ресурс] // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2011. № 12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-duhovnost-v-sovremennoy-psihologii> (дата обращения: 03.01.2020).
- Ганиева Р. Х.* Духовность как источник индивидуальной жизнестойкости: результаты психологического исследования // Духовность как источник индивидуальной жи-

нестойкости: результаты психологического исследования. *Minbar. IslamicStudies*. 2018. № 11(3). С. 649–666. <https://doi.org/10.31162/2618-9569-2018-11-3-649-666>

Давыдова С. В. Духовность в субъективной реальности деятельности руководителя // *В мире научных открытий*. 2010. № 4(17). С. 79–80.

Дивисенко К. С., Белов А. Э. Социальные исследования субъективного благополучия в контексте духовности и религиозности // *Социологический журнал*. 2017. Т. 23. № 2. С. 51–73.

Климова Н. В. Фактор духовности в преодолении профессиональной деформации сотрудников уголовно-исполнительной системы // *Вестник Кузбасского института*. 2015. № 3 (24). С. 166–172.

Кучеров Е. В. Духовность современного российского офицера: состояние и особенности функционирования // *Армия и общество*. 2008. № 1. С. 83–91.

Леонтьев Д. А. Духовность, саморегуляция и ценности [Электронный ресурс] // *Известия Южного федерального университета. Технические науки*. 2005. № 7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/duhovnost-samoregulyatsiya-i-tsennosti> (дата обращения: 20.01.2020).

Марьясова Н. В. Духовность в контексте психологического анализа (личностный аспект): автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2004. 24 с.

Махнач А. В. Мораль и нравственность человека как основа жизнеспособности общества // *Личность профессионала в современном мире*. М.: Институт психологии РАН, 2013. С. 95–107.

Махнач А. В., Дикая Л. Г. Мировоззренческая направленность как компонент жизнеспособности человека в социономических профессиях // *Организационная психология и психология труда*. 2018. Т. 3, № 1. С. 62–91

Москалюк Н. Ю. Духовность в деятельности сотрудников пограничных органов // *Вестник Московского государственного областного университета*. 2010. № 2. С. 59–64.

Никитенко С. Н. Категория духовности в педагогике // *Известия Волгоградского государственного педагогического университета*. 2009. № 1. С.15–19.

Паишов В. И. Духовность как основа патриотического воспитания военнослужащих // *Вестник Московского университета МВД России*. 2007. № 6. С. 107.

Петрий П. В. Духовность как сущностная характеристика личности // *Социология образования*. 2007. № 9. С. 77–83.

Пузиков В. Г. Духовность человека: подходы исследования // *Наука о человеке: гуманитарные исследования*. 2014. № 1(15). С.157–163.

Рыжиков В. С. Формирование духовности профессионала в системе профессиональной подготовки у операторов особо сложных систем // *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2007. № 11. С. 184–186.

Рыльская Е. А. Психология жизнеспособности человека: автореф. дис. ... докт. психол. наук. Ярославль, 2014. 34 с.

Соколова Р. И. Духовность как основа жизнеспособности государства [Электронный ресурс] // *Россия: тенденции и перспективы развития*. 2011. № 6-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/duhovnost-kak-osnova-zhiznesposobnosti-gosudarstva> (дата обращения: 20.01.2020).

Тарасова Е. В. Компоненты жизнеспособности психологов и психотерапевтов [Электронный ресурс] // *АНИ: педагогика и психология*. 2016. № 4 (17). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/komponenty-zhiznesposobnosti-psihologov-i-psihoterapevtov> (дата обращения: 20.01.2020).

Яковлюк С. М. Духовность учителя музыки как фактор формирования духовности младших школьников // *Материалы конф. : тезисы докладов XI науч.-практ. конф. по пробл. физического воспитания учащихся / отв. ред. Б. Ф. Прокудин*. Коломна : Коломенский государственный педагогический институт, 2001. С. 229–230.

Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти. М.: Эксмо, 2009. 384 с.

