



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
КАФЕДРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

**Психолого-педагогические основы личностно-
ориентированного подхода в обучении**

Выпускная квалификационная работа
 по направлению 44.04.02 - Психолого-педагогическое образование
 Направленность программы магистратуры
 «Психология и педагогика образования личности»

Проверка на объем заимствований:

Более 70% авторского текста

Работа допущена к защите

« 15 » ноября 2017 г.

зав. кафедрой ОТиДО

Беликов В.А.

Выполнил (а):

Студент(ка) группы ЗФ-211/187-2-1Кст
 Тойымбетова Динара Серикбаевна

Научный руководитель:

уч. степень, должность
 к.п.н., доцент Лапчинская И.В.

Челябинск
2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА.....	9
1.1. Личностно-ориентированный подход как основа проектирования профессионального обучения студентов вуза.....	9
1.2. Сущность и особенности личностно-профессионального становления студентов вуза.....	27
1.3. Понятие личностного роста и его критерии.....	41
ВЫВОДЫ ПО 1 ГЛАВЕ.....	56
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА СТУДЕНТОВ ВУЗА.....	59
2.1. Описание диагностических методик исследования уровня личностного роста студентов вуза и статистические процедуры для расчета показателя изучаемых свойств.....	59
2.2. Результаты диагностического исследования личностного роста студентов вуза.....	67
2.3. Разработка программы психологического сопровождения личностного роста студентов вуза.....	72
ВЫВОДЫ ПО 2 ГЛАВЕ.....	80
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	82
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	86
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	91

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. На современном этапе развития общества к профессиональной школе предъявляются повышенные требования к уровню общеобразовательной и профессиональной подготовки специалистов. XXI век диктует необходимость подготовки высококвалифицированных, разносторонне образованных, профессионально мобильных специалистов, способных к творческой, инициативной профессиональной деятельности.

Демократические преобразования в обществе на первое место ставят индивидуальность, самостоятельность, образованность, неординарность и инициативу личности специалиста с новым типом мышления, достаточным уровнем теоретической подготовки и практических умений и навыков, способного к саморазвитию, умеющего работать с людьми и готового воспитать будущее поколение творчески мыслящими, мобильными и конкурентоспособными. Все это заметно актуализирует социальную потребность в новой гуманизированной системе профессионального образования, отрицающей манипулятивный подход к человеку и реализующий принципиально иной подход к нему как цели и центру учебно-воспитательного процесса. Происходит смена педагогической парадигмы, выдвигающей идеи и ориентиры, пронизанные уважением к личности каждого студента - будущего специалиста и заботой о ее развитии.

Гуманистическая концепция видит задачу образования в формировании личности во всей многомерной полноте ее интеллектуального, социокультурного, национально-исторического развития.

В сфере профессиональной подготовки в образовательных учреждениях существует противоречие между объективной потребностью усиления гуманитарной подготовки специалистов, необходимой для формирования у них возможностей концептуального мышления, развития

глобализации и интегративности сознания и ранее сложившейся системой обучения, ориентированной на конкретную узкопрофильную область профессиональной деятельности.

В таких условиях особую значимость приобретают научные исследования в области формирования гуманитарной культуры, оценка реального состояния и поиска оптимальных путей его реализации.

Особое значение приобретает наличие конкретных знаний, умений и навыков, готовность предъявить их в заданной ситуации, проявлять инициативу, активность и самостоятельность, нести свою долю ответственности в соответствующей сфере деятельности.

Воспитывающие и развивающие резервы обучения наиболее полно раскрываются в условиях лично-ориентированного подхода. В этих условиях: а) обучающийся становится не объектом, а субъектом учебной деятельности, т.е. ее активным инициатором, деятелем, контролером: б) обучающиеся выполняют учебные задания, имеющие четкий личностный смысл: в) на занятиях осуществляется взаимодействие с преподавателем: г) учебные задания моделируют различные аспекты человеческой деятельности: д) учебная деятельность есть этап подготовки к трудовой деятельности.

Концепция подготовки специалиста ориентирует на лично-ориентированный и индивидуально-творческий подход в построении гуманистически направленного образовательного процесса, главными целями которого являются создание условий для обеспечения личностной самореализации студента и осознания им себя субъектом общепедагогической культуры.

В связи с интеллектуальным развитием личностное фундаментальное значение приобретает гуманитарное образование, стратегической целью

которого является формирование у обучающихся подлинно человеческого отношения к миру, обществу, к другим людям.

Степень разработанности проблемы и теоретическая база исследования. В отечественной педагогике профессионального образования проблема непрерывного развития разрабатывалась в социальном, экономическом, организационном и педагогическом аспектах. Это отражено в трудах С.Я. Батышева, А.П. Беляевой, Б.С. Гершунского, А.Я. Наина, Ю.Н. Петрова.

На протяжении длительного периода в психолого-педагогической и методической литературе обсуждаются различные аспекты профессиональной подготовки специалистов (С.Я. Батышев, А.Я. Найн, Г.Н. Сериков), рассматриваются методологические и теоретические вопросы развития профессиональной компетентности педагогов (В.П. Беспалько, Б.С. Гершунский, В.М. Соколов, Ю.Н. Петров).

На логику исследования оказали влияние работы по теории деятельности (Л.С. Выготский, И.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.И. Леонтьев).

Особого внимания от образования XXI века требует развитие интеллектуальных способностей (В.В. Давыдов, Э.Ф. Зеер, В.В. Соколова), социальной активности (П.А. Алексеев, А.Я. Найн).

