

Список цитируемых источников

1. Захарова, Г. И. Психология семейных отношений / Г. И. Захарова. — Челябинск : ЮУрГУ, 2009. — 63 с.
2. Варга, А. Я. Структура и типы родительского отношения : автореф. ... дис. канд. психол. наук: 19.00.01 / А. Я. Варга. — М. : [б. и.], 1986.
3. Ткачёва, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учеб. пособие / В. В. Ткачёва. — М. : Астрель, 2007. — 318 с.
4. Олифиревич, Н. И. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифиревич, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Валента. — СПб. : Речь, 2008. — 360 с.

Материал поступил в редакцию 19.02.2014 г.

УДК 159.9

Ж. В. Рзаева

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

ДИНАМИКА ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ БУДУЩИХ РАБОТНИКОВ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

Введение. На современном этапе развития системы образования в нашей стране практика является обязательным компонентом высшего образования, организуется и проводится учреждением высшего образования в тесном взаимодействии с государственными органами и иными организациями, для которых осуществляется подготовка. Основной целью организации и прохождения студентами практики является овладение будущими специалистами с высшим образованием практическими навыками и умениями и их подготовка к самостоятельной профессиональной деятельности по получаемой специальности. Несмотря на то, что практика проводится в соответствии с профилем специализации, во время её прохождения студенты используют знания по всем изученным ранее предметам. Прохождение практики позволяет студентам работать со знаниями, искать границы и условия их применения, дополнять, применять в разных моделях и контекстах, способствует развитию профессионально и личностно важных качеств педагога, личностному развитию студента и т. д. [1, с. 132—136; 2, с. 50—56].

Основная часть. На основании вышеизложенного мы предположили, что во время прохождения студентами педагогических специальностей практики происходит позитивное изменение определённых личностных характеристик: коммуникативных, интеллектуальных, эмоциональных. Для проверки выдвинутого предположения мы использовали «Многофакторный личностный опросник» Р. Кеттелла (адаптация А. Н. Капустиной, Л. В. Мургулец и Н. Г. Чумаковой) [3, с. 70—109]. Выборку испытуемых составили студенты III—V курсов факультета педагогики и психологии учреждения образования «Барановичский государственный университет» в количестве 600 человек (юноши и девушки), в возрасте от 18 до 22 лет. Это студенты специальностей «Дошкольное образование. Английский язык», «Дошкольное образование. Практическая психология», «Практическая психология. Технология (обслуживающий труд)», «Технология, Социальная педагогика», «Начальное образование. Белорусский язык и литература», «Начальное образование. Социальная педагогика».

Согласно полученным данным, наблюдается позитивная динамика изменения у студентов по всей выборке испытуемых определённых личностных характеристик, которые мы представили блоками [3, с. 89—91]: 1) коммуникативные характеристики (общительность и социально-психологические характеристики личности); 2) интеллектуальные характеристики; 3) эмоциональные характеристики; 4) фактор *MD* (фактор самооценки как показатель развития самосознания в структуре личности).

По первому блоку методики (коммуникативные характеристики) существуют достоверные различия до и после прохождения студентами практики по факторам блока «общительность» и «социально-психологические характеристики личности».

Фактор *A* «замкнутость/общительность» (t равно 3,80, $p \leq 0,05$). Увеличение на 6% (“*A+*”) количества студентов, которые предпочитают взаимодействие с людьми, социальное одобрение, любят идти в ногу со временем и выбирают профессию типа «человек—человек». Это является подтверждением того, что взаимодействие с людьми разного возраста, социального статуса и пола в процессе прохождения будущими педагогами практики является стимулом для развития потребности и навыков в установлении межличностных контактов.

Фактор *H* «робость/смелость» (t — 2,27, $p \leq 0,05$). Зафиксировано увеличение на 5% (“*H+*”) количества студентов, которые проявляют готовность к сотрудничеству, способность принимать самостоятельные решения и проявлять лидерские качества. Здесь следует отметить, что данный фактор, по мнению авторов методики [3], имеет генетическое происхождение и отражает активность организма и особенности темперамента. Поэтому высокие показатели являются доказательством

вом следующего: 1) практическая деятельность стимулирует развитие генетически заложенных ресурсов студентов-практикантов; 2) студенты правильно определились с выбором сферы своей будущей деятельности.

Фактор *F* «сдержанность/экспрессивность» ($t = 4,04, p \leq 0,05$). На 10% (“*F+*”). Увеличилось количество студентов, для которых являются эмоционально значимыми социальные контакты. Эти студенты жизнерадостны и часто импульсивны. Увеличение количества студентов по данному фактору не должно вызывать тревогу у преподавателей. Здесь следует учитывать, что проявление эмоциональной импульсивности и беспечности обычно постепенно снижается с возрастом, и студенты старших курсов демонстрируют более низкие показатели по данному фактору, что является свидетельством эмоциональной зрелости личности будущих педагогов.