Dimensions of Religious / Spiritual Well-Being and their relation to Personality and Psychological Well-Being / H. F. Unterrainer, K. H. Ladenhauf, M. L. Moazedi, Wallner- S. J. Liebmann, A. Finke // *Personality and Individual Differences*. 2010. Vol. 49, N 3. P. 192–197.

Piedmont R. L. Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model // *Journal of Personality*. 1999. N 67. P. 985–1013.

Unterrainer H. F., Lewis A. J., Fink A. Religious/Spiritual Well-Being, Personality and Mental Health: A Review of Results and Conceptual Issues // *Journal of Religion and Health*. 2014. Vol. 53, N 2. P. 382–392.

Spirituality as the Basis for Vitality of Counseling Psychologists

E. V. Tarasova

City Clinical Hospital N 39, Nizhny Novgorod, Russian Federation

Abstract. The paper is concerned with spirituality as an important part of vitality of counseling psychologists. The concept of spirituality has been analyzed within the framework of psychology. The author described the development of vitality and spirituality in the course of performing professional duties of counseling psychologists. A new concept of religious/spiritual well-being of psychologists has been put forward. The author suggested that some components of spirituality for efficient solving professional tasks are related to vitality of counseling psychologists. Psychological diagnosis with the help of a valid questionnaire has been carried out. The sampling of psychologists was surveyed using the original questionnaire. The correlation analysis identified positive correlations between credibility and optimism, and credibility and difficulties as a resource; which proves that fact that spirituality is an important part of vitality of counseling psychologists.

Keywords: vitality, spirituality, psychologist, professional activity, resources.

For citation: Tarasova E.V. Spirituality as the Basis for Vitality of Counseling Psychologists. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2020, vol. 32, pp.73-85. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.32.73> (in Russian)

References

Agarkov V.A. *Posttravmaticheskoe stressovoe rasstrojstvo: kriterii, diagnostika, komorbidnost* [Post-Traumatic Stress Disorder: Criteria, Diagnosis, Comorbidity]. Moscow, MGSMU Publ., 2015, 62 p. (in Russian)

Agarkov V.A., Aleksandrov YU.I., Bronfman S.A. Russkoyazychnaya versiya oprosnika MI-RSWB – Mnogofaktornyj oprosnik religioznogo/duhovnogo blagopoluchiya (ORDB) [Russian version of the MI-RSVB questionnaire – A multi-factorial questionnaire of religious / spiritual well-being]. *Materialy Pervoj Moskovskoj Mezhdunarodnoj konferencii (20-21 aprelya 2017 g.)* [Materials of the First Moscow International Conference (April 20-21, 2017)]. Moscow, Sam Poligrafist Publ., 2017, pp. 81-84. (in Russian).

Andronov V. P. Psihologija duhovnosti cheloveka [Psychology of Human Spirituality]. *Inzhenernye tehnologi i isistemy. Vestnik MGU* [Engineering Technologies and Systems], 2007, no. 2. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-duhovnosti-cheloveka> (date of access: 29.01.2020) (in Russian)

Ahverdova O.A. Duhovnost' kak osnova vysshego obrazovaniya [Spirituality as the Basis of Higher Education]. *Vysshee Obrazovanie v Rossii* [Higher Education in Russia], 2006, no. 4, pp. 81-85. (in Russian)

Buravleva N.A. Ponjatie «duhovnost'» v sovremennoj psihologii [The concept of “spirituality” in modern psychology]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo uni-*

versiteta [Tomsk State Pedagogical University Bulletin], 2011, no.12. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-duhovnost-v-sovremenoy-psihologii> (date of access: 03.01.2020) (in Russian)

Ganieva R.H. Duhovnost' kak istochnik individual'noj zhiznestojkosti: rezul'taty psichologicheskogo issledovaniya [Spirituality as a source of the individual resilience: results of the psychological study]. *Minbar. Islamic Studies* [Minbar. Islamic Studies], 2018, no. 11(3), pp. 649-666. <https://doi.org/10.31162/2618-9569-2018-11-3-649-666> (in Russian)

