

5. Моросанова, В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции в произвольной активности человека / В. И. Моросанова // Психол. журн. — 1995. — Т. 16. — № 4. — С. 26—35.
6. Сборцева, Т. В. Психологические условия обучения саморегуляции в критических ситуациях в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Т. В. Сборцева. — Череповец : [б. и.], 2002. — 169 л.
7. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие для организации управляемой самостоят. работы / сост. А. А. Селезнёв. — Барановичи : [б. и.], 2007. — 303 с.

Материал поступил в редакцию 27.02.2014 г.

УДК 159.9(075)

А. А. Селезнёв

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

ПСИХОТЕРАПИЯ, ОРИЕНТИРОВАННАЯ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ

Введение. Значительные финансовые затраты государства на подготовку высококлассных специалистов могут окупиться только при условии их успешной и многолетней профессиональной деятельности. Актуальность здоровьесозидающего обучения молодых людей определяется социально-экономическими изменениями, происходящими в обществе и оказывающими влияние на человека, его жизнь и психологическое благополучие; высокими требованиями, предъявляемыми к будущим специалистам, к формированию их психологической культуры, позволяющей выдерживать конкуренцию в условиях рыночной экономики, создавать необходимые условия для развития личности и сохранения её психологического здоровья; необходимостью совершенствования качества психологической подготовки будущих специалистов. Психологическая культура через житейские и научные психологические знания о человеке призвана обеспечивать развитие личности на основе самопознания и самовоспитания, является важным условием психологического здоровья будущего специалиста.

Учитывая то, что современный этап развития общества сопровождается ростом насилия, преступности, наркомании, интеллектуальным «растлением» молодёжи лавиной порнографии и жестокости, хлынувшей через зарубежные средства массовой информации, следует предусмотреть создание психологической «вакцины» от психологического террора, имеющего цель превратить человека разумного в животное, живущее по законам дикой природы. Создание условий и средств обеспечения взаимосвязи психологической культуры и психологического здоровья учащейся молодёжи является актуальным для построения системы психотерапевтической образовательной практики и включения показателей психологической культуры и психологического здоровья личности в оценку результатов образования.

Основная часть. Методологической основой здоровьесозидающего психологического обучения являются культурно-историческая концепция развития высших психических функций (Л. С. Выготский), деятельностный подход в психологии (А. Н. Леонтьев), концепция психологической культурологии (Л. С. Колмогорова, Я. Л. Коломинский, В. В. Семикин), представление о психологическом здоровье личности (И. В. Дубровина и др.), которая включает систему понятий, описывающих основные виды и уровни психологической культуры личности, а также содержание и принципы её формирования на основных этапах онтогенеза [1].

Особенность юношеского возраста заключается в активном формировании системы ценностных ориентаций и социальных установок, нравственных взглядов и убеждений. Учащаяся молодёжь вступает в критический период личностного и профессионального самоопределения. Создаются предпосылки для реализации индивидуального выбора жизненного пути, личностного и профессионального самоопределения. Развиваясь как субъект деятельности, учащийся становится более универсальным в выборе целей жизненных планов и способов их достижения. Юноши и девушки вступают в новую социальную ситуацию развития, которая представляет собой исходный момент для новых динамических изменений, связанных с гармоничным развитием личности. Стремление познать себя, поиск своего места в жизни, самоопределение, овладение профессией, становление самосознания, стремление к самостоятельности и другие особенности юношеского возраста должны учитываться при построении содержания учебных программ. Здоровьесберегающие учебные программы необходимо создавать специально, используя метод психолого-педагогического проектирования, через построение развивающих образовательных процессов в рамках определённого возрастного интервала, создающих условия становления каждого учащегося субъектом собственной жизни и будущей профессиональной деятельности.

Здоровьесберегающее поведение человека определяется различными социально-психологическими установками: 1) общественными, формирующими современные взгляды на здоровый образ жизни, идеалы и ценности; 2) антегестационными (от лат. ante перед, gestation беременность),

