

О. Р. Ткачишина, к. психол. н., доцент кафедри практичної психології
Інституту педагогіки та психології НПУ ім. М. П. Драгоманова

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

У наш час вимоги держави та суспільства до ефективності будь-якої професійної діяльності постійно зростають. Це стосується усіх сфер професійної діяльності людини. Зокрема, зростають вимоги і до професій типу „людина – людина”, до яких відносяться вчителі, соціальні педагоги, психологи, соціальні працівники тощо. У змісті вимог, що пред’являються суспільством до професійних психологів та педагогів, особливо слід підкреслити свідоме регулювання діяльності, керування емоційними станами для успішного виконання своєї професійної діяльності у різних емоціогенних ситуаціях.

На сучасному етапі розвитку суспільства найактуальнішою є проблема підготовки висококваліфікованих спеціалістів у вищій школі – одному з провідних інститутів соціалізації. Формування професійної компетентності, а також готовності реалізувати отримані знання та вміння є головним завданням вищої школи.

Проблеми психологічної освіти і підготовки професіоналів у різних сферах психологічної практики набули для вітчизняної психолого-педагогічної науки особливої актуальності. Інтерес до проблем психологічної освіти визначається потребами гуманізації всіх сторін суспільного життя. В контексті гуманізації сучасної освіти та її переорієнтації на парадигму особистісно-орієнтованого навчання, перед вищими навчальними закладами освіти постає завдання підвищення якості підготовки майбутніх практичних психологів та педагогів [6].

Основні характеристики діяльності практичних психологів, вимоги до їх особистості та особливості підготовки кадрів даного профілю

розглядалися в багатьох роботах як зарубіжних (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та ін.) так і вітчизняних (О. Ф. Бондаренко, М. Й. Боришевський, Н. Л. Коломінський, С. Д. Максименко, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко та багатьох інших) психологів.

Щодо впливу професійної діяльності (психолога, педагога) на особистість людини, то тут слід підкреслити як позитивний вплив (набуття професійного досвіду, удосконалення професійних навичок, формування професійного мислення тощо), так і негативний (формування стереотипів, емоційне вигорання, професійна деформація та ін.), і це необхідно враховувати при підготовці майбутніх фахівців ще під час навчання у ВНЗ.

У процесі професійної підготовки студентів, особливо гуманітарних спеціальностей (психологів, соціальних педагогів тощо) необхідно приділяти належну увагу розвитку комунікативних якостей у студентів. Адже розвиток комунікативної сфери в особистості, яка за специфікою своєї діяльності постійно взаємодіє та спілкується з іншими людьми є чи не основним аспектом, який забезпечує ефективність її роботи. Значний вплив на формування комунікативних якостей особистості здійснює інформаційне та комп'ютерне середовище. І тут слід наголосити на тому, що такий вплив швидше є негативним, а ніж позитивним. Тому, в таких умовах дуже важливо сформувати у студентів такі якості особистості, особливості мислення, соціальні установки, вміння та навички, які б забезпечили їм ефективну комунікацію в усіх сферах життя [8]. І тут також позитивних результатів можна досягти за допомогою соціально-психологічного тренінгу або інших методів активного соціально-психологічного навчання.

РЕЗУЛЬТАТИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

Як показує практика та свідчить проведений теоретичний аналіз літератури, впровадження методів активного соціально-психологічного навчання (АСПН) у процес професійної підготовки майбутніх фахівців є суттєво необхідним. Такої думки дотримуються багато авторів, вважаючи, що чим раніше ці методи буде впроваджено в навчальний процес, тим краще

для формування, становлення і подальшого розвитку особистості. Зокрема, М. С. Телешевська [18] вважає, що враховуючи прискорений темп життя і різні соціально-психологічні фактори, «було б не зайвим, починаючи зі шкільного віку, знайомити людину з правилами та прийомами володіння власною психікою. Мабуть прийшов час більш чітко та серйозно ставити та вирішувати питання про своєчасне формування в кожній людині тих якостей, які навчають володіти собою» [18]. Є. В. Сидоренко висловлює думку про те, що необхідна система тренінгів по психології спілкування для школярів і студентів всіх спеціальностей [17, 57]. І. Ф. Кравченко підкреслює, що, труднощі перших місяців роботи після навчання, коли молодий фахівець зіштовхується з багатьма невідомими й може допустити фатальних помилок, зумовлює необхідність проведення адаптивної роботи ще в ході отримання особистістю професійної освіти [9].