Отечественными учеными разрабатываются теоретические основы гуманитарного образования (К.Я. Вазина, В.П. Зинченко).

Весьма полезными, оказались работы авторов, рассматривающих личностно-деятельностный подход к организации учебного процесса (Е.Н. Бондаревская, Л.С. Выготский, Л.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, Г.В. Мухамядзянова, С.Л. Рубинштейн, И.С. Якиманская).

На протяжении длительного периода обсуждаются различные аспекты социально-ориентированного, культурологического, личностно-деятельностного, гуманистического, профессионально-ценностного подходов к изучению педагогических явлений и процессов (Ю.К. Бабанский, А.П. Беляева, Л.С. Выготский, Б.С. Гершунский, М.П. Горчакова-Сибирская).

Выявлено, что профессиональная направленность существует в практике образовательного процесса, а социокультурный аспект в практике профессионального обучения реализуется недостаточно.

Таким образом, с одной стороны, назрела практическая потребность в профессиональном обучении специалистов, обладающих соответствующими знаниями и способных решать сложнейшие профессиональные задачи, а с другой, оказались недостаточно разработанными принципы, содержание, современные средства, методы, формы подготовки студентов в гуманитарного вуза.

В связи с этим нами поставлена проблема профессионального обучения студентов вуза, основанного на идее непрерывного профессионального развития специалиста на протяжении всей его творческой жизни.

Слабая разработанность проблемы проектирования подготовки студента в гуманитарном вузе в условиях личностно-ориентированного подхода и ее большая практическая значимость при подготовке конкурентноспособного специалиста определили тему исследования: «Психолого-педагогические основы личностно-ориентированного подхода в обучении».

Цель исследования - выявить психолого-педагогические основы личностно-ориентированного подхода в обучении студентов вуза.

Объект исследования – личностно-ориентированное обучение студентов в вузе.

Предмет исследования – теория и практика организации личностно-ориентированного подхода в обучении студентов вуза.

Гипотеза исследования – личностно-ориентированный подход в обучении студентов будет эффективен при реализации программы психологического сопровождения личностного роста.

В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой определены следующие **задачи исследования**:

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме личностно-ориентированного подхода в обучении;
2. Изучить сущность и особенности личностно-профессионального становления студентов вуза;
3. Раскрыть содержание понятия личностного роста и его критериев;
4. Провести диагностическое исследование уровня личностного роста студентов вуза;
5. Разработать программу психологического сопровождения личностного роста студентов вуза.

Методы исследования. Для решения поставленных задач использовался комплекс различных методов исследования: теоретический анализ психолого-педагогической литературы; метод анализа образовательных стандартов вуза, квалификационных характеристик и других документов; методы психолого-педагогической диагностики; беседа, опрос; обобщение педагогического опыта: изучение результатов деятельности; методы количественного и качественного анализа результатов.

Выбор методов исследования определялся в соответствии с характером решаемых задач и спецификой изучаемых фактов и явлений профессионального обучения студентов.

База исследования. Костанайский государственный педагогический институт (г. Костанай, Р. Казахстан).

Научная новизна исследования:

- определена сущность профессионального обучения на основе личностно-ориентированного подхода и социально-педагогических требований к современному специалисту;
- разработано содержание подготовки специалистов на основе принципов многоуровневости и непрерывности, гуманизации и демократизации социальной и профессиональной направленности;
- установлена взаимосвязь целей, содержания, процессов и результатов профессиональной подготовки;
- выявлена социальная и профессиональная динамика в развитии личности, повышении уровня личностного роста, готовности к профессиональной деятельности.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что уточнен и обновлен понятийный аппарат: «личностно-ориентированный подход», «профессиональное обучение», «профессиональное становление студентов», «личностный рост», «критерии личностного роста»; выявлены психолого-педагогические основы личностно-ориентированного подхода в обучении.

Практическая значимость исследования заключается в том, что представленные возможности профессионального обучения студентов вуза учитывают современные требования к образовательным процессам, обеспечивают возможность совершенствования педагогического процесса на основе личностно-ориентированного подхода и являются средством удовлетворения социокультурных и профессиональных потребностей студентов. Разработанная программа психологического сопровождения личностного роста студентов может быть реализована в учебном процессе в Костанайском государственном педагогическом институте и других вузах.

Структура работы: Магистерская диссертация состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка литературы, включающего 51 наименование, и приложение.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА

1.1. Личностно-ориентированный подход как основа проектирования профессионального обучения студентов вуза

Демократические преобразования в современном обществе на первое место ставят индивидуальность, самостоятельность, образованность, неординарность и инициативу личности специалиста с новым типом мышления, достаточным уровнем теоретической подготовки и практических умений и навыков, способного к саморазвитию, умеющего работать с людьми и готового воспитать будущее поколение творчески мыслящими, мобильными и конкурентноспособными. Все это заметно актуализирует социальную потребность в новой гуманизированной системе образования, отрицающей манипулятивный подход к человеку и реализующий принципиально иной подход к нему как цели и центру воспитательных усилий. Происходит смена педагогической парадигмы, выдвигающей идеи и ориентиры, пронизанные уважением к личности каждого студента – будущего специалиста и заботой о ее развитии.