определяющими когнитивные, эмоциональные и поведенческие составляющие установки будущих родителей, позволяющие им создавать желаемый мыслеобраз будущего ребёнка; 3) перинатальными (от лат. *peri* около, *natalis* относящееся к родам), определяющими психологический компонент гестационной доминанты женщины, формирование материнской и отцовской сфер настоящих и будущих родителей. Психофизиологические процессы, происходящие от момента зачатия до рождения, во время рождения и сразу после него во многом определяют формирование психологического здоровья будущего взрослого человека. У взрослых здоровых людей можно выделить различные поведенческие, эмоциональные паттерны, влияющие на возникновение соматических заболеваний (фактор поведения типа А, характеризующийся агрессивностью, мышечным напряжением, убыстренным типом деятельности, раздражительностью, враждебностью и др.). Именно на перинатальном уровне происходит формирование предшествующих (независимых) психологических факторов здоровья будущей личности, которые являются отражением материнской и отцовской заботы, семейных отношений и переживаний; 4) житейскими (хилотропными, от греч. *hyle* материя, *trepein* движущийся в определённом направлении), отражающими жизненный опыт, ценности, установки каждого индивидуума; 5) рефлексивно-деятельностными (результат образования). В современных условиях учащаяся молодёжь должна быть ориентирована на непрерывное саморазвитие как на средство и способ жизнедеятельности человека будущего, обладающего высоким уровнем общей и профессиональной психологической культуры, детерминирующим творческую самореализацию личности; 6) трансперсональными (холотропными, от греч. *holos* целое), связующими индивидуальный уровень сознания, юнговское коллективное бессознательное и вселенную в целом. Холотропный уровень сознания стремится к целостности, всеобщности существования, выходит за обычные границы своего тела и Эго, изменяет и исцеляет личность. Психосинтезирующая функция психологического здоровья находит свое воплощение в создании личностной целостности на базе формирования более широкой структуры отношений в психике человека, сохранении чувства индивидуальности на уровне всеобщности, где личные планы и интересы перекрываются более широким взглядом на целое, реализации трансперсонального «Я».

В системе обучения, ориентированного на психологическое здоровье личности, заложены следующие основные принципы:

– принцип проблематизации обучения, направленный на осмысление взаимосвязи изучаемого материала с жизнедеятельностью молодых людей, их будущей профессиональной деятельностью, систематизацию новых знаний. Проблемное обучение — это исследовательский тип обучения с большим развивающим потенциалом. Чрезмерное увлечение научными знаниями, носящими абстрактный характер, игнорирование практического значения учебного материала, отсутствие проблемности при его изложении и изучении приводят к развитию когнитивной беспомощности будущего специалиста, своего рода когнитивной «патологии». Научные психологические знания и умения должны обеспечивать развитие личности и безопасность жизнедеятельности человека. Постановка сложных теоретических и практических вопросов, требующих изучения и разрешения, ответы на которые позволяют найти выход из противоречивых ситуаций, даёт внутренний импульс, способствует психическому развитию молодых людей в том случае, если проблема формулируется на основе потребностей общества, существующей жизненной проблемы, запросов науки и практики;

– принцип ведущей роли психологической культуры личности в формировании психологического здоровья будущего специалиста. Эффективная методика психологического образования должна строиться с учётом психологической предобразованности, личностной вовлеченности субъектов образования, которая реализуется в двух активных перцептивно-рефлексивных процессах: интроспективном проецировании и психотерапевтическом ожидании (Я. Л. Коломинский). Психологическая предобразованность — это совокупность житейских психологических понятий и представлений, способов и умений психологического самопознания, самовоспитания и саморегуляции, приёмов межличностного взаимодействия, которые человек приобретает на основе жизненного опыта и усвоения несистематизированных психологических знаний. Интроспективное проецирование — это рефлексивный процесс соотнесения молодым человеком своих индивидуально-личностных психологических качеств, эмоциональных переживаний и волевых проявлений, особенностей познавательной деятельности с эталонно-нормативными описаниями, содержащимися в обсуждаемых на занятиях психологических параметрах индивидуальности; поиск своего истинного «Я». В результате такого самопознания появляется соревновательное стремление к самосовершенствованию, самовоспитанию. Психотерапевтические ожидания — это стремления юношей и девушек получить в процессе изучения психологии ответы на вопросы, которые находятся в её компетенции, и конкретную психологическую помощь в сложных жизненных ситуациях. Педагог-психолог выступает не только в роли знатока-теоретика, сообщающего определённые знания, но и в роли профессионала-консультанта и психотерапевта. Психологические знания и умения призваны формировать не только психологическую грамотность учащейся молодёжи, но и психологическую компетентность, а также собственно психологическую культуру как развитый механизм личностной саморегуляции, условие психологического здоровья личности. Будущий специалист должен научиться действовать успешно в двух пространствах своего существования — внутриличностном

и межличностном. Внутрличностное пространство — это внутренний мир человека, мир его помыслов и переживаний. Необходимо научить будущего специалиста пристально всматриваться в свое профессиональное «Я», отдавать себе отчет в своих достоинствах и недостатках, во взаимоотношениях с окружающими. В целях интенсификации этого процесса, обогащения содержания профессионального самосознания у будущих и уже работающих специалистов важна аутодиагностика характеристик психологической культуры и психологического здоровья, которая предполагает постепенное углубление профессионально-личностной рефлексии. Обучение должно строиться как концептуализация психологического опыта субъектов. Познавательные процессы выступают в качестве внутренних пусковых механизмов и основного регулируемого компонента эмоциональных проявлений и поведения, позволяют индивиду проявлять независимость от автоматизмов душевного аппарата, обусловленных психофизиологическими процессами;

– принцип активизации здоровьесберегающей деятельности учащейся молодежи на основе применения активных методов формирования психологической культуры личности (рисунок 1).

