

ДИНАМИКА СОСТОЯНИЙ САМОСОЗНАНИЯ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Н. В. Ильинич, В. В. Куликова

Могилёвский государственный университет

имени А. А. Кулешова, г. Могилёв, Республика Беларусь

В тексте содержатся экспериментальные данные о самосознании студентов психологов с внутриличностными проблемами и без них. Самосознание студентов-психологов развивается благодаря использованию активных методов обучения.

Ключевые слова: студенты-психологи, самосознание, активные методы обучения.

DYNAMICS OF FEATURES OF CONSCIOUSNESS OF STUDENT-PSYCHOLOGISTS

The article contains experimental facts about consciousness of students-psychologists with the personal problems and without them. Consciousness of students-psychologists develops due to the use of active methods of teaching.

Keywords: students-psychologists, consciousness, active methods of teaching.

Важной задачей высшего гуманитарного образования помимо передачи профессиональных знаний, умений и навыков, является содействие в становлении личности будущего специалиста, развитие у него социально-психологических компетенций, способствующих полноценной жизни среди других людей.

При реализации в учебном заведении целостной программы профессионально-личностной подготовки будущего специалиста-гуманитария, в рамках учебной, научной и воспитательной работы возможно решение задач не только профессионального, но и личностного развития.

Программа профессионально-личностной подготовки студентов-психологов, которая используется нами в МГУ им. А. А. Кулешова, направлена на решение следующих задач:

- Формирование у студентов реальных представлений о будущей профессиональной деятельности, о профессиональных требованиях к личности психолога.
- Помощь студентам-психологам в оценке собственной личности с точки зрения развития профессионально важных качеств.
- Помощь студентам в формировании чувства ответственности за своё профессиональное и личностное становление.
- Помощь студентам в развитии профессионально важных навыков и качеств личности.
- Формирование у студентов коммуникативных и рефлексивных компетенций.
- Формирование готовности к решению разных типов профессиональных задач.

- Раскрытие будущему психологу перспектив его профессионального и личностного роста, помощь в выборе специализации профессионального развития на основе имеющихся склонностей и индивидуально-психологических качеств.

- Отработка профессиональных навыков и умений, способствующих самореализации личности в рамках выбранной специализации.

В экспериментальной группе мы провели исследование с помощью метода продольного среза, благодаря которому получили возможность изучить конкретные механизмы, способствующие разрешению внутриличностных проблем студентов-психологов. Исследование проводилось на всём протяжении обучения студентов.

Среди испытуемых экспериментальной группы было 6 сирот и 4 инвалида (2 – с нарушениями опорно-двигательного аппарата, 1 – со значительным снижением зрения, 1 – со значительным снижением слуха). В процентном отношении эти студенты составляли 32,3 % выборки на первом этапе исследования и 35,7 % – на втором. Несмотря на имеющиеся проблемы, эти студенты отличались выраженной мотивацией обучения по специальности «Психология», которую объясняли потребностью разобраться в себе и помогать другим в решении психологических проблем.

Со студентами экспериментальной группы в рамках учебной программы проводились три психологических тренинга: тренинг групповой сплочённости на первом курсе, тренинг личностного роста на втором и тренинг формирования профессионального самосознания на пятом. Суть предлагаемых тренингов заключается не только в отработке профессионально важных навыков и умений, но и в поиске внутренних ресурсов для развития личностных качеств будущих психологов, активизации рефлексивных процессов и укрепления самосознания. Таким образом, в ходе проведения тренингов был в максимальной степени использован их коррекционно-развивающий потенциал.

Уже при проведении тренинга групповой сплочённости уделялось большое внимание актуализации коррекционный потенциал групповой тренинговой работы. Одной из задач тренинга является развитие навыков группового общения. Решая её, студенты с помощью ведущего, занимаются проработкой коммуникативных и личностных проблем (повышенной застенчивости, отгороженности, доминирования и т. п.).

Тренинг личностного роста предполагал более глубокую проработку внутриличностных проблем: от проблем внешности до проблем психологической беспомощности и духовного одиночества. Здесь много внимания уделялось развитию у студентов психологически адекватных взаимоотношений с другими людьми. Было важно в ходе развития личного опыта студентов добиться у них состояния аутентичности в общении, с одной стороны, и способности к сотрудничеству, с другой.

Главная цель тренинга формирования профессионального самосознания – организация профессионально-личностного роста через актуализацию творческого потенциала студенческой группы. При проведении тренинга исполь-

зовалось энергия кризиса, который закономерно возникает у выпускников. У многих студентов появилась неуверенность в правильности выбора профессии. Психологическое напряжение, способствовало проведению тренинговой работы на этом этапе. Энергия кризиса способствовала продвижению студентов в познании своих внутренних ресурсов и имеющихся проблем в контексте будущей профессиональной деятельности.

По данным опроса студентов экспериментальной группы с помощью составленной нами анкеты было выявлено, что многие студенты за годы учёбы существенно продвинулись в разрешении собственных внутриличностных проблем, развили у себя необходимые рефлексивные и коммуникативные качества, стали более организованными и целеустремлёнными. Разрешению внутриличностных проблем студентов способствовало приобретение ими многих профессиональных навыков, в том числе, навыков педагогической, научно-исследовательской, психодиагностической и психокоррекционной деятельности, а также навыков психологического консультирования, разрешения конфликтных ситуаций.