Крім того, необхідно підкреслити, що молодь, як правило, недостатньо чітко уявляє собі сильні і слабкі сторони своєї особистості, не знає і не використовує потенційні можливості її розвитку. Частіше за все спроби самовдосконалення в молодих людей направлені тільки на накопичення знань, а не на розвиток якостей особистості та умінь, які необхідні як у повсякденному житті, так і у професійній діяльності [21].

Таким чином, існує об'єктивна необхідність у застосуванні в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців, незалежно від обраної спеціальності, методів активного соціально-психологічного навчання. А особливо це є необхідним для студентів – майбутніх соціальних педагогів, психологів, соціальних працівників. Оскільки розвиток комунікативних умінь, характеристик особистості, які є важливими для спеціаліста який працює з людьми, значно полегшить входження молодого фахівця у професійне середовище та сприятиме успішному проходженню професійної адаптації.

Пізнання свого внутрішнього світу та інших людей у процесі активного соціально-психологічного навчання озброює навичками психологічного

аналізу ситуації спілкування і розуміння іншої людини в ній, розвиває здібності розв'язувати власні суперечності, гармонізує структуру особистості та переорієнтовує увагу з власного «Я» на іншу людину [10].

У групах активного соціально-психологічного навчання моделюються труднощі спілкування, що з'являються при входженні у нову соціально-психологічну ситуацію, а також такі, які можуть виникати у людини в інших випадках міжособистісної взаємодії. Це основа високої мотивації до навчання. Крім того, навчання мотивує і такий бажаний для суб'єкта результат, як зниження тривожності, емоційного напруження, нормалізація самооцінки, прийняття себе та інших, розширення кола усвідомлюваних особливостей власної психіки та можливостей психологічної проникливості щодо інших людей, відкритості й готовності до самовдосконалення власного потенціалу [10].

Тренінг є методом активного соціально-психологічного навчання, здійснюваного в умовах групи. В остаточному підсумку він спрямований на розвиток компетентності учасників у спілкуванні, а саме: допомагає в подоланні комунікативних бар'єрів, неадекватних установок і стереотипів, сприяє оптимізації міжособистісної взаємодії, пізнанню себе та інших, у тому числі вирішенню конфліктних ситуацій [2].

На сьогодні відсутнє загальноприйняте визначення поняття «тренінг», що призводить до розширеного його тлумачення та позначення цим терміном найрізноманітніших прийомів, форм, способів та засобів, що застосовуються у психологічній практиці [20]. Так, на думку Ю. М. Ємельянова [7], соціально-психологічний тренінг – це активне соціально-психологічне навчання, яке характеризується обов'язковою взаємодією учасників між собою [7]. Л. А. Петровська [14], визначає тренінг як засіб психологічного впливу, що направлений на розвиток знань, соціальних установок, вмінь та досвіду в сфері міжособистісного спілкування [14, 208].

На думку Є. В. Сидоренко [17, 14], у процесі тренінгу розвиваються такі форми поведінки, які включають і сприйняття партнера (перцепцію), і

передачу йому певних сигналів (комунікацію), і вплив на нього (інтерацію). Вони містять в собі всі три сторони спілкування: перцептивну, комунікативну та інтерактивну [17, 14].

Під час перехідного вікового періоду молоді люди виробляють нові стилі міжособистісних стосунків. Проте без успішних соціальних умінь цей досвід може стати негативним і призвести до різного роду соціальної ізоляції, психологічного відчуження, порушень у поведінці, навіть до девіантної поведінки [5].

Індивіду недостатньо тільки знати і розуміти, необхідно застосовувати ці знання в повсякденному житті. Як зазначають деякі зарубіжні дослідники [5], можна вчити підлітків важливості співчувати іншій людині, але успіх ми матимемо лише тоді, коли допоможемо особистості перекласти ці знання на мову необхідних і належних взірців поведінки [5]. Згідно поглядів цих авторів, навчати вмінням треба так, щоб вони не тільки набувались, але й ефективно застосовувались у різноманітних ситуаціях. Умінням необхідно навчати доти, доки вони не стануть автоматичними або «надмірно завченими», – що суттєво поліпшує впровадження вмінь, їх поширення [5].

Нами запропонована програма спецкурсу активного соціально-психологічного навчання «Оптимізація соціально-психологічної адаптації студентів у процесі професійної підготовки» [19], що базується на положеннях теорії соціального навчання А. Бандури [5; 25], Д. Ельконіна про те, що корекційні зусилля повинні бути сконцентровані не стільки на зовнішніх неадекватних проявах, на їх симптоматиці, скільки на дійсних витоках, їх чинниках, які породжують ці симптоми [1; 22]. Розробляючи програму оптимізації соціально-психологічної адаптації студентів, нами за основу було взято і модифіковано основні принципи, положення і структура АСПН Т. С. Яценко [24], а також низка методів і прийомів вітчизняних та зарубіжних психологів [3; 4; 7; 11; 16; 17; 25] та розробили низку своїх [19]. Розроблена програма може використовуватися у процесі професійної підготовки студентів різних спеціальностей та різних курсів навчання.