Психологическая культура выполняет роль личностного когнитивно-мотивационного средства становления психологического здоровья. Активные методы обучения (проблемный, экспонирующий, практический, интерактивный, управляемая самостоятельная работа) предполагают высокий уровень активности учащейся молодежи.

Заключение. В целях развития психологического здоровья личности важно обеспечить рефлексивную самоорганизацию учебно-познавательной, творческой деятельности, самостоятельность молодых людей на протяжении всего процесса обучения. Недопустима личностная отвлеченность, проявляющаяся в «конспектной» зависимости преподавателя и будущего специалиста. Опыт экспериментального обучения доказывает необходимость активно использовать эвокативные (вызывающие чувства и воспоминания) техники и силу собственной личности преподавателя [2]. Эмоциональному выражению отводится роль средства передачи опыта и реализации личности; таким образом, качество актуальных переживаний представляет собой не только критерий психологического здоровья, но и фокус

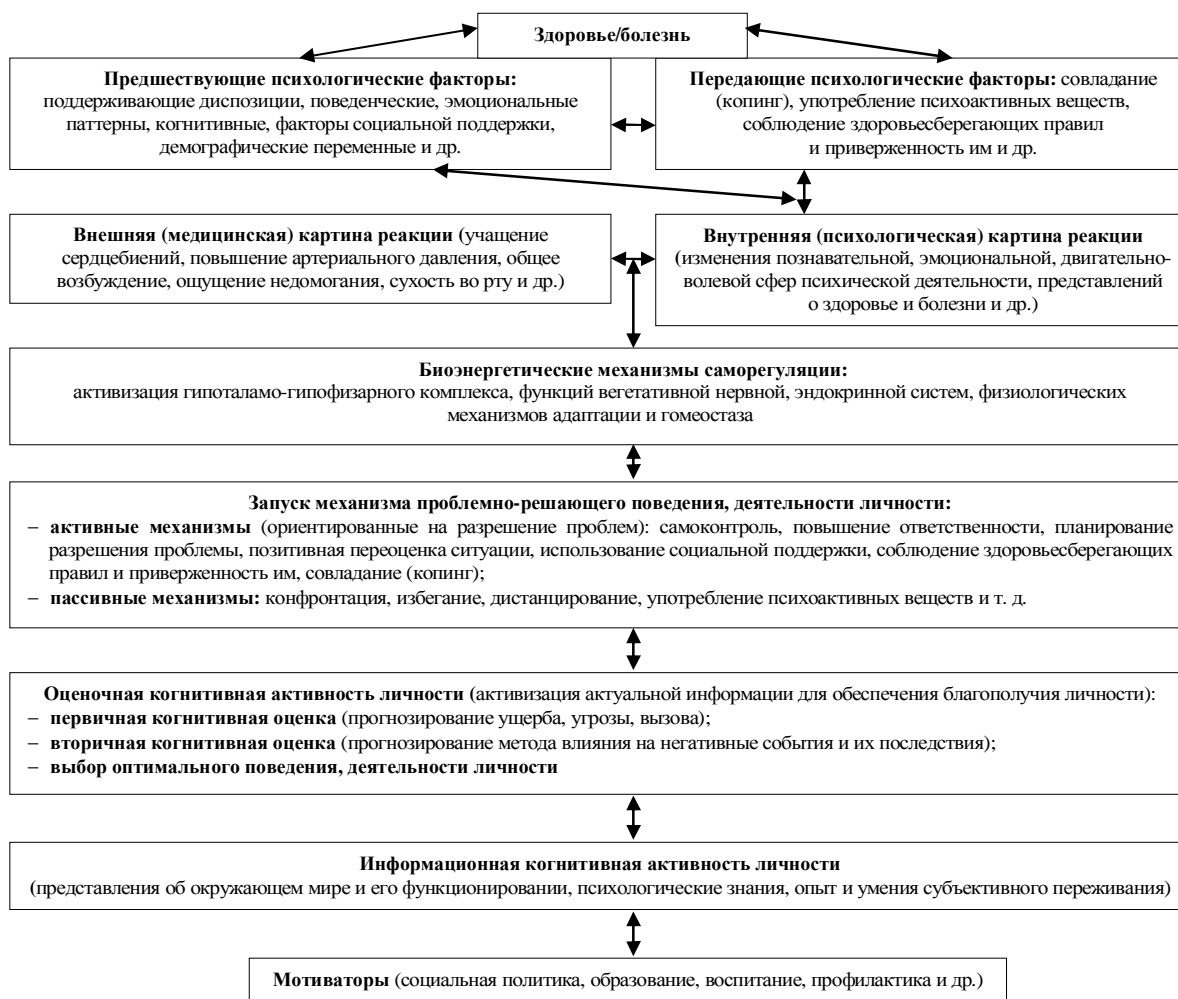


Рисунок 1 — Активизация психологических факторов, влияющих на здоровье

психологического вмешательства. Психология по своей внутренней сути — такой «предмет», который нельзя «проходить», «законспектировать» и «сдать экзамен». Её необходимо «пережить» в живом общении с преподавателем. «Конспектная» зависимость способствует «зомбированию» молодых людей, когнитивной беспомощности будущих специалистов, препятствует созданию их индивидуального плана ближайшего саморазвития.

Список цитируемых источников

1. Селезнёв, А. А. Системный анализ данных : учеб.-метод. пособие для самостоят. работы студентов / А. А. Селезнёв. — Барановичи : РИО БарГУ, 2009. — 116 с.
2. Селезнёв, А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие для организации управляемой самостоят. работы / А. А. Селезнёв. — Барановичи : [б. и.], 2007. — 303 с.

Материал поступил в редакцию 11.02.2014 г.

УДК 371.78(075)

А. А. Селезнёв

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

УПРАВЛЯЕМАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ НА БАЗЕ ЦЕНТРА МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Введение. Управляемая самостоятельная работа (далее — УСР) студентов — это организованная учебная (исследовательская) деятельность, выполняемая при методическом руководстве и под контролем преподавателя. Предназначена для овладения учебным материалом дисциплины в объёме, требуемом программой; формирования навыков самообразования, развития учебных способностей, умений и принятия самостоятельных решений в учебной, научной, профессиональной деятельности.