Фактор *E* «подчинённость/доминантность» ($t = 3,19, p \leq 0,05$). Увеличение показателей по данному фактору, с одной стороны, можно считать позитивным моментом в профессиональном становлении будущего педагога. На 11% (“*E+*”) стало больше студентов, о которых можно сказать, что они самостоятельны, настойчивы и упрямы в достижении поставленной цели. Однако при общении с ними могут возникать конфликтные ситуации, которые иногда сопровождаются проявлением агрессивности.

Фактор *G* «низкая нормативность поведения/высокая нормативность поведения» ($t = 2,38, p \leq 0,05$). Отмечено повышение на 10% (“*G+*”) числа студентов, у которых в процессе прохождения практики происходит развитие волевых черт личности, а также склонности к сотрудничеству. Причиной этого, по нашему мнению, может быть влияние практической деятельности на развитие чувства ответственности, осознанное соблюдение общепринятых правил и норм поведения и т. д.

Фактор *N* «прямолинейность/дипломатичность» ($t = 3,26, p \leq 0,05$). Высокие показатели после прохождения практики продемонстрировало на 12% (“*N+*”) больше студентов. Основной характеристикой данных студентов является дипломатичность — следствие того, что непосредственное профессиональное общение способствует пересмотру отношений студентов к окружающим людям и окружающей действительности.

Фактор Q_2 «конформизм/нонконформизм» ($t = 4,55, p \leq 0,05$). Для того, чтобы успешно пройти практику и получить положительную отметку, студенту необходимо проявить активность, самостоятельность, находчивость, умение грамотно и быстро принимать решения в ответственные моменты, т. е. умение ориентироваться в реальной практической обстановке и рассчитывать в основном только на свои силы и возможности. Этим можно объяснить увеличение на 11% (“ Q_2+ ”) количества студентов, которые часто проявляют разобщённость с группой и являются индивидуалистами.

По второму блоку методики (интеллектуальные характеристики) нами зафиксировано достоверно значимое увеличение показателей после прохождения студентами практики по факторам *B* ($t = 3,31, p \leq 0,05$) и *M* ($t = 2,26, p \leq 0,05$).

Фактор *B* «конкретное/абстрактное мышление». Отмечено увеличение на 10% (“*B+*”) числа студентов с достаточно развитым абстрактным мышлением и высоким уровнем общей культуры (особенно вербальной). Это может быть результатом того, что этим студентам свойственна быстрая обучаемость, а прохождение практики способствует снятию тревожности перед будущей самостоятельной практической деятельностью.

Фактор *M* «практичность/мечтательность». Низкие показатели по данному фактору, которые продемонстрировало на 8,5% (“*M-*”) меньше студентов, чем до прохождения практики. Таких студентов характеризуют как мечтательных, с богатым воображением, они часто поглощены своими идеями, ориентированы на свой внутренний мир. Причина этого может скрываться в следующем: оказавшись в неожиданных и непредсказуемых ситуациях во время практики этим студентам не хватило должного воображения и находчивости, чтобы справиться со сложившимися обстоятельствами.

Однако по фактору Q_1 «консерватизм/радикализм» нами не зафиксировано достоверно значимых различий ($t = 1,32, p \leq 0,05$). Но следует отметить незначительное повышение количества студентов (на 3%, “ Q_1+ ”), которые хорошо информированы о текущих событиях и проявляют интерес к научным знаниям. Это даёт основание предположить, что студенты данной группы готовы отказаться от устоявшихся привычек и традиций, традиционных методов и приемов обучения. Следовательно, готовы двигаться вперед, используя новые инновационные технологии.

По третьему блоку методики (эмоциональные характеристики) нами зафиксировано достоверно значимое увеличение показателей после прохождения студентами практики по факторам *C* ($t = 2,81, p \leq 0,05$), *I* ($t = 2,99, p \leq 0,05$), *O* ($t = 2,54, p \leq 0,05$) и Q_3 ($t = 2,16, p \leq 0,05$), кроме фактора Q_4 ($t = 0,27, p \leq 0,05$).

Фактор *C* «эмоциональная нестабильность/эмоциональная стабильность». Нами было отмечено повышение на 7% (“*C+*”) эмоциональной устойчивости и эмоциональной выдержанности у студентов после прохождения практики. Объяснение этому дают авторы методики [3]: данный фактор имеет генетическое происхождение и направлен на изменение эмоциональной стабильности; он в большей степени соотносится с понятием слабой и сильной нервной системы (по И. Павлову). Следовательно, прохождение практики стало стимулом для активизации имеющихся ресурсов и возможностей студентов.