Davydova S.V. Duhovnost v sub"ektivnoj real'nosti deyatel'nosti rukovoditelya [Spirituality in the Subjective Reality of the Leader]. *V mire nauchnyh otkrytij* [In the World of Scientific Discoveries], 2010, no. 4 (17), pp. 79-80. (in Russian)

Divisenko K.S., Belov A.E. Social'nye issledovaniya sub"ektivnogo blagopoluchiya v kontekste duhovnosti i religioznosti [Social Studies of Subjective Well-Being in The Context of Spirituality and Religiosity]. *Sociologicheskij zhurnal* [Sociological Journal], 2017, vol. 23, no. 2, pp. 51–73. (in Russian)

Klimova N.V. Faktor duhovnosti v preodolenii professional'noj deformacii sotrudnikov ugolovno-ispolnitel'nojsistemy [Spirituality Factor in Overcoming of Professional Deformation of Penal System Employees]. *Vestnik Kuzbasskogo institute* [Bulletin of the Kuzbass Institute], 2015, no. 3 (24), pp. 166-172. (in Russian)

Kucherov E.V. Duhovnost' sovremennogo rossijskogo oficera: sostoyanie i osobennosti funkcionirovaniya [Spirituality of a modern Russian officer: state and features of functioning]. *Nauchno-informacionnyj zhurnal: Armiya i obshchestvo* [Scientific- nformation Journal Army and Society], 2008, no. 1, pp. 83-91. (in Russian)

Leont'ev D.A. Duhovnost', samoreguljacija i cennosti [Spirituality, Self-Regulation and Values]. *Izvestija Juzhnogo Federal'nogo universiteta. Tehnicheskie nauki* [Izvestiya SFU. Engineering Sciences], 2005, no. 7. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/duhovnost-samoreguljatsiya-i-tsenosti> (date of access: 20.01.2020) (in Russian)

Mar'yasova N.V. *Duhovnost' v kontekste psichologicheskogo analiza (lichnostnyj aspekt). Avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk* [Spirituality in the Context of Psychological Analysis (Personal Aspect). Cand. psychol. sci. diss. abstract]. Habarovsk, 2004, 24 p. (in Russian)

Mahnach A.V. Moral i npravstvennost' cheloveka kak osnova zhiznesposobnosti obshchestva [Morality and Morality of Man as the Basis of the Viability of Society]. *Lichnost' professionala v sovremennom mire* [Personality of a Professional in the Modern World]. Moscow, Institut psihologii RAN Publ., 2013, pp. 95–107. (in Russian)

Mahnach A.V., Dikaya L.G. Mirovozzrencheskaya napravlennost' kak component zhiznesposobnosti cheloveka v socionomicheskikh professiyah [Worldview Orientation as a Component of Human Vitality in Socionomic Professions]. *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psichologiya i psichologiya truda* [Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology], 2018, vol. 3, no. 1, pp. 62-91. (in Russian)

Moskalyuk N.YU. Duhovnost' v deyatel'nosti sotrudnikov pogranych organov [Spirituality in the Activities of Border Officials]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta* [Bulletin of the Moscow Region State University], 2010, no. 2, pp. 59-64. (in Russian)

Nikitenko S.N. Kategoriyaduhovnosti v pedagogike [The Category Of Spirituality In Pedagogy]. *Izvestiya Volgogradskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Izvestia of the Volgograd State Pedagogical University], 2009, no.1, pp.15-19. (in Russian)

Pashkov V.I. Duhovnost' kak osnovapa trioticheskogo vospitaniya voennosluzhashchih [Spirituality as the Basis of Patriotic Education Of Military Personnel]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii* [Vestnik of Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia], 2007, no. 6, 107 p. (in Russian)

Petrij P.V. Duhovnost' kak sushchnostnaya harakteristika lichnosti [Spirituality as an Essential Characteristic of Personality]. *Sociologiya obrazovaniya* [Sociology of Education], 2007, no. 9, pp. 77-83. (in Russian)

