

тельности и самой себя в процессе преобразования условий своей жизнедеятельности», представленность студента, как будущего инженера, в процессе обучения в качестве субъекта познания, общения и самостоятельной деятельности.

Шувалова Е.В.

Тренинг как метод формирования профессиональных аспектов Я-концепции студента психолога

Выбор профессии — это не только выбор той или иной профессиональной деятельности, но и выбор жизненного пути в целом, поиск определенного места в обществе, окончательное включение себя в жизнь социального целого.

Л.С. Выготский

Подготовка профессиональных кадров в психологии становится актуальной проблемой не только педагогов-психологов вуза, но и является запросом общества на современном этапе. Весь опыт подготовки профессиональных кадров позволяет предположить, что формирование личности профессионала подчиняется своей особой логике, и требует соответствующей перестройки учебного процесса в вузе: перехода с ориентации на подготовку студента, обладающего профессиональными знаниями, умениями, навыками на формирование личности – специалиста-профессионала. Психолог-специалист должен обладать не только хорошей теоретической базой, но и конкретным практическим опытом. Это становится одной из тем исследования многих психологов изучающих: идентификацию, моделирование, профессиональную Я-концепцию, социализацию, личностно-центрированное взаимодействие педагога и студента и т.д.

А.В. Брушлинский утверждает, что субъект в психологии: «Человек, который объективно выступает (и потому изучается) в качестве субъекта по отношению к другим людям (субъектам) и к объектам (вещам, животным и т.п.). Любой субъект тоже может стать и становится объектом (познания, самопознания, воспитания, самовоспитания и т.д.), но при этом он не перестает быть субъектом, т.е. продолжает, в частности, осуществлять деятельность, поведение, общение, созерцание и иные виды специфически человеческой активности – непосредственно совместной, групповой или индивидуальной». Именно в ходе такой активности (изначально практической деятельности) человек и его психика формируются, развиваются и

проявляются, а потому и качественно изучаются с помощью наблюдения, беседы, психодиагностических методик, эксперимента, тренинга, психокоррекции и т.п. Для этого необходимо учитывать формирование профессиональной Я-концепции студента-психолога именно в процессе практического взаимодействия с тренинговой моделью будущего профессионала. Формирование знаний профессиональной Я-концепции содержит компоненты помогающие студенту идентифицировать образ субъекта профессиональной деятельности по:

- *когнитивному* образу своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости и пр.;
- *эмоциональному* – самоуважение, себялюбие, самовыражение и пр.;
- *оценочно-волевому* – стремление повысить самооценку, завоевать уважение и пр.

Я-концепция – предпосылка и следствие социального взаимодействия, определяется опытом формированием реального Я – представление о себе в настоящем времени и динамического Я – то, каким субъект намерен стать. Таким социальным опытом может стать психолого-педагогический тренинг, в процессе которого формируется личная и профессиональная идентификация студента- психолога. И.Н. Карицкий пишет: «Тренинг – это психологическая практика, мотивом которой выступает тренировка тех или иных психических, психологических, психосоциальных свойств личности или группы». Тренинг рассматривается как метод помощи в раскрытии субъектности и формирования профессиональной Я-концепции. Тренинг, соответствующий этой парадигме с неизбежностью приводит к личностным изменениям (терапевтической, коррекционной, обучающей, методической, познавательной, регуляционной и развивающей стороне психопрактического процесса). Он опирается, в широком смысле, на идеи гуманистической психологии С. Джурарда, К. Роджерса, А. Эверетта и других западных специалистов, взор на студента на процесс обучения как на индивида, творящего собственный, экологический мир. В процессе тренингов личность студента отождествляется с его социальным и профессиональным статусом – аутентично, не разрушая индивидуальную Я-концепцию, а более того, преобразовывая ее в ту профессиональную модель, которая помогает студенту реализовываться как будущему профессионалу, интериоризируя у него образ профессии – психолог.

Профессиограмма профессии психолог включает в себя следующие требования к профессии: высокий уровень концентрации и устойчивости, переключаемости и распределения внимания; образную, словесную и ло-

гическую память; логическое мышление; мнемические, вербальные, коммуникативные и ораторские способности; умение слушать; самоконтроль и эмпатию и т.д.