Фактор *I* «жесткость/чувствительность». После прохождения практики стало на 11% (“*I+*”) больше студентов, которые обладают склонностью к сопереживанию и пониманию окружающих, что является свидетельством принадлежности человека к профессии типа «человек—человек».

Фактор *O* «спокойствие/тревожность». Увеличение количества студентов на 6% (“*O-*”) после прохождения практики является результатом исчезновения напряжённости, страха и неуверенности в себе, которую они испытывали перед практикой.

Фактор *Q₃* «низкий самоконтроль/высокий самоконтроль». Высокие показатели по данному фактору продемонстрировало на 8% (“*Q₃₊*”) студентов больше, чем до прохождения практики. Следовательно, прохождение практики стало стимулом для развития организаторских умений, умения себя контролировать.

Фактор *Q₄* «расслабленность/напряжённость». В процессе прохождения практики стало больше студентов (на 4%), для которых характерен невысокий уровень мотивации достижения поставленных целей. Таким студентам достаточно того, что имеют в данный момент. Уменьшилось количество студентов (на 1%) возбужденных и раздражительных. А также на 6% стало больше будущих педагогов с оптимальным эмоциональным тонусом и стрессоустойчивостью. Это является следствием того, что приближённая практическая деятельность помогает преодолевать и справляться со стрессовыми ситуациями, не раздражаться по пустякам.

Полученные результаты по четвертому блоку методики *MD* «адекватная самооценка/неадекватная самооценка» даёт основание говорить, что прохождение практики не способствует существенному повышению самооценки студентов (t равно 1,08, $p \leq 0,05$) и объясняется следующим: содержание практики не предусматривает целенаправленной работы в данном направлении.

Проанализировав динамику изменения индивидуально-личностных особенностей у будущих педагогов в процессе прохождения практики, мы пришли к выводу, что имеются различия в развитии личностных характеристик у студентов разных специальностей. Так, у всех групп специальности «Дошкольное образование. Практическая психология» обнаружена тенденция к достоверно значимому увеличению показателей по шкалам *MD* «адекватная самооценка/неадекватная самооценка» ($t = 2,53$, $p \leq 0,05$), *A* «замкнутость/общительность» ($t = 3,48$, $p \leq 0,05$) и *Q₂* «конформизм/нонконформизм» ($t = 2,71$, $p \leq 0,05$). У будущих педагогов специальности «Технология. Социальная педагогика» после прохождения практики зафиксировано повышение показателей по шкалам *MD* «адекватная самооценка/неадекватная самооценка» ($t = 2,23$, $p \leq 0,05$), *E* «подчинённость/доминантность» (t равно 3,17, $p \leq 0,05$), *G* «низкая нормативность поведения/высокая нормативность поведения» ($t = 2,62$, $p \leq 0,05$) и *Q₂* «конформизм/нонконформизм» ($t = 1,75$, $p \leq 0,05$). Результаты, которые продемонстрировали студенты специальности «Практическая психология. Технология (обслуживающий труд)», свидетельствуют об увеличении показателей по шкалам *MD* «адекватная самооценка/неадекватная самооценка» ($t = 3,23$, $p \leq 0,05$) и *M* «практичность/мечтательность» ($t = 1,98$, $p \leq 0,05$). Студенты специальности «Начальное образование. Белорусский язык и литература» характеризуются увеличением показателей по шкалам *A* «замкнутость/общительность» ($t = 4,88$, $p \leq 0,05$) и *E* «подчинённость/доминантность» ($t = 3,27$, $p \leq 0,05$). У будущих педагогов специальности «Начальное образование. Социальная педагогика» отмечено достоверно значимое увеличение показателей только по шкале фактора *B* «конкретное/абстрактное мышление» ($t = 5,01$, $p \leq 0,05$).

Дальнейший анализ полученных результатов исследования по методике Р. Кеттелла позволил нам выявить специальности, у представителей которых наиболее успешно происходит развитие личностных характеристик по блокам методики, что можно объяснить особенностями будущей сферы деятельности каждой педагогической специальности: 1) коммуникативные характеристики в большей степени после прохождения практики развиты у будущих педагогов учреждений дошкольного образования, учителей начальных классов и социальных педагогов; 2) достаточное развитие интеллектуальных характеристик продемонстрировали будущие социальные педагоги, психологи, учителя обслуживающего труда и начальных классов; 3) эмоциональность больше развита у будущих педагогов учреждений дошкольного образования, психологов и социальных педагогов; 4) повышение самооценки продемонстрировали будущие педагоги учреждений дошкольного образования, учителя начальных классов и психологи.