Глобальной и настоятельной оказывается потребность в переориентации процесса профессиональной подготовки на иной конечный результат – новое поколение субъектов – носителей и источников социальной и профессиональной деятельности, высокой методологической культуры, интеллигентных, с развитыми индивидуальными способностями и реализованными потенциальными возможностями (Б.Р. Борщанская, М.Е. Дуранов и др.); ярких личностей, гуманных, способных концептуально осмысливать и проектировать собственную образовательную деятельность и обеспечивать ее креативную продуктивность; осведомленных о существовании различных механизмов понимания другого человека (П.Ф. Каптерев, Н.И. Пирогов, В.А. Сухомлинский и др.); готовых принимать на себя ответственность и вырабатывать собственную позицию; обладающих профессиональной компетентностью, владеющих цивилизованными

технологиями, педагогической техникой и педагогическим мастерством (П.А. Леонтьев, А.С. Макаренко и др.) как особо важными компонентами эффективного осуществления будущей деятельности [17].

Выделим основные положения, непосредственно касающиеся нашего исследования.

Основополагающим принципом современной педагогики, которую, по замечанию В.П. Зинченко, можно назвать «педагогикой культурного диалога», является личностно-ориентированный подход [28]. Сторонники данного подхода (Е.В. Бондаревская, И.А. Зимняя, М.В. Кларин, А.И. Мищенко, В.В. Сериков и др.) понимают как опору на определенные личностные качества: направленность личности, ее ценностные ориентации, жизненные планы, сформировавшиеся установки, доминирующие мотивы деятельности и поведения [10, 29, 36, 47].

Утверждался данный подход и в психологических концепциях (А.Г. Асмолов, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, С.Л. Рубинштейн, Г.И. Щукина и др.). Особенно ярко идея личностной ориентации представлена в зарубежной гуманистической психологии (Р. Берне, Т. Гринин, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и др.), признающей наличие творческого личностного потенциала в каждом человеке, а задачу педагога определяющей как помощь в его реализации. Основными понятиями личностного подхода являются самоактуализация, самореализация, саморазвитие.

В ходе многочисленных научных изысканий сформировался личностно-ориентированный подход к познанию и формированию личности, реализация которого предполагает моделирование в процессе профессионального обучения задачной структуры профессиональной деятельности, обеспечивает приоритет личности над всей образовательной деятельностью. В соответствии с этим образовательная деятельность в процессе подготовки не формирует личность, а способствует развитию уже

существующих задатков, направленности, профессионального опыта, индивидуально-психологических особенностей. Рассматриваемый подход предполагает главное внимание в процессе обучения уделять качествам личности студента - будущего специалиста, а его реализация имеет в виду качественно иную структуру взаимодействия преподавателя и студента, в основу которого положены субъект-субъектные отношения, связанные совместным поиском решения профессиональных проблем. Личностно-деятельностный подход требует рефлексивного управления межличностным взаимодействием, сущность которого заключается в том, что целью совместной деятельности преподавателя и студентов является развитие потребности и способности к самоуправлению, саморегуляции, самоорганизации, самоконтроля учебной деятельности последнего [17].

Указанный подход - не новое явление в педагогике и психологии. Он изучался и разрабатывался многими учеными (Б.Г. Ананьев, Н.В. Кузьмина, А.Н. Леонтьев, А.И. Мищенко, В.Н. Мясищев, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, Н.Ф. Талызина и др.).

Актуальность концепции личностно-ориентированного подхода и ее реализация в ходе подготовки будущего специалиста обусловлена не только требованиями обновляющегося социума, но и обоснованием теоретических предпосылок накопленного опыта новаторской деятельности, направленной на создание альтернативных образовательных систем; фундаментальными исследованиями механизмов развития функций личности и жизнедеятельности человека, специфической природы личностного уровня человеческой психики (В.В. Давыдов, А.В. Петровский).

Применяя личностно-деятельностный подход к решению проблемы подготовки будущего специалиста, мы опираемся на основательные, глубокие дидактические исследования природы педагогического знания (В.В. Краевский), целостности образовательного процесса (Ю.К. Бабанский, А.И. Мищенко), личностно развивающих функций обучения (Е.В. Бондаревская),

сущности педагогической деятельности (В.И. Загвязинский, И.А. Колесникова, В.А. Сластенин).

Понятие «деятельность» исследовалась многими учеными (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев). Психология заимствовала это понятие из философии - это способ существования человека и общества в целом. На конкретно научно-психологическом уровне под деятельностью имеется в виду совокупность процессов реального бытия человека, опосредованных сознательным отражением [30].

Главной характеристикой деятельности является ее предметность. Под предметом имеется в виду предмет культуры, в котором зафиксирован определенный общественно выработанный способ действия с ним. В этой характеристике отражена направленность развития самой деятельности и ее субъекта на освоение все новых предметов, на включение все большей части мира в деятельностные отношения [31].

Деятельность всегда носит опосредованный характер. В роли средств выступают орудия, материальные предметы, символы (внутренние средства) и общение с другими людьми. Осуществляя любой акт деятельности, мы реализуем в нем определенное отношение к другим людям, если они даже реально и не присутствуют в момент совершения деятельности [31].

Человеческая деятельность всегда целенаправленна, подчинена цели как сознательно представляемому запланированному результату, достижению которого она служит. Цель направляет деятельность и корректирует ее ход. Деятельность не совокупность реакций, а система действия, сцементированных в единое целое побуждающим ее мотивом. Мотив - это то, ради чего осуществляется деятельность, он определяет смысл того, что делает человек.

Деятельность всегда носит продуктивный характер, т. е. ее результатом являются преобразования как во внешнем мире, так и в самом человеке, его

знаниях, мотивах, способностях. В зависимости от того, какие изменения играют главную роль или имеют наибольший удельный вес, выделяются различные типы деятельности (трудовая, познавательная, коммуникативная и т.д.).

