

Поняв и приняв возможность сознательно применять самовнушение, человек избегает опасности вызывать в себе и других негативные изменения, последствия которых могут быть опасны. Наряду с этим человек приобретает возможность сознательно способствовать возникновению положительных изменений, благодаря которым освобождается от различных нарушений и обретает равновесие, гармонию с самим собой и окружающим миром, то есть восстанавливает психическое здоровье. В качестве основных техник, в данном случае, используют различные аутотренинговые упражнения.

Технология формирования позитивного мышления заключается в замене утверждения «чего я не хочу» на утверждение «чего я не хочу». Позитивные изменения в мышлении позволяют произвести упражнения, разработанные В.Л. Бакштанским и О.И. Ждановым, содержащие следующие этапы:

Первый этап – составление списка своих желаний и фиксирование его на листе бумаги (Что бы я хотел иметь в жизни, но пока не имею).

Второй этап заключается в составлении списка, но уже того, от чего хочется отказаться и также фиксирование его на бумаге (Что я имею, но не желал бы иметь).

Следующий этап – сравнение двух списков и ответ на вопрос: какой из них больше притягивает внимание?

Тот, кто развил в себе направление мотивации от, концентрируется в своей жизни на том, чего не любит и не хочет. Человек, отстраняющийся от того, что ему не нравится, получает облегчение и избавляется от негативных переживаний, но это не приносит ему чувство удовлетворения. Чтобы испытать успех необходимо переориентировать свое внимание, путем обращения его на то, что человек хочет.

Следующий этап – чтение списка «не хочу, но имею» и придумывание позитивной фразы, имеющей такое же значение, но называющей то, что человек «не имеет, но хочет».

Каждое «не хочу, но имею», необходимо заменить на «хочу, но не имею», которое вызывает чувство удовлетворения.

Последний этап заключается в фиксации всех измененных фраз в единый список желаний. Его необходимо запомнить, так как он помогает регулярно подкреплять позитивные мысли.

После восстановления психического здоровья и обучения навыкам его самосохранения, можно переходить к выбору и поиску сферы профессиональной занятости. Данная задача в настоящее время реализуется специалистами служб занятости населения.

Таким образом, подходы к конструированию программы психологического сопровождения безработных граждан должны основываться на следующих положениях:

- программа психологического сопровождения безработных граждан должна быть направлена на восстановление самооценочного, эмоционального компонентов психического здоровья и формирование устойчивой потребности в профессиональной деятельности;
- технология психологической помощи безработным основывается на обращении к личному опыту человека в преодолении трудных жизненных ситуаций и сформированным в этом опыте навыкам саморегуляции;
- в качестве организационных форм мы предлагаем использование групповой работы в сочетании с индивидуальными формами работы;
- обучение навыкам саморегуляции психического здоровья мы предлагаем проводить посредством использования технологий осознанного самовнушения и формирования позитивного мышления.

А.С. Попова
РГППУ, Екатеринбург

Формирование профессиональной компетентности студентов педагогических вузов

Человек не может по-настоящему усовершенствоваться, если не помогает усовершенствоваться другим.

Бэкон Ф.

В современном образовательном пространстве задача подготовки профессионально-компетентных специалистов для основных

сфер человеческой деятельности приобретает особую актуальность. Профессионально-компетентный специалист сам ставит цели своей деятельности, определяет пути и средства их достижения, несёт ответственность за последствия её реализации. В отличие от исполнителя он владеет деятельностью в целом, удерживает её предметность в многогранных практических ситуациях, способен к построению деятельности, её изменению и развитию.

Мы понимаем профессиональное развитие личности как рост, становление, интеграцию личностных качеств и способностей, профессиональных знаний и умений, но главное, как активное преобразование личностью своего внутреннего мира, приводящие в дальнейшем к творческой самореализации в профессии.

При таком подходе, профессиональное развитие будущего педагога тесно взаимосвязано с развитием у него ещё в процессе обучения в вузе профессиональной компетентности, поскольку в современных условиях формирование знаний не является главной целью образования. Знания и умения как единицы образовательного результата необходимы, но недостаточны для того, чтобы выпускнику вуза быть успешным в современном информационном обществе. Для студента, будущего учителя чрезвычайно важна не столько энциклопедическая грамотность, сколько способность применять обобщенные знания и умения для разрешения конкретных ситуаций и проблем, возникающих в реальной деятельности.

Мы согласны с мнением Э. Гусинского, Ю. Турчаниновой о том, что в полной мере профессиональная компетентность может проявиться лишь у работающего учителя в процессе самостоятельной практической деятельности, хотя ее предпосылки и отдельные стороны формируются уже в период обучения в педагогическом вузе. Исследователи отмечают, что будущий учитель изучает свой предмет, то есть делает то, что будут делать потом его ученики. В институте он учится, но в своей профессиональной деятельности ему предстоит заниматься совершенно иным делом: организовывать

учение, обеспечивать воспитание, понимать ребенка, содействовать его росту и развитию. И соответственно, особую актуальность приобретает развитие у будущего педагога ещё в вузе основы для формирования профессиональной компетентности как условия его более успешной и быстрой адаптации в самостоятельной профессиональной деятельности.