Мета спецкурсу АСПН «Оптимізація соціально-психологічної адаптації студентів у процесі професійної підготовки» – ознайомити студентів з теоретичними знаннями в галузі психології, що необхідні для ефективного спілкування, міжособистісної взаємодії, розвитку вміння розпізнавати та усвідомлювати виникнення негативних емоцій, формування впевненості у собі, і допомогти в набутті практичних навичок по застосуванню зазначених вмінь.

Відповідно до поставленої мети спецкурсу АСПН *головними цілями* нашої роботи стали:

- активізація та розвиток у студентів прагнення удосконалювати, підвищувати свою компетентність у спілкуванні;
- оптимізація міжособистісних стосунків;
- корекція характерологічних особливостей;
- розвиток мотивації, прагнення до особистісного зростання;
- підвищення власних адаптаційних можливостей до нових умов життя.

Вплив на адаптаційний потенціал особистості методами АСПН в процесі професійної підготовки повинен передбачати:

- формування мотиваційної сфери особистості;
- формування умінь та навичок, необхідних для функціонування у суспільстві;
- підтримка творчості і мобільності особистості.

Для досягнення поставлених цілей у процесі впровадження розробленого нами спецкурсу АСПН, ми намагалися вирішити ряд **завдань**, враховуючи компоненти соціально-психологічної адаптації:

1. ***На когнітивному рівні:***

- усвідомлення та розуміння своїх особливостей, сильних та слабких сторін власної особистості;
- розуміння та прийняття іншого з його позитивними сторонами та недоліками;

- пробудження інтересу до іншої людини як до особистості, зокрема розвитку умінь слухати і ставити себе на місце іншого;
- формування мотивації до самопізнання та самовдосконалення, до гармонійного розвитку своєї особистості;
- розвиток навичок самопізнання, самоконтролю та саморозвитку для застосування у реальних життєвих ситуаціях з метою вирішення особистісних та інших проблем;
- формування та розвиток здатності прогнозувати поведінку іншого, передбачати свій вплив на нього.

2. На емоційному рівні:

- навчитись більш досконало розуміти та вербалізувати власні почуття;
- розвиток здатності до відчуження і розуміння психічного стану інших;
- розвиток соціально-емоційної чутливості, емпатії, тактовності, позитивного емоційного ставлення до почуттів іншого;
- формування вміння розпізнавати та усвідомлювати власні почуття, адекватно їх виражати;
- набуття навичок саморегуляції, контролю за власною поведінкою;
- чуттєве розуміння групових процесів.

3. На поведінковому рівні:

- формування навичок впевненої, асертивної поведінки;
- аналіз поведінки інших людей під час взаємодії з ними;
- знайти та закріпити адекватні форми поведінки на основі досягнень у когнітивній та емоційній сферах;
- формування навичок адекватного спілкування, міжособистісної взаємодії, які будуть сприяти соціально-психологічній адаптації та функціонуванню у реальному житті;
- розвиток активності у міжособистісних стосунках.

Розроблена нами програма оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації студентів у ВНЗ складається з трьох блоків. Розглянемо їх детальніше. Тематичний план спецкурсу «Оптимізація соціально-психологічної адаптації студентів у процесі професійної підготовки» поданий у табл. 1.

Таблиця 1

Тематичний план спецкурсу «Оптимізація соціально-психологічної адаптації студентів у процесі професійної підготовки»

| № | Всього годин у семестрі __74__ Теми | Кількість годин, з них: | | | | | Психо-діагностика |
|-------------|--|-------------------------|-----------------------|-------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------|
| | | лекції (Л) | семінар. заняття (СЗ) | практичні заняття | інд.-конс. робота (ІКР) | сам. роб. СРС/ дом. завдання | |
| | Вступ (мета, завдання спецкурсу) | 2 | | | | | 2 |
| I. | Спілкування (три сторони спілкування: комунікативна, інтерактивна, перцептивна) | 2 | 2 | | 2 | | |
| | 1. Розуміння себе та інших | | | 4 | | 2 | |
| | 2. Розвиток уміння слухати | | | 4 | | 2 | |
| | 3. Формування емпатії (співчуття, співпереживання) | | | 4 | | 2 | |
| II. | Подолання конфліктності (агресивних проявів у поведінці) | 2 | 2 | | 2 | | |
| | 4. Розпізнання та усвідомлення виникнення негативних емоцій | | | 4 | | 2 | |
| | 5. Контроль власних емоцій | | | 4 | | 2 | |
| | 6. Зняття стресу, нейтралізація негативних емоцій | | | 4 | | 2 | |
| III. | Впевненість у собі | 2 | 2 | | 2 | | |
| | 7. Асертивна поведінка (вміння почуватися впевнено в будь-яких ситуаціях) | | | 4 | | 2 | |
| | 8. Розвиток активності у міжособистісних стосунках | | | 4 | | 2 | |
| | Підведення підсумків (висновки, обговорення результатів) | 2 | | | | | 2 |
| | Всього | 10 | 6 | 32 | 6 | 16 | 4 |