Внутренняя психическая деятельность имеет так же орудийный, инструментальный характер. В качестве этих орудий выступает система знаков (прежде всего язык), которые не изобретаются индивидом, а усваиваются им. Они имеют культурно-историческое происхождение и могут передаваться другому человеку только в ходе совместной (вначале обязательно внешней, материальной, практической) деятельности.

Объективное содержание, которое несут в себе конкретные события, явления или понятия, иначе говоря то, что они значат для общества в целом, может существенно не совпадать с тем, что в них открывает для себя индивид. Ведь человек не просто отражает объективное содержание тех или иных событий и явлений, но одновременно фиксирует свое субъективное отношение к ним, переживаемое в форме интереса, желания или эмоций и называемое личностным смыслом.

Учебная деятельность объединяет не только познавательные функции деятельности (восприятие, внимание, память, мышление, воображение), но и потребности, мотивы, эмоции, волю. Деятельностный подход обеспечивает средства для анализа целостных «единиц жизни, опосредованных психическим отражением».

Как показало исследование, для успешного овладения деятельностью необходимо, чтобы она была включена в систему жизненных интересов студентов. Одним из таких постоянно действующих интересов является все, что связано с их будущей профессией и с теми областями науки, которыми они занимаются. Когда студент на занятиях понимает, что эта деятельность дает ему возможность больше узнать о выбранной профессии, углубиться в

соответствующую область знания, то она приобретает для него личностный смысл и становится действующим фактором мотивации учения.

Системообразующим фактором новой парадигмы профессионального образования являются личности обучающихся.

Это обусловлено тем, что:

- провозглашена принципиально новая цель образования - развитие личности на всех его уровнях. Признается приоритет личности перед коллективом, индивидуальная ценность каждого человека;
- изменилось содержание труда работников. Усиление интеграционных моментов в производственных технологиях привело к изменению понятия «квалификация»;
- нечеткий рынок труда, колебание спроса и предложения на профессии, профессиональная миграция затрудняют прогнозирование профессиональной квалификации и требуют большей универсализации профессиональных функций рабочих и специалистов. Более конкурентоспособными становятся профессионально мобильные работники.

Принципиально важным для личностно-ориентированного образования является понимание того, что педагогические воздействия должны быть направлены на формирование личности. Но оно не занимается формированием личности с заданными свойствами, а создает условия для полноценного проявления и, соответственно, развития личностных функций субъектов образовательного процесса.

Как показали исследования (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн), личностно-деятельностное образование основывается на следующих принципах:

- признается приоритет индивидуальности, самоценности обучаемого как активного носителя субъективного опыта;
- обучаемый не становится, а изначально является субъектом познания;
- при проектировании профессионально-образовательного процесса следует учитывать субъективный опыт каждого обучаемого;
- развитие обучаемого как личности (его социализация) идет не только путем овладения им нормативной деятельностью, но и через постоянное обогащение, преобразование субъективного опыта как важного источника собственного развития.

Личностно-деятельностное образование можно определить как образование субъекта, максимально обращенное к индивидуальному опыту обучаемого его потребности к самоорганизации, самоопределению и саморазвитию.

Культура реализует свою функцию развития личности только в том случае, если она активизирует, побуждает ее к деятельности. Чем разнообразнее и продуктивнее значимая для личности деятельность, тем эффективнее происходит овладение общечеловеческой и профессиональной культурой. Деятельность личности как раз и является тем механизмом, который позволяет преобразовать совокупность внешних явлений в собственно развивающие изменения, в новообразования личности как продукта развития. Это обуславливает особую важность реализации деятельностного подхода как стратегии гуманизации технологий.

Процесс общего, социально-нравственного развития личности приобретает оптимальный характер, когда обучаемый выступает субъектом обучения. Данная закономерность обуславливает единство реализации деятельностного и личностного подходов. Личностный подход требует отношения к обучаемому как к уникальному явлению независимо от его индивидуальных особенностей. Данный подход требует и того, чтобы сам воспитанник воспринимал себя такой личностью и видел ее в каждом из

окружающих людей. Личностный подход предполагает, что и педагоги, и обучаемые относятся к каждому человеку как к самостоятельной ценности для них, а не как к средству для достижения своих целей.

Сильной стороной личностно - ориентированного подхода является пристальное внимание к формированию предметной компетенции студента, которая играет исключительно важную роль в обучении профессиональному общению. Предметный план речевой деятельности находится в центре внимания как студента, так и преподавателя.

Вопросы обучения и воспитания личности в процессе учебной деятельности рассматривается в широкой социально-культурной парадигме: «общество - личность - культура - образование - учение - развитие – саморазвитие - самореализация личности» и определяется через понятие «субъектность». Социальная позиция является исходной в отечественной трактовке личности в обществе и, соответственно, в процессе образования. Исходя из культурно-исторической концепции учения (Выготский Л.С), теории деятельности (Рубинштейн С.Л., Леонтьев А.Н.), теории личности (Петровский В.А.), личность рассматривается как активный субъект деятельности, который сам формируется в деятельности и в общении, определяет характер деятельности и общения, способен управлять своими действиями и свободно принимать на себя ответственность за исход этих действий, контролировать ход и оценивать результаты своих действий.

С точки зрения личностно-ориентированного подхода, образование рассматривается как процесс созидания человека, процесс развития субъектности человека [37]. При этом цель развивающего обучения - формирование у обучаемого субъектности как способности самостоятельно осуществлять свою учебную деятельность, активно и осознанно управлять ею, ответственно и квалифицированно принимать решения, касающиеся собственно учения, брать на себя ответственность за результат учебной деятельности [23].

