

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ВУЗЕ

Выступая отраслью педагогической психологии, психология профессионального образования исследует психологические механизмы обучения и воспитания в системе профессионального образования. Под термином «профессия» понимается род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся обычно источником материального обеспечения существования человека [2]. Профессия также характеризуется как система знаний, умений и навыков, присущих определенному человеку.

Профессиональное образование должно быть ориентировано на получение профессии, что делает необходимым исследование таких проблем, как профессиональное самоопределение, профессиональное самосознание, анализ этапов профессионального развития субъекта и связанных с ним психологических проблем сопровождения профессиональной деятельности, в решении которых важную роль играет социально-психологический тренинг.

Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения в настоящее время представляет собой один из наиболее востребованных и динамично развивающихся видов психологической работы. Тренинги находят широкое применение при оказании психологической помощи, в преподавании психологии и педагогики, при организации работы в молодежных клубах, оздоровительных лагерях и т. д. Их проведением активно занимаются психологи, а также многие педагоги и социальные работники. Данный метод позволяет эффективно решать задачи, связанные с развитием навыков общения, самоконтроля и самопознания, с активизацией творческого потенциала.

По мнению В. В. Зарецкого, В. К. Рябцева, В. В. Ряшиной, человек усваивает информацию быстрее, если обучение проходит интерактивно, когда он имеет возможность одновременно с получением информации обсуждать неясные моменты, задавать вопросы, тем самым закреплять полученные знания, формировать навыки поведения. Такой метод вовлекает участников в процесс обучения, который, в свою очередь, становится легче и интереснее.

В настоящее время проблема организации социально-психологических тренингов относится к разряду наиболее актуальных и практически значимых. И это в полной мере отражено в работах В. К. Бабайцевой, С. И. Макшанова, Г. И. Марасанова, В. В. Петрусинского, В. Г. Пузикова и многих других.

По мнению С. И. Макшанова, тренинг помогает преодолеть ограничения, накладываемые на профессиональную деятельность традиционными методами обучения, и может выступать в качестве мостика, между безусловно необходимыми, но тем не менее «перцептивно пустыми» теоретическими знаниями и практикой. В традиционных формах профессиональной подготовки предполагается, что сначала специалист получает информацию и только через неопределенное время может ее использовать. Только тогда происходит реальная оценка субъектом применимости полученных знаний и закрепление того, что от них еще осталось [4].

Социально-психологический тренинг способствует раскрытию и коррекции свойств и характеристик личности, необходимых для успешного применения профессиональных знаний, умений и навыков приобретаемой профессии, а также способствует формированию профессиональной культуры.

Для того чтобы отследить общее положительное влияние социально-психологических тренингов, рассмотрим подробно один из них.

Программа предлагаемого семинара-тренинга «Самопрезентация личных и профессиональных качеств» предполагает развитие качеств личности, способствующих успешной самопрезентации в дальнейшей профессиональной сфере.

Участниками программы являются студенты 4–5-х курсов. В ходе реализации программы студенты получают знания по установлению контактов, этике делового взаимодействия, овладевают техниками невербальных средств общения.

Этапы программы тренинга (прим. ред.: этапы программы приводятся в редакции автора).

- «Мой образ – залог успеха». Что обещает образ Вашей личности другим, и как другие это воспринимают. Создание внутреннего пространства личности. Мое место в мире: внутренние и внешние самоограничения. Донесение своих ценностей и потребностей до других: самопрезентация.

- Система символов человека и как она работает. Символы в истории: личности и судьбы. Архетипы личности: разрушающие, созидающие и т. п. Мой архетип: что это и как применить архетип при работе с окружающими.

- Эмоции личности. Управление своими эмоциями. Создание эмоционального фона для аудитории: гармония, провокация, интерес и т. п. Поддержка эмоционального фона в общении. Трансформация эмоций: работа с агрессией. Техника «Антистресс».

- Имидж в социуме. Внутренний миф: создание внутреннего мифа и реальное воплощение. Влияние кодов внешности на взаимоотношения с людьми. Роль цвета и формы в одежде (круг, треугольник, квадрат, прямоугольник, зигзаг в одежде). Управление стилем и воздействие через стиль.

- Создание образа «Я» личности. Уникальность личности – уникальность имиджа. Умение распознавать людей с учетом ведущего канала восприятия: визуальный, аудиальный, кинестетический.

- Желаемые результаты в общении: проекция и реализация результатов. Как донести до других свои идеи и мысли. Вербальный имидж: что говорить в разных ситуациях. Эффективное построение фраз и формулировок. Этикет межличностного общения. Пространство для дальнейшего сотрудничества.

- Создание позитивного образа своего будущего: способствует осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.

Все занятия по программе происходят в виде традиционного семинара-тренинга:

а) предоставление информационного материала и обсуждение его;

б) проработка этого материала в виде разнообразных тренинговых упражнений: интерактивные игры, групповые дискуссии, короткие информационные блоки, психодиагностические методики, элементы арт-терапии.

Завершающий этап работы: подведение итогов тренинга, получение участниками семинара-тренинга обратной связи.

Итоговый опрос участников тренинга показал, что они отмечали в себе:

- повышение самооценки (28 %);
- приобретение уверенности в себе (30 %);
- обретение способности адекватного восприятия критики в свой адрес (15 %);
- нахождение конструктивных выходов из конфликтных ситуаций (21 %);
- выработку новых жизненных целей (6 %).

Положительные психологические изменения, которые происходят с участниками социально-психологических тренингов, дают право утверждать, что данная форма обучения специалистов может быть рекомендована к использованию в средних и высших учебных заведениях как одна из наиболее эффективных.

Библиографический список

1. *Иванова Е. М.* Психология профессиональной деятельности: учебное пособие для вузов / Е. М. Иванова. Москва: Per Se, 2006. 382 с.
2. *Климов Е. А.* Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. Москва: Академия, 2007. 302 с.
3. *Ли Д.* Практика группового тренинга / Д. Ли. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 224 с.
4. *Макшанов С. И.* Психология тренинга / С. И. Макшанов. Санкт-Петербург: Академический проект, 1997.
5. *Наливайко Н. В.* Современная специфика развития отечественного профессионального образования / Н. В. Наливайко, О. В. Наурузбаева // Философия образования. 2007. № 1. С. 112–118.
6. *Рязанова Д. В.* Тренинг с подростками. С чего начать?: пособие для психолога и педагога / Д. В. Рязанова. Москва: Генезис, 2003.
7. *Смирнов И. П.* Человек – образование – профессия – личность: монография / И. П. Смирнов. Москва: Граф-Пресс, 2002.

**Т. И. Леженкина,
Е. Н. Кондрашкова**

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ДЕЙСТВИЯМ В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ (на примере локомотивных бригад)

Проблема формирования психологической готовности локомотивной бригады (ЛБ) к действиям в опасных ситуациях приобретает все большую актуальность для повышения безопасности на железнодорожном транспорте.

В настоящее время, к сожалению, имеет место низкая эффективность труда ЛБ при технико-организационных нововведениях на железнодорож-