Перший блок програми АСПН «Спілкування (три сторони спілкування: комунікативна, інтерактивна, перцептивна)», направлений на розвиток у студентів комунікативних навичок, формування вміння

усвідомлювати свої почуття та розуміти почуття співрозмовника, навичок встановлення контакту з іншими людьми, формування емпатії.

Другий блок «Подолання конфліктності (агресивних проявів у поведінці)» спрямований на формування вміння розпізнавати та усвідомлювати виникнення негативних емоцій, розвиток вміння «володіти собою» у непростих життєвих ситуаціях, здатності контролювати свій емоційний стан. А також передбачене оволодіння студентами методами нейтралізації негативних емоцій, техніками саморегуляції та адекватної поведінки в конфліктних ситуаціях.

Третій блок програми АСПН «Впевненість у собі» покликаний сформувати у студентів почуття впевненості у собі у міжособистісних стосунках, розвиток вміння долати збентеження в неоднозначних ситуаціях, формування навичок асертивної поведінки, розвиток активності у міжособистісних стосунках.

Програма спецкурсу АСПН «Оптимізація соціально-психологічної адаптації студентів у процесі професійної підготовки», передбачає проведення лекцій з основних тем, практичних занять, що включають вправи для практичного засвоєння навичок, рольові ігри, групові дискусії, мозкові штурми. Семінарські заняття заплановані після циклу практичних занять з метою обговорення у групі засвоєних практичних навичок та отриманих знань основної теми циклу та її закріплення.

Програмою передбачена індивідуально-консультаційна робота зі студентами після кожного тематичного блоку з метою розв'язання питань, що можуть виникнути у студентів стосовно практичних вправ, теоретичного матеріалу спецкурсу, особистих проблем та ін. Значна частина годинного навантаження програми відводиться на домашні завдання, які призначені для практичного закріплення отриманих на заняттях навичок та їх застосування у реальному житті. Показником ефективності запропонованої програми спецкурсу слугує психодіагностика, проведення якої передбачено на першому та останньому заняттях [19].

Для практичних занять група була поділена на підгрупи по 8-10 осіб, що на нашу думку, є оптимальним для ефективного виконання вправ, формування вмінь та проведення рольових ігор.

Структура практичних занять включала в себе такі складові:

1. Розминка. Мета: психологічно настроїти учасників до роботи, взаємодії в групі, активної участі.
2. Перевірка генералізації (домашнього завдання). Мета: надати можливість учасникам групи поділитися досвідом застосування в житті знань, вмінь та навичок, які вивчаються, підтримувати один одного і побачити шляхи свого подальшого психологічного росту.
3. Вправи на формування вміння. Мета: за допомогою пропонованого алгоритму сформуванню в учасників відповідні вміння по темі заняття.
4. Вправи для виконання. Мета: створити ситуації, в яких студенти змогли б на собі відчувати дію певних факторів, що впливають на їх поведінку в соціумі.
5. Рольові ігри. Мета: надати можливість програти засвоєні вміння та навички в модельованій ситуації, на практиці, на своєму досвіді вчитись опановувати їх.
6. Мозкові штурми. Мета: навчитись знаходити способи розв'язання проблемних питань та завдань, бачити та аналізувати проблему з різних сторін та підходів.
7. Домашнє завдання. Мета: закріпити знання та вміння, які отримані на занятті та їх застосування у повсякденному житті.

Наявність у програмі різних форм роботи зі студентами дозволяє ефективно не тільки отримувати студентам нові знання, а й перевіряти їх на практиці, у реальному житті, з'ясовувати труднощі та проблеми, які виникають при цьому та успішно їх вирішувати завдяки обміну думками у групі та їх груповому аналізу.

ВИСНОВКИ

Сучасний розвиток суспільства характеризується ускладненням процесів професіоналізації, значним підвищенням вимог до професійної компетентності суб'єктів професійної діяльності. З огляду на це, перед вищою освітою при підготовці майбутніх фахівців постають завдання, які полягають не тільки у наданні їм знань, але й у формуванні професійної компетентності [12].