Кроме этого, за годы учёбы в университете студенты-психологи развили многие сопутствующие навыки, важные для эффективной профессиональной деятельности современного человека, в том числе, навыки работы на компьютере, в интернете, использования разнообразных технических средств воспроизведения и переработки информации (видеокамеры, сканера и т. д.), навыки написания текстов, работы с документами, навыки публичных выступлений.

Психологической проработке проблем у студентов-психологов способствовало и то обстоятельство, что они часто обращались за индивидуальной психологической помощью к психологам-консультантам (39,3 % опрошенных), посещали психологические курсы, семинары и тренинги сверх учебной программы (71,5 % опрошенных).

Отличительной особенностью работы над собой у студентов-психологов является широкое использование ими методик и техник психологического самоанализа и самокоррекции (самопомощи). Опрос студентов выпускного курса МГУ им. А. А. Кулешова показал, что многие из них владеют и часто применяют такие средства как: дыхательная гимнастика, аутогенная тренировка, самоисповедь (ведение дневника), самоприказ, внушение позитивных установок, самоподкрепление и самонаказание, медитация, библиотерапия, самоактуализация. Проблемы использования средств самоанализа и самокоррекции обсуждаются со студентами в ходе проведения факультатива «Основы психической саморегуляции», так как не всегда углубленный самоанализ и попытки самокоррекции дают ожидаемый результат.

В ходе анкетирования выяснилось, что студенты выпускного курса в целом, удовлетворены своим профессиональным выбором (диапазон субъективных оценок удовлетворённости выбором профессии составляет от 65 % до 100 %). Респонденты также считают, что обладают личностными качествами и

способностями для работы в области психологии (соответствующий диапазон субъективных оценок – от 65 % до 100 %).

Результаты исследования также подтверждают, что специально организованный процесс профессионально-личностной подготовки будущего психолога способствует разрешению внутриличностных проблем и оптимизирует состояние самосознания студентов.

В исследовании использовался специально подобранный банк диагностических методик для исследования самосознания личности – модифицированный вариант «Q-сортировки» для оценки удовлетворенности испытуемых внешностью; опросник КСК («Компетентность социально-коммуникативная»); «Методика диагностики социально-психологической адаптации» СПА К. Роджерса и Р. Даймонда, опросник МИС («Многофакторное исследование самоотношения») Р. С. Панталева; «Методика определения стрессоустойчивости» Холмса. Эти методики зарекомендовали себя как надежные психодиагностические средства для практического и научного изучения разных сторон самосознания испытуемых, начиная с юношеского возраста.

В таблице 1 представлены данные о внутриличностных проблемах у студентов-психологов экспериментальной группы на 1 и 5 курсах. Результаты свидетельствуют об укреплении всех уровней самосознания испытуемых. У студентов экспериментальной группы более успешно решаются проблемы, относящиеся к личностному уровню самосознания, что является отражением проводимой со студентами психологической работы. Так, при проведении психологических тренингов много внимания уделялось повышению самостоятельности у студентов, формированию у них активной позиции по отношению к разнообразным жизненным и профессиональным ситуациям. Вместе с тем, повышение личностной и социально-коммуникативности психолога, не должно происходить за счёт реализации внутренних тенденций доминирования над другими людьми. Необходимо искать средства для более эффективной работы со студентами-психологами в этом направлении.

С 1 по 5 курс в экспериментальной группе существенно возросло количество студентов без внутриличностных проблем. Можно предположить, что студенты-психологи, которым в ходе учебно-профессиональной подготовки удалась разрешить собственные внутриличностные проблемы, будут более успешны в своей профессиональной деятельности, так как на собственном опыте убедились в эффективности психологических методов.

**Данные о внутриличностных проблемах
у студентов экспериментальной группы на 1-ом и 5-ом курсах обучения**

Внутриличностные проблемы разных уровней самосознания	1-й курс		5-й курс	
	31		28	
	Ч.	%	Ч.	%
Проблемы телесно-организмического уровня самосознания	8	25,8	3	10,7
• Неприятие внешности	7	22,6	2	7,1
• Снижение стрессоустойчивости	2	6,5	1	3,6
Проблемы социально-индивидуального уровня самосознания	19	61,3	9	32,1
• Закрытость	4	12,9	0	0
• Ожидаемое негатив. отношение других	4	12,9	2	7,1
• Коммуникативная неуклюжесть	3	9,7	3	10,7
• Нетерпимость к неопределённости	10	32,3	6	21,5
• Фрустрационная нетолерантность	7	22,6	3	10,7
Проблемы личностного уровня самосознания	20	64,5	12	42,9
• Доминирование	13	41,9	9	32,1
• Ведомость	4	12,9	3	10,7
• Эскапизм	3	9,7	4	14,3
• Конформность	5	16,1	2	7,1
• Повышенное стремление к статусному росту	6	19,4	5	17,9
• Повышенное стремление к избеганию неудач	9	29,0	1	3,6

Таким образом, настоящее исследование показало, что, уделяя внимание разрешению внутриличностных проблем студентов-психологов в ходе реализации комплексной программы профессионально-личностной подготовки, можно существенно повлиять на самосознание студентов-психологов, способствовать укреплению его структуры, способности к психической саморегуляции на телесно-организмическом, социально-коммуникативном и личностном уровне. Внутриличностные проблемы студентов-психологов могут разрешаться благодаря приобщению их к профессии психолога, формированию коммуникативных и рефлексивных компетенций. Опыт разрешения собственных внутриличностных проблем способствует повышению эффективности профессиональной деятельности будущего психолога, даёт возможность лучше ориентироваться в психологии других людей.