Главная ценность любого общества и государства - это люди. Только человек является саморазвивающейся, саморегулирующейся системой, не только постоянно овладевает опытом, накопленным человечеством, но и непрерывно вырабатывает новые способы жизнедеятельности в быстро меняющихся ситуациях.

Именно эта способность ситуативного действия обеспечивает человеку свободу, возможность жить радостно, творчески, быть мерой всех вещей.

Личность - это субъект, обладающий сознанием и способностью к социально-значимой деятельности. Личность начинается с этого момента, когда ребенок скажет: «Я сам», и получит значительное развитие, когда человек начинает понимать свои связи с миром, свою ответственность перед ним.

Личность - это неповторимость, которую нужно хорошо знать. Знать для того, чтобы лучше воспитывать, не властвуя над ней: лучше учить, создавая вдохновение и стремление к познанию себя и окружающего мира; наилучшим образом совместить индивидуальные особенности с профессиональным трудом [33].

Известно, что свойства личности проявляются в ее действиях и тем самым влияют на социально-экономические процессы, причем как позитивно, так и негативно.

Практика требует постоянной, кропотливой работы по изучению и формированию личностных качеств прежде всего растущего человека.

Без изучения студентов немисливо внедрять гуманистические идеи в учебно-воспитательный процесс, немисливо осуществлять дифференцированное обучение. О каком реальном планировании целей занятия, его форм и методов обучения может идти речь, если не учитывать главного - неповторимости самих студентов.

Как подготовить современного специалиста - профессионала, если не знать его индивидуальных особенностей, не знать его нравственный потенциал, который в итоге возвышает или понижает ранг любого работника и особенно профессионала - организатора производства, управленца [46].

Поскольку личность чаще всего определяют как человека в совокупности его социальных, приобретенных качеств, это значит, что к числу личностных не относятся особенности человека, которые природно обусловлены и не зависят от его жизни в обществе. К числу личностных не относятся психологические качества человека, характеризующие его познавательные процессы или индивидуальный стиль деятельности, за исключением, тех, которые проявляются в отношениях к людям в обществе. В понятие «личность» обычно включаются такие свойства, которые являются более или менее устойчивыми и свидетельствуют об индивидуальности человека, определяя его значимые черты для людей и поступки.

По определению Р.С. Немова, личность - это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях, являются устойчивыми и определяют нравственные поступки человека, имеющие значение для него самого и окружающих [38].

В период бурного роста рыночных отношений семья и учебное заведение получили новый социальный заказ - выпускать в жизнь людей, готовых участвовать в конкретном индивидуальном и коллективном труде, способных свободно ориентироваться в условиях рыночной экономики, имеющих твердые знания, высокую культуру, умеющих осуществлять осознанный выбор профессии, соответствующие своим индивидуальным особенностям. Поэтому важнейшей задачей семьи, дошкольных учреждений, образовательных и профессиональных школ является развитие, формирование интересов, склонностей, творческих способностей, различных способов и качеств личности [50].

Развитие индивида принесет максимальную пользу при благоприятных социальных обстоятельствах. Для «выращивания» людей нужны здоровые социально-нравственные и морально-психологические условия. Человека нужно прежде всего уважать, проявлять заботу о нем. Бесспорно и то, что для успешного обучения и воспитания детей их нужно глубоко знать. Мы долго злоупотребляли «внешним» подходом к человеку не как к неповторимой индивидуальности, а как к некоему среднестатистическому существу. Времена резко изменились. Теперь как обучение людей, так и управление ими в процессе трудовой деятельности, возможны лишь на личностном уровне. Поэтому на первый план выходит человекознание, умение изучать и развивать личность, знать ее сильные и слабые стороны [50].

Отсюда следует, что системообразующими факторами в развитии личности выступают: эмоционально-нравственное, интеллектуальное, духовное, мировоззренческое развитие личности.

Эмоционально-нравственное развитие личности - это длительный процесс, который зависит от внешних и внутренних факторов. Ситуационные факторы оказывают большое влияние на эмоциональное состояние участников совместной учебной и профессиональной деятельности. Целостный процесс эмоционально-нравственного воспитания можно подразделить на формирование нравственного сознания, формирование эмоционально-нравственных чувств, формирование соответствующих навыков и привычек [40].

В основе повышенной интеллектуальной активности студентов можно усмотреть и естественный интерес, повышенную любознательность. Вопросы, которые задает студент, нередко глубоки и касаются самой сути вещей. Студенты могут формировать гипотезы, рассуждать предположительно, исследовать и сравнивать между собой различные альтернативы при решении одних и тех же задач. Сфера познавательных, в

том числе учебных и профессиональных, интересов студентов выходит за пределы учебного заведения и приобретает форму познавательной самостоятельности - стремление к поиску и приобретению знаний, к формированию полезных умений и навыков [38].

Социально-психологическая ситуация в профессиональном образовании имеет положительные и отрицательные аспекты. Положительное в ней состоит в том, что отсутствие единственного и однозначного мировоззренческого ориентира побуждает студентов самостоятельно думать и принимать решения. Это способствует их ускоренному развитию и превращению в зрелых личностей, обладающих независимостью суждений, внутренней свободой, имеющих собственную точку зрения и ее отстаивать. Но, с другой стороны, подобная ситуация ведет к быстрому разделению людей на группы, отличающиеся друг от друга по уровню социальной и нравственно-мировоззренческой зрелости, к отстаиванию одних и более быстрому психологическому развитию других [39].

