

## МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ ПСИХОЛОГА

В.И. Слепкова, С.И. Коптева

Беларусь, г. Минск

Одним из недостатков в подготовке практических психологов выступает приоритет так называемого "знаниевого" подхода, в рамках которого основной образовательной задачей считается формирование прочных научно-теоретических знаний. В результате обучения в лучшем случае появляются эрудиты в конкретной области психологической науки, но отнюдь не субъекты целостной психологической деятельности.

Следует учитывать, что в современной психологической науке существует множество теоретических направлений, что ставит перед будущим специалистом задачу самостоятельной систематизации и интеграции всего многообразия научных знаний и практических умений, полученных в период вузовского обучения.

Кроме того, реальная профессиональная деятельность практического психолога характеризуется многообразием контекстов применения знаний, комплексным характером ситуаций психологического взаимодействия, что делает невозможным прямой перенос приобретенных знаний в психологическую практику. Неизбежным в такой ситуации является период профессиональной адаптации. Одной из адаптационных технологий является введение в план вузовской подготовки практических психологов системы развивающих психологических тренингов, поскольку личность психолога, состояние его психического здоровья является системообразующим фактором его профессиональной позиции, инструментом эффективности профессиональной деятельности. Именно психологический тренинг как активная форма обучения помогает решать задачу подготовки будущего психолога как субъекта профессиональной деятельности.

На факультете психологии Белорусского государственного педагогического университета им. М. Танка разработана, прошла апробацию и включена в учебный план профессионального обучения пошаговая модель психологического тренинга профессионально-личностного роста будущего психолога. При этом из всего многообразия парадигм использования тренинга как активного метода обучения нами используется подход к тренингу как к способу передачи и прие-

ма психологических знаний, к форме создания условий для самопознания, самораскрытия участников, самостоятельного поиска ими способов решения собственных психологических проблем, для становления и развития профессионального самосознания.

Такое понимание психологического тренинга исключает его применение как своеобразной формы дрессуры, при которой манипулятивными приемами при помощи подкрепления формируются "нужные" паттерны поведения.

Становление профессионального сознания психолога рассматривается нами как процесс актуализации (проявления), раскрытия и развития личностного потенциала будущего специалиста.

Методологическим основанием разработки модели психологического тренинга профессионально-личностного роста психолога является концепция Л.С. Выготского о становлении и развитии личности. Л.С. Выготский отмечал: "Личность становится для себя тем, что она есть в себе, через то, что она предъявляет для других" [1, с. 144].

Могут быть выделены следующие этапы развития профессионального сознания психолога:

1 этап – интрапсихический ("для себя"). Основное содержание – узнавание себя, самораскрытие, осознание и принятие.

2 этап – интерпсихический ("для других"). Его назначение – профессионализация сознания через осознание взаимодействия с другими.

3 этап – интрапсихический ("для себя" как профессионала). Его цель – развитие собственно профессиональной позиции будущего психолога.

Таким образом, психологический тренинг профессионально-личностного роста психолога включает три самостоятельных курса: тренинг личностного роста, социально-психологический тренинг общения, тренинг профессионального самосознания практического психолога.

Тренинг личностного роста, включенный в план подготовки студентов первого курса, имеет основной целью "запуск" процесса профессионализации сознания через личностный опыт самораскрытия, самопознания и самопринятия. Человек конструктивен по своей природе (К. Роджерс), он обладает тенденцией двигаться к большей congruentности, к более реалистическому функционированию и зрелости. Условием самоактуализации является переживание "помогающих отношений" в группе, которые достигаются за счет открытости, эмпатического понимания, защищенности, аутентичности.

Мешают личностному росту страх изменения, ригидные защитные механизмы, недоверие к себе, конформизм.

Можно считать психологической аксиомой положение Дж. Рейнуотера о том, что внутренние изменения в личности происходят только тогда, когда человек "отказывается от погони" за тем, чтобы стать таким, каким его хотят видеть, каким он должен быть для других и начинает осознавать и принимать себя таким, каков он есть на самом деле [3].

Социально-психологический тренинг общения, имеющий целью развитие соответствующей компетентности будущего специалиста, является вторым этапом на пути становления профессионального сознания. Накопление собственного опыта самораскрытия и самопринятия становится основой адекватного восприятия, понимания и "чувствования" в другого.

В процессе тренинга осуществляется последовательное включение в межличностное взаимодействие личного опыта участников группы (чувств, мыслей, действий, поступков). Будущие психологи переживают состояние конгруэнтности, осознают его значимость, приобретают умение разотождествлять свою субъектность и ролевое функционирование, что позволяет уйти от манипулятивности и дресуры при формировании коммуникативных способностей.

Тренинг развития самосознания психолога является завершающим этапом в системе развивающих тренингов. Здесь сознание студентов фокусируется на себе как на субъекте профессиональной деятельности.

Собственная личность становится объектом рефлексии с точки зрения ее пригодности и готовности к будущей профессиональной деятельности. Такая рефлексия возможна благодаря открытию Я для себя (первый этап), Я для Других и Других для себя (второй этап). На третьем этапе происходит расширение границ сознания участников тренинга (по принципу отрицания отрицания), что позволяет направить вектор рефлексии на себя как будущего субъекта профессиональной деятельности.

Методологическим основанием для определения содержания программы тренинга являются положения о личности и условиях личностного роста в гуманистических теориях А. Маслоу, К. Роджерса и психотерапии Ф. Перлза, идеи о значимости для личностного роста сознания экзистенциальных данностей человеческого бытия в экзистенциальной психологии и психотерапии И. Ялома, о роли развивающего обучения в структурировании внутреннего пространства

личности, раскрытии каналов самопознания и самопостроения саморефлексии Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина.

Особые требования предъявляются к ведущему группы. Они сконцентрированы в модели психолога-фасилитатора, предложенной К. Роджерсом. Задачей фасилитатора является обязательное соблюдение принципов активности, диалогизации и персонификации.

Проведенное экспериментальное исследование изменений профессионального самосознания в процессе тренинга профессионально-личностного роста психолога, в котором приняли участие 178 человек, позволяет констатировать, что у студентов растет способность проживать "здесь и сейчас", ощущать целостность и непрерывность своего Я в прошлом, настоящем и будущем. "Локус контроля" меняется от экстернальности к интернальности, четче обозначаются внутренние автономность и аутентичность, ориентация на собственные ресурсы. Студенты становятся более открытыми, проявляются эмпатийность и спонтанность, возрастает способность к субъект-субъектному общению, глубоким эмоциональным контактам с другими людьми.

#### Литература

1. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. Собрание сочинений: В 6 т. – М., 1985. – Т. 4.
2. Пергаменщик Л.А. Самосознание личности. Методологические и прикладные проблемы. – М., 1993.
3. Рейнуотер Дж. Это в ваших силах. Как стать собственным психотерапевтом / Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1992.

## ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Л.Е. Соколова

Украина, г. Кривой Рог

Важную роль в жизни современного человека играет его умение адаптироваться к условиям окружающей действительности. Большое значение в формировании этого умения отводится эмоциональной культуре личности.

Наиболее полное и точное определение эмоциональной культуры может быть представлено следующей формулировкой: эмоциональная культура – это определенный уровень психического развития,