В процессе тренинговой программы можно выделить следующие стадии формирования образа профессионала:

1) принятия человеком на себя ответственности за непредреженный заранее исход своих действий (проявление себя как субъекта предстоящего действия), развитие интеллектуальных способностей путем психокоррекции (памяти, внимания, мышления);

2) переживания возможности реализации различных вариантов будущего, своей причастности к построению образа желаемого результата и своей способности желаемое реализовать (проявление себя как субъекта целеполагания);

3) реализации открывающихся возможностей в совершаемых по собственной воле действиях (проявление себя как субъекта слагающих совершаемого «здесь и теперь» действия);

4) принятие ответственного решения о завершении действия (проявление себя как первопричины, субъекта окончания действия), работа с моделируемыми ситуациями тренингового процесса;

5) оценки результата как лично значимого новообразования, детерминированного собственной активностью (проявление себя как субъекта состоявшегося действия) путем познания различных психологических течений.

Необходимо разработать такую специфическую программу для студентов, которая поможет им прикоснуться к будущему образу профессионала путем интериоризации окружающего мира во внутреннюю Я-концепцию. Классификацию программ тренинговых занятий можно провести следующими способами, в зависимости от выбираемых критериев.

1 год обучения. Тренинг – психокоррекции – в процессе которого студенты учатся соотносить задачи курса с основными сферами психологической практики – психокоррекцией, развитием и обучением. Для индивидуальной проработки общеузовских проблем – недостаточной готовности студента к обучению (психокоррекция памяти, внимания, мышления) необходимы развивающие тренинги; психокоррекционные группы; обучающие и демонстрационные тренинги.

2, 3 годы обучения. Тренинги проблем, волнующие участников, связанные с недостаточной сформированностью определенных навыков. Возможные виды тренинговых групп: тренинг важнейших жизненных навыков; тренинг толерантности; тренинг межличностных отношений; тре-

нинг уверенности в себе; адаптационный тренинг; тренинг эффективных коммуникаций; тренинги сложных (конфликтных) ситуаций; профилактика наркотических (алкогольных) зависимостей и т.д.

4 год обучения. Тренинги в социальных группах – изучают различия между контингентом участников тренинга (возрастом, профессией, уровнем интеллекта и образования, личностными особенностями и т.п.). В этом случае можно выделять такие виды тренингов, как: подростковый тренинг; тренинг для педагогов; детско-родительский тренинг; тренинг работы с клиентом; тренинг для старшеклассников; менеджерский тренинг; лидерский тренинг и т.д. При этом содержание каждого из указанных тренингов может определяться конкретными задачами, стоящими перед ведущим вопросами, и особыми запросами участников.

5 год обучения. Тренинг внутреннего познания – направлен на изучение различных сторон внутреннего мира, либо на формы психологической практики: интрапсихическую терапию; гештальт-группы; арт-терапию; трансактный анализ; психоаналитические группы; группы использующие психосинтез; НЛП-группы; психодраматические группы; сказкотерапию и т.д.

Особенность тренингов заключается в том, что практически все используемые методы имеют активный характер, поэтому тренинг часто определяют как активный метод обучения и развития. Большинство упражнений подразумевает включение всех участников, но даже если упражнение носит демонстрационный характер или подразумевает индивидуальную работу в присутствии группы, все участники имеют безусловное право высказаться по завершении упражнения. Во время обучения в вузе формируется прочная основа трудовой, профессиональной деятельности, формируется адекватный образ специалиста-психолога. В процессе тренинговой программы происходит не только осознание психологического личностного профиля, но и систематичное интериоризационное воздействие на личность будущего профессионала, где значимые качества личности психолога-практика и психолога-теоретика актуализируют будущую направленность студента и его реальность представлений о будущей профессии.

Литература

1. *Вачков И.В.* Пять мифов о психологических тренингах // Школьный психолог. — №37.2003.
2. *Вачков И.В., Дерябо С.Д.* Окна в мир тренинга. Методологические основы субъектного подхода к групповой работе. — СПб.: Речь, 2004.
3. *Вачков И.В.* Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. М: Ось-89, 2000.

4. *Кондрашенко В.Т., Донской Д.И.* Общая психотерапия – Мн. Выш. шк. 1998

5. *Рудестам К.* Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М.: Прогресс, 1993.

6. *Сидоренко Е.В.* Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. СПб.: Речь, 2002.

7. *Цукерман Г.А., Мастеров Б.М.* Психология саморазвития. – М.: Интерпракс, 1995.