Нравственно-этические отношения в действительности должны быть универсальными и проецироваться на всю систему взаимоотношений. Именно поэтому, учитывая возможности данной педагогической проблемы, при проектировании системы учебных занятий необходимо уделять особое внимание вопросу взаимоотношений. Этому способствует игровая учебная ситуация, в которой обучающиеся осваивают этику делового общения, в результате чего формируется облик будущего специалиста. При проектировании учебных ситуаций преподаватель должен выстраивать учебный материал таким образом, чтобы общение для обучающихся стало социально, профессионально и личностно значимым. Интересно построенное учебное занятие приводит к быстрому развитию мышления и творческого потенциала личности, поэтому в учебный процесс нужно активнее внедрять учебные ситуации творческого характера. Подобные ситуативные модели

обучения способствуют гармоничному развитию личности и обеспечивают эмоциональную разрядку на занятиях, а так же эмоциональное стимулирование [41].

В связи с тем, что человек включен в систему отношений, его деятельность не может быть оторвана от деятельности окружающих его людей, она всегда общественна, социальна. Основной первичной формой отношений является совместная деятельность, которая в свою очередь и порождает индивидуальную деятельность каждого человека, поэтому внешним механизмом саморазвития человека становится социальная группа, в которой протекает его основная жизнедеятельность.

Человек, как и любая система, имеет право выбирать: с кем вступать или не вступать в связь. Но взаимодействие с любой системой необходимо строить, соблюдая ее нормы функционирования. Отсюда следует, что человек, если он хочет жить комфортно в мире, должен овладеть общечеловеческой культурой, различными видами деятельности.

Итак, главным содержанием развития человека является система отношений, то есть система деятельности, вырабатывающая определенные качества - способности человека, его самовыражение, независимость.

Деятельность в процессе саморазвития человека используется в нескольких аспектах. Она выступает как функция человека в системе отношений и как способ его жизнедеятельности.

В учебном заведении можно выделить два главных вида отношений: межличностные и профессиональные. Первые создают реальный механизм организации коллектива. Вторые обеспечивают его целевые, нормативные, функциональные взаимодействия. Остановимся на рассмотрении межличностных отношений.

Если под личностью понимать только ее социальную сущность, тогда этот термин будет точен, но мы обсудим отношения «человек - человек»,

куда входят все его четыре мира (физический, сенсорный, интеллектуальный и духовный). Поэтому мы будем употреблять термин межличностных отношений в понимании; «человек человек» (К.Я. Вазина, Ю.Н. Петров).

Мы знаем, что полной психологической совместимости между людьми вообще быть не может в силу уникальности каждого человека. Поэтому нужно идти от степени совместимости, снижение сопротивления, чтобы успешно осуществлять общ>то деятельность, то есть, включаться в отношения. Процесс развития личности под влиянием взаимоотношений, складывающихся с окружающими людьми, так же можно представить следующим образом. В доступных для человека видах деятельности образуются соответствующие формы общения, в которых человек усваивает правила и нормы человеческих отношений, развиваются потребности, формируются интересы и мотивы, которые, став побудительной основой личности, ведут к дальнейшему расширению сферы общения и, следовательно, к появлению новых возможностей для развития личности. Выход человека в новую систему деятельности и общения, включение его в форму межличностных контактов новых людей, обращение к новым источникам информации фактически означают период к следующей, более высокой ступени развития [38].

Межличностные отношения производят наладку взаимодействия сложнейших систем общения людей между собой. Для этого они должны выделить друг друга из множества.

Исходя из современных реальностей, ведущей задачей профессиональной подготовки становится построение механизма востребованности и задействования выпускников учреждений в соответствующих областях практики. Для этого крайне необходимо осуществлять формирование и развитие личности будущего специалиста, обладающего способностью к свободному творческому постоянному

развитию собственной индивидуальности, прекрасно владеющего умением быстро улавливать новое и адаптироваться к нему, используя полученные профессиональные знания: актуализировать нравственную позицию студента, основу которой составляет гуманистическое восприятие мира; углублять нравственное сознание через овладение идеей развития личности и ответственности за непрерывающееся развитие [17].

Личностно-ориентированный подход требует реализации принципа гуманизации, культурного развития личности.

Подобное обращение к личности будущего специалиста возможно только в условиях подлинной гуманизации образования и процесса подготовки, пристальное внимание к которой во многом связано с эволюцией современных философских воззрений, выдвигающих в центр научных исследований человека. Принцип гуманизации определяется как многофункциональное основоположение, синтезирующее множество идей из разных областей знаний, которыми, по сути пронизываются все сферы культуры с позиций человечности и защиты, духовных прав человека на самостоятельное самоопределение и развитие.

Гуманизация внешних условий процесса воспитания неразрывна с внутренней гуманизацией самого субъекта этого процесса, объективно выступающая как процесс одухотворения всех способов взаимодействия с личностью и направленная на ее такое духовно-нравственное развитие, при котором происходит индивидуально-личностная интеграция ценностей нравственного плана и возникает потребность личности в приобщении к ним и творческом их созидании.

С точки зрения М.И. Берулавы гуманизация образования исключает статический, обезличенный подход к человеку, а гуманизацию обучения нельзя свести к каким-то конкретным методам обучения или технологиям. Автор утверждает, что это - ценностная ориентация, в основе которой лежит

перестройка личностных установок. Если традиционный процесс подготовки основывается на универсальности учебных программ, фронтальном общении, трансляционной форме передачи информации и ее пассивном восприятии, то гуманистическая дидактика, - пишет далее ученый, - ориентируется на индивидуализацию и дифференциацию обучения, использование индивидуальных нормативов и, соответственно, программ развития, активизацию творчества. Гуманизация образования, несомненно, означает максимально возможную индивидуализацию учебно-воспитательного процесса и предполагает его дифференциацию (И.М. Осмоловская, И.Э. Унт и др.) [9].