Puzikov V.G. Duhovnost cheloveka: podhody I ssledovaniya [Human Spirituality: Research Approaches]. *Nauka o cheloveke: gumanitarnye issledovaniya* [The Science of Person: Humanitarian Researches], 2014, no. 1 (15), pp. 157-163. (in Russian)

Rylskaja E.A. *Psihologija zhiznesposobnosti cheloveka* [Psychology of Human Vitality. Dr. sci. diss. abstract]. Jaroslavl', 2014, 34 p. (in Russian)

Ryzhikov V.S. Formirovanie duhovnosti professionala v sisteme v professional'noj podgotovki u operatorov osoboslozhnyh system [Formation of Professional Spirituality in The System of Professional Training for Operators of Particularly Complex Systems]. *Pedagogika, psihologiyai mediko-biologicheskie problem fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2007, no. 11, pp. 184-186. (in Russian)

Sokolova R.I. Duhovnost kak osnova zhiznesposobnosti gosudarstva [Spirituality as the Basis for the Viability of the State]. *Rossija: tendencii i perspektivy razvitiya* [Russia: Trends and Development Prospects], 2011, no. 6-2. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/duhovnost-kak-osnova-zhiznesposobnosti-gosudarstva> (date of access: 20.01.2020) (in Russian)

Tarasova E.V. Komponenty zhiznesposobnosti psihologov I psihoterapevtov [Components of the Viability of Psychologists and Psychotherapists]. *ANI: pedagogikaipsihologija* [ANI: Pedagogy and Psychology], 2016, no. 4 (17). Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/komponenty-zhiznesposobnosti-psihologov-i-psihoterapevtov> (date of access: 20.01.2020) (in Russian)

Yakovlyuk S.M. Duhovnost' uchitelya muzyki kak factor formirovaniya duhovnosti mladshih shkol'nikov [Spirituality of a Music Teacher as a Factor in the Formation of Spirituality of Younger Students]. *Materialy konf.: tezisydokladov XI nauch.prakt. konf. poprobl. Fizicheskogo vospitaniya uchashchihsya* [Conf. Materials: Abstracts of Scientific Research Papers. Conf. XI It. Physical Education Students]. Kolomna, Kolomenskij gosudarstvennyjpedagogicheskij institute. Publ., 2001, pp. 229-230. (in Russian)

Yalom I. *Vglyadyvayas' v solnce. Zhizn' bez straha smerti* [Vglyadyvayas' v solntse. Zhizn' bez strakha smerti]. Moscow. Eksmo Publ., 2009, 384 p. (in Russian)

Unterrainer H.F., Ladenhauf K.H., Moazed M.L., Wallner-Liebmann S.J., Finke A. Dimensions of Religious, Spiritual Well-Being and their relation to Personality and Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 2010, vol. 49, no. 3, pp. 192-197.

Piedmont R.L. Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model. *Journal of Personality*, 1999, no. 67, pp. 985-1013.

Unterrainer H.F., Lewis A.J., Fink A. Religious/Spiritual Well-Being, Personality and Mental Health: A Review of Results and Conceptual Issues. *Journal of Religion and Health*, 2014, vol. 53, no.2, pp. 382-392.

Тарасова Екатерина Владимировна

медицинский психолог, соискатель
Институт психологии РАН
Россия, 603028, Москва, ул. Ярославская,
13
ГБУЗ НО «Городская клиническая
больница № 39»
Россия, 603028, Нижний Новгород,
Московское шоссе, 144
e-mail: psycholog.tarasova@yandex.ru

Tarasova Ekaterina Vladimirovna

Clinical Psychologist,
Postgraduate Degree Seeker,
Institute of Psychology RAS
13, Yaroslavskaaya st., Moscow,
129366, Russian Federation
City Clinical Hospital № 39
144, Moscow highway, Nizhny Novgorod
603028, Russian Federation
e-mail: psycholog.tarasova@yandex.ru

Дата поступления: 21.11.2019

Received: November, 21, 2019