У процесі професійної підготовки студентів, особливо гуманітарних спеціальностей (психологів, соціальних педагогів тощо) постає проблема розвитку комунікативних якостей у студентів. Адже розвиток комунікативної сфери в особистості, яка за специфікою своєї діяльності постійно взаємодіє та спілкується з іншими людьми є чи не основним аспектом, який забезпечує ефективність її роботи.

Слід зазначити, що традиційні методики і прийоми навчання у вищій школі не забезпечують необхідний рівень формування у студентів необхідної професійної компетентності.

Соціальні вміння, а також комунікативні навички у студентів ефективно набуваються у процесі активного соціально-психологічного навчання. Тому, впровадження у процес професійної підготовки фахівців спецкурсів або програм з елементами тренінгової роботи, на нашу думку, є суттєво необхідним. Це допоможе студентам вирішити не тільки проблеми пов'язані з їх індивідуально-психологічними особливостями, але й розвинути професійно важливі риси та необхідні якості особистості професіонала.

ЛІТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – М.: Международная пед. Академия, 1995. – 212 с.
2. Бойко І. І. Соціально-психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – К., 2002. – 243 с.: іл. – Бібліогр.: с. 209-230.

3. Васильев Н. Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб.: Речь, 2002. – 174с.
4. Гаджиева Н. М., Никитина Н. Н., Кислинская Н. В. Основы самосовершенствования: Тренинг самосознания. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – 144с.
5. Гольдштейн А., Хомик В. Тренінг умінь спілкування: як допомогти проблемним підліткам / Пер. з англ. В. Хомика. – К.: Либідь, 2003. – 520 с.
6. Гурова О. Розуміння феномену толерантності майбутніми психологами // Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць. – К., 2006. – Т. VIII. – Вип. 1. – С. 105-111.
7. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. – 168 с.
8. Зуброва О. А. Комунікативна культура особистості: сутність та структурні компоненти // Педагогічні науки: Зб. наук. праць. – Херсон, 2006. – Вип. 41.– С. 281.
9. Кравченко І. Ф. Організаційно-педагогічні умови адаптації студентів до соціальної роботи на базі волонтерського клубу // Педагогічні науки: Зб. наук. праць. – Херсон, 2006. – Вип. 41. – С. 375.
10. Максимець С. М. Вплив емпатійності на соціально-психологічну адаптацію майбутніх учителів: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – О., 2000. – 163 с.: іл. – Бібліогр.: с. 148-163.
11. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2004. – 192 с.: іл. – Бібліогр.: с. 180-184.
12. Паскевська Ю. А. Аналіз сформованості мовленнєвої компетентності майбутніх практичних психологів // Актуальні проблеми психології. – Т. I.: Соціальна психологія. Організаційна психологія. Економічна психологія: Зб. наук. праць. – К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2005. – Ч. 14. – С. 126-129.

13. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – М.: Изд-во МГУ, 1989. – 216 с.
14. Петровская Л. А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 223 с.
15. Рабочая книга школьного психолога / Под. ред. Дубровиной И. В. – М.: Просвещение, 1991. – 303 с.
16. Ромек В. Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб.: Речь, 2005. – 175 с.
17. Сидоренко Е. В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2004. – 208 с.: ил.
18. Телешевська М. Є. Емоції і здоров'я. – К., 1978. – С.6.
19. Ткачишина О. Р. Умови забезпечення успішної соціально-психологічної адаптації студентів – майбутніх фахівців з комп'ютерних технологій // Теоретичні і прикладні проблеми психології: Зб. наук. праць. – Луганськ, 2006. – №5 (16). – С. 181-184.
20. Уварова Ю. В. Формування позитивного ставлення майбутніх учителів до оточуючих методами активного соціально-психологічного навчання // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – Сер. №12: Психологічні науки: Зб. наук. праць. – К., 2005. – №7(31). – С. 212-217.
21. Харитоновна В. В. Професійне самовизначення старшокласників у процесі художньо-конструкторської діяльності // Педагогічні науки: Зб. наук. праць. – Херсон, 2006. – Вип. 41. – С. 202.
22. Эльконин Б. Д. Введение в психологию развития. – М.: Наука, 1994.
23. Юдіна О. М. Програма тренінгу сенситивності студентів – медиків // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №2. – С.18-26.
24. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник. – К.: Либідь, 1996. – 264 с.
25. Bandura A. The psychology of chance encounters and life paths // American Psychologist. – 1982. – Vol. 37. – P. 747 - 755.