Сегодня гуманистическая школа существенно меняет представления о характере взаимоотношений между всеми участниками профессионального обучения, утверждая стиль доверия, сотрудничества и сотворчества, сближая их позиции, усиливая роль эмоций, эмпатии. Все это избавляет участников процесса от психологического дискомфорта, состояния одиночества, беспокойства и тревоги.

Гуманизация образования касается вопросов организации, подготовки, управления ею, воспитания и обучения студентов, реализуясь всей системой образования в целом. Ключевым в процессе гуманизации является обращение к личности студента.

В условиях любого образовательного учреждения процесс гуманизации проявляется в гуманитаризации содержания образования, в одухотворении знаний и познания, их нацеленности на возвышение статуса личности и человеческого достоинства. В этих целях современное учреждение предполагает творческую самореализацию человека и поисках новых мировоззренческих систем, стимулирующих нравственную потребность личности (в нашем случае - студента гуманитарно-технологического колледжа) в саморазвитии и самосовершенствовании.

Сложившаяся ситуация ярко обозначила своеобразное противоречие между стремлением к повышению научно-теоретического уровня знаний и пониманием очевидности компонентов, направленных на развитие самого носителя этих знаний, его творческого потенциала. Возникла необходимость перехода к иной, личностной парадигме, подготовленной последовательным развитием педагогической мысли от когнитивного к целостному представлению об образовании, в котором познавательные процессы непосредственно включены в сложное образовательное пространство социальной, профессиональной и личностной самореализации человека. Личностная предполагает такую организацию образования, которая сосредоточена преимущественно на личности обучаемого, его самобытности, уникальности, неповторимости, субъективности. Здесь на первый план выступают задачи организации природосообразной и культуросообразной деятельности.

Мы расцениваем профессиональную подготовку студента, ориентированную на развитие его личности, как особый вид подготовки, конечной целью которой является развитая личность будущего специалиста и его способность быть личностью: выбирать жизненные смыслы и принципы; отвечать за свои слова и поступки; быть самостоятельным, внутренне свободным, инициативным и творческим; владеть собой, словом, совершать собственно личностные действия [17].

Надо сказать, что личностная сфера человека - особый вид содержания подготовки, куда должен войти опыт действовать, проявлять себя как личность (обозначен В.В. Сериковым как личностный опыт, который задать в предметной, логической или вербальной форме нельзя. Он существует как переживание, которое надо рефлексировать, осмыслить, делать из него выводы) [44]. Такое «содержание» не может возникнуть вне личности студента или быть задано для всех единообразно, т.е. обрести для всех одинаковый смысл.

В процессе исследования нами определена четкая тенденция к интеграции видов деятельности в профессиональном обучении.

Основными видами профессиональной деятельности являются: гностическая, проектировочная, организационно-управленческая, коммуникативная, профессиональная. Особое внимание уделяется таким видам деятельности, которые в ходе языковой подготовки развивают коммуникативные, интеллектуальные и организаторские способности, исключительно важные для профессиональной деятельности. Проведенное исследование позволяет обосновать необходимость взаимодействия различных видов деятельности в процессе профессиональной подготовки.

Целостность системы профессионального обучения определяется реализацией следующих принципов:

- непрерывности и многоуровневости профессиональной подготовки;
- гуманизации и интеллектуализации образования;
- преемственности;
- интеграции;
- системности;
- единства социализации и профессионализации;
- профессиональной направленности.

Процесс профессионального обучения представляет систему последовательно взаимосвязанных между собой компонентов: целевого, содержательного и технологического.

Иерархические связи выражаются в преемственности целевого компонента профессиональной деятельности, ориентированного на профессиональное развитие студентов.

Характер взаимосвязи наук отражен в содержательном компоненте профессиональной подготовки. Содержательный компонент выражается в

систематизации знаний, умений, навыков; в интеграции профессиональной деятельности, основанный на единстве целей, содержания, методов, средств и форм обучения, включает алгоритмизацию процесса обучения; внедрение интенсивных методов обучения; средств, обеспечивающих самостоятельность студентов; совокупность познавательных и профессиональных задач, ориентированных на дидактическую логику профессиональной подготовки.

1.2. Сущность и особенности личностно-профессионального становления студентов вуза

Специфику личностно-профессионального становления студентов образовательной организации высшего образования выявим на основании педагогических аспектов исследований личностно-профессионального становления студента (И. В. Бухалова, Н. Ю. Калашникова, М. В. Кашина, О. Н. Пушкина, А. А. Судакова и др.), а также положений личностно-ориентированного (Л. И. Божович, А. Н. Леонтьев, К. К. Платонов, В. В. Сериков и др.) и компетентностного (А. А. Вербицкий, И. А. Зимняя, Ю. Г. Татур, А. В. Хуторской и др.) подходов.

Стимулирование личностно-профессионального становления студентов вуза опишем на основе феномена «личностно-профессиональное становление». Анализ научных источников показывает, что современные исследования этого феномена ведутся в основном в направлениях: акмеологического подхода (Б. Г. Ананьев, А. А. Бодалев, А. А. Деркач, Н. В. Кузьмина и др.), психологии профессиональной деятельности (А. А. Деркач, Э. Ф. Зеер, А. К. Маркова, Г. С. Никифоров и др.), становления человека как активного субъекта, преобразующего мир и себя (К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Д. И. Фельдштейн и др.), педагогики саморазвития (В. И. Андреев, Н. Г. Григорьева, Л. Н. Куликова, В. Г. Маралов и др.).

Исследуем теоретические подходы к описанию сущности понятия «личностно-профессиональное становление студентов вуза». В нем выделим базовым понятие «становление». Оно имеет следующие трактовки.

В «Толковом словаре русского языка» становление определяется как «возникновение, образование чего-нибудь в процессе развития» [95, с. 751]. С такой точки зрения процесс становления является одной из составляющих процесса развития.

В. И. Слободчиков с позиций антропологии отмечает, что категория «развитие» удерживает в себе как минимум три процесса одновременно: становление, формирование, преобразование. При этом становление – это «переход от одного определенного состояния к другому – более высокого уровня; единство уже осуществленного и потенциально возможного» [48, с. 22]. Антропологический смысл процесса становления человека, по мнению ученого, заключается в становлении его субъектности. Речь идет о субъекте, способном не только реализовывать деятельность, но и рефлексировать ее основания и средства во всей полноте ее нормативной структуры.

А. Ф. Лосев [37, с. 275] считает, что «развитие» указывает на рост, на увеличение и на достижение нового, в то время как «становление» совершается и в нарастании, и в убывании. По мнению ученого, становление – это «непрерывный процесс изменения, когда нельзя установить ни одной определенной точки, которая бы нарушала сплошную непрерывность пространства». В качестве движущей силы становления автор указывает противоречие, замечая, что «без него становление рассыпается в дискретную множественность».

В. П. Зинченко, исследуя принципы психологической педагогики, связывает становление человека с реализацией его духовной, творческой и социальной сущностей [28].

Становление личности как «самодвижение» субъекта, включенного в многообразные взаимоотношения с окружающим, рассмотрено С. Л. Рубинштейном [39, с. 151].

С точки зрения Л. И. Божович, становление личности – это обретение индивидом свободы от непосредственного влияния окружающей среды, превращение его в субъект своей жизнедеятельности, в активного преобразователя этой среды и своей собственной личности [22, с. 15].

С. В. Попов считает, что более действен термин «становление», а не «развитие». Процесс становления, который проявляется посредством смены ситуаций, вызывается естественными процессами и искусственными воздействиями: «становление предполагает сочетание как естественных, так и искусственных составляющих процесса, со-организованных в исторической рамке» [38, с. 4]. При этом к естественным процессам относятся сложившиеся условия, ситуации, способствующие и препятствующие факторы. Искусственные процессы задаются субъектами искусственного воздействия (преобразователями). Преобразователь видит сложившуюся на данный момент ситуацию становления целостно, имеет цели по поводу становления данной ситуации, проект преобразования этой ситуации, в соответствии с этими целями и проектом осуществляет воздействия.

Воздействие преобразователя проявляется через внесение норм. Механизм влияния на целостность заключается в изменении представлений собственных и представлений других людей. Как правило, на процесс становления одновременно оказывают воздействие несколько преобразователей, а также естественный ход событий (закономерности), поэтому продукт преобразования не соответствует в точности представлениям, которые есть по поводу его становления у конкретного субъекта.

Опираясь на исследования С. В. Попова и В. И. Слободчикова, считаем, что на процесс становления студента вуза можно воздействовать извне. В этом случае преобразователем выступает преподаватель учебных дисциплин, который осуществляет воздействие на студента вуза в соответствии со специальным проектом. В нашем исследовании под преподавателем будем понимать преподавателя образовательной организации высшего образования.

Вслед за Э. Ф. Зеером, будем рассматривать становление личности как непрерывный процесс целенаправленного прогрессивного изменения личности под влиянием социальных воздействий и собственной активности [38, с. 29]. Такими внешними факторами, влияющими на процесс становления личности, являются: условия жизни, внешние воздействия, которые определяют становление личности через взаимодействия человека с другими посредством его деятельности в среде.

Обобщая собственные исследования в области профессионального становления, Э. Ф. Зеер отмечает, что профессиональное становление характеризуется тем, что в учебно-профессиональной и профессиональной деятельности, помимо знаний, умений и навыков, формируются «профессионально важные личностные качества», такие как эрудиция, целеполагание, практическое и диагностическое мышление, интуиция, наблюдательность, предвидение и рефлексия. Поэтому обучение, сопровождающее профессиональное становление, по мнению автора, должно строиться на деятельностной основе.

Ряд ученых (Е. А. Климов, Э. Ф. Зеер и др.) профессиональное становление рассматривает как последовательность взаимосвязанных временных стадий – от возникновения и формирования профессиональных намерений до полной реализации личности в профессиональном труде.

Так, Е. А. Климов [37] выделяет следующие фазы профессионального становления:

1) оптация, результатом которой является профессиональное самоопределение, выраженное в плане ближайших шагов на профессиональном пути (выбор формы профессионального обучения, учебного заведения);

2) одепт, характеризующаяся освоением профессии, получением образования в той или иной области;

3) адаптация (привыкание), связанная с освоением профессиональных норм и требований, технологии деятельности;

4) интернал, характеризующая тем, что освоены умения, входящие в состав функциональной грамотности;

5) мастер, предполагающая, что наряду с характеристиками предыдущей фазы профессионал выделяется или какими-то специальными качествами, умениями, или универсализмом, широкой ориентировкой в профессиональной области, наличием собственного стиля профессиональной деятельности;

6) авторитет, связанная с известностью в своем профессиональном кругу и за его пределами; производственные задачи успешно решаются за счет большого опыта;

7) наставничество, характеризующаяся появлением последователей из числа коллег, готовых перенять опыт