На основе анализа критериев эффективности профессионального обучения, предложенных С.Я. Батышевым, нами были выделены такие компоненты профессиональной компетентности педагога-исследователя на современном этапе, как:

- самостоятельность в профессиональной деятельности, которая предполагает оптимальный выбор технологий методики и методов в педагогической деятельности;
- способность диагностировать педагогические ситуации, принимать целесообразные решения, умение осуществлять регулярный самоконтроль;
- умение адаптировать учебный материал и доступно изложить его ученикам;
- умение рационально организовать учебный процесс, побуждая учеников к активному освоению учебного предмета;
- постоянное стремление к самообразованию, поиску новых форм и методов организации учебного процесса;
- знание методологии научно-исследовательской работы, владение практическими навыками научного исследования и его организации среди своих учеников;
- постоянная рефлексия своей деятельности, способность критического самоанализа и самоконтроля;
- творческое отношение к труду – способность овладеть инновационными технологиями и внедрить их в учебный процесс;
- ответственность за выполнение профессиональных заданий.

Сформировать основы профессионально-педагогической компетентности будущего педагога в вузе значит научить студента системно мыслить, т.е. уметь в новой для себя ситуации

самостоятельно увидеть и определить проблему, рассмотреть её системно, выдвинуть собственные гипотезы, обосновать их и предложить эффективное решение.

Значимое место при формировании компетентности занимают следующие аспекты:

- научно-исследовательская работа студентов;
- практическая деятельность студентов;
- методические приёмы (тренинги, игры);
- преподавание теоретических знаний.

В рамках теоретического курса студентам преподаются дисциплины, целью которых является формирование теоретических основ знаний.

Важным в рамках развития профессионализма является научно-исследовательская работа студентов, в процессе которой становится возможным развёртывание, формирование и развитие компонентов профессиональной компетентности будущего педагога. Именно здесь становится возможным приобретение опыта педагога-исследователя в практической деятельности.

Педагогическая практика является важнейшим звеном в системе профессиональной подготовки педагога. В процессе прохождения практики выявляются противоречия между имеющимся и необходимым запасом знаний, что выступает побуждающим фактором непрерывного самообразования, также выявляются индивидуальные способности практиканта. Во время прохождения педагогической практики студент пробует себя в роли преподавателя, обучающего и воспитывающего. Таким образом, прохождения этой практики является основным мероприятием для формирования профессиональной компетентности, так как предполагает не только обучение но и возможность применения полученных знаний в общественно-полезной деятельности.

Среди педагогических средств активизации процесса обучения особое место принадлежит деловой игре, представляющей собой целенаправленную организацию учебно-игровых взаимодействий обучаемых в процессе моделирования или целостной профессиональной деятельности специалиста. Деловая игра раскрывает личностный

потенциал обучающихся: каждый участник может продиагностировать свои собственные возможности в отдельности и в совместной деятельности с другими участниками. Трансформация личностных качеств обучающихся происходит на всех уровнях подготовки и проведения деловой игры. Перед ними ставится цель вжиться в образ специалиста, роль которого они будут выполнять.

В процессе подготовки и проведения деловой игры каждый участник должен иметь возможность для самоутверждения и саморазвития. Преподаватель помогает студентам стать в игре тем, кем он может стать, показать ему лучшие качества, которые могли бы раскрыться в динамике общения. Успех в имитируемой ролевой деятельности вызывает у исполнителей веру в свои силы и возможности, желание вновь пережить игровые ситуации, чтобы найти в себе нечто новое, профессионально важное.

Так или иначе, профессиональная культура обогащается непосредственно в процессе профессиональной деятельности, но проведённые мероприятия позволяют максимально подготовить студента к профессиональной деятельности и мотивировать его на достижения наилучших результатов в этой области. Также проведённые мероприятия оказывают положительное влияние не только на формирование профессиональной культуры, но и на развитие личностного потенциала и на формирование инновационной культуры будущих педагогов. Развитие профессиональной компетенции предполагает полную готовность студента к работе по специальности и к умению обучать других.

Следует подчеркнуть, что период обучения в вузе - один из самых ответственных в становлении личности профессионала. Это время, когда формируются основные ценностные установки, жизненная позиция, отношение к окружающей действительности в целом и к своей профессии, в частности. Результатом педагогической работы вуза должна стать полная подготовка студента к профессиональной деятельности в условиях изменившегося социального заказа и новых требований общества.