Заключение. Выдвинутое нами предположение о том, что во время прохождения практики студентами педагогических специальностей происходит позитивное изменение определённых личностных характеристик: коммуникативных, интеллектуальных, эмоциональных, — подтвердилось. Для достижения более высоких показателей развития личности будущего педагога и повышения качества образовательного процесса полученные результаты исследования будут полезны методистам факультета педагогики и психологии по практике, руководителям практик от кафедр, составителям программ по практике и другим специалистам, занимающимся организацией практики.

Список цитируемых источников

1. *Рзаева, Ж. В.* Динамика личностного развития будущих педагогов во время прохождения практики / Ж. В. Рзаева // Современные тенденции и проблемы психологической науки : материалы Всерос. науч. конф., посвящённой 110-летию со дня рождения П. М. Якобсона, Уфа, 17—18 мая 2012 г. / отв. ред. С. И. Галяутдинова, И. Н. Нурлыгаянов. — Уфа : РИЦ БашГУ, 2012. — С. 132—136.
2. *Рзаева, Ж. В.* Личностное развитие будущих педагогов в процессе прохождения практики / Ж. В. Рзаева // Л. С. Выготский и современная культурно-историческая психология: проблемы развития личности в изменчивом мире : Материалы IV Междунар. науч. конф., 28—29 окт. 2010 г. : в 2 ч. / С. Н. Жеребцов (отв. ред.) [и др.]. — Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2010. — Ч. 2. — С. 50—56.
3. *Пономарёва, М. А.* Психологическая диагностика личности: теория и практика / М. А. Пономарёва. — Минск : Изд-во Грцова, 2008. — 240 с.

Материал поступил в редакцию 28.02.2014 г.

УДК 37.015.3-057.876

С. С. Сеген

Закрытое акционерное общество «Атлант», Барановичский станкостроительный завод, Барановичи

ПСИХИЧЕСКАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Введение. Требования рыночной экономики, новые технологии, ускорение темпов жизни, производственной деятельности предъявляют новые условия к психологическому портрету специалиста, основой которого должна быть общая и профессиональная психологическая культура, психологическое здоровье личности, способность психологической саморегуляции психических процессов [1; 2].

Проблема психологического здоровья молодёжи имеет практическое значение и включена в проблемное поле педагогической психологии. Сегодня будущий специалист наряду с профессиональными навыками учится адаптироваться к социально-экономическим изменениям в профессиональной деятельности; успешно овладевать новыми функциональными обязанностями, технологиями на основе научной организации труда и повышения своего научно-теоретического уровня.

Психологическое здоровье проявляет себя через присутствие определённого ряда достоинств в структуре личности, формирование нового типа строения личности и, соответственно, её деятельности, которые определяют весь ход дальнейшего развития. Важным критерием психологического здоровья личности является сформированность характеристик самоактуализации, включающих и психическую саморегуляцию, обеспечивающую психокорректирующую функцию психологического здоровья.

Основная часть. Психическая саморегуляция предоставляет широкие возможности для самоактуализации человека, создавая дополнительные степени свободы для его многостороннего саморазвития. Овладение психической саморегуляцией позволяет не только в высокой степени интенсифицировать свой интеллектуальный и физический труд, но и сознательно, систематически преодолевать негативные психические состояния, исключать возможность постороннего отрицательного влияния.

Необходимость обучения психической саморегуляции специалистов определяется социально-экономическими изменениями, происходящими в обществе и оказывающими как позитивное, так и негативное влияние на человека различных обстоятельств, требующих от специалистов осознанного целенаправленного саморегулирования для поддержания или сохранения баланса между требованиями среды и индивидуально-личностными ресурсами, удовлетворяющими этим требованиям.

Существующие различные определения понятия «психическая саморегуляция» являются предметом дискуссий в научной литературе. На основе анализа психолого-педагогической литературы и итогов современных эмпирических исследований мы определили, что психическая саморегуляция — это сознательное воздействие человека на присущие ему психические явления, выполняемую деятельность, собственное поведение в целях поддержания или изменения характера их протекания. Структурно-динамическая модель психической саморегуляции личности включает в себя информационную и оценочную когнитивную активность личности, активное использование чувственных образов и представлений, выбор стратегии проблемно-решающего поведения. Стратегиями психической саморегуляции являются: активная (самоконтроль, повышение ответственности, планирование разрешения проблемы, позитивная переоценка ситуации, использование социальной поддержки, соблюдение здоровьесберегающих правил и приверженность им, совладание (копинг)); пассивная (конфронтация, избегание, дистанцирование, употребление психоактивных веществ и т. д.).

Выделяют следующие необходимые психологические условия обучения специалистов психической саморегуляции: организацию познавательной деятельности специалистов, формирование психологических знаний и умений психической саморегуляции; учёт индивидуально-личностных