Повышение роли УСР учащейся молодёжи в ходе психологической подготовки носит практикоориентированный характер, требует создания соответствующих условий для её организации, повышает ответственность учреждений образования за результат учебного процесса. Самостоятельная работа обеспечивает лично ориентированную направленность психологической подготовки, превращает обучающегося в субъект учебно-познавательной и исследовательской деятельности. Увеличение её доли в учебной программе придаёт учебному процессу проблемно-исследовательский характер, способствует самосовершенствованию и самопознанию, развитию личной ответственности, самодисциплины, рефлексивности, креативной мыслительной деятельности обучающегося. Следует отметить, что в условиях современных социально-экономических изменений, происходящих в обществе, возрастает необходимость в подготовке способных к конкуренции молодых специалистов, обладающих опытом самостоятельной работы в решении личностных и профессиональных проблем, способных успешно овладевать новыми функциональными обязанностями, технологиями на основе научной организации труда и повышения своего научно-теоретического уровня знаний, что обуславливает профессиональную мобильность будущих специалистов.

В результате УСР студент должен закрепить и развить следующие академические и социально-личностные компетенции: владеть базовыми научно-теоретическими знаниями и применять их для решения теоретических и практических задач; владеть системным и сравнительным анализом; владеть исследовательскими навыками; уметь работать самостоятельно; обладать профессиональной психологической культурой; владеть навыками самообразования и самовоспитания; иметь способности к социально-психологической и педагогической рефлексии.

Для приобретения профессиональных компетенций в результате обучения на базе Барановичского центра медицинской реабилитации (далее — ЦМР) студент должен знать анатомию центральной нервной системы человека; закономерности мозговой организации психических процессов; принципы системного анализа нарушения высших корковых функций при локальных поражениях головного мозга; нейропсихологические синдромы при локальных поражениях головного мозга; уметь устанавливать топический диагноз по результатам нейропсихологического обследования; описать структуру изменений психической деятельности при различном варианте нейропсихологического синдрома.

Основная часть. Филиал кафедры психологии факультета педагогики и психологии учреждения образования «Барановичский государственный университет» (БарГУ) на базе ЦМР для детей с психоневрологическими заболеваниями был организован в начале 2008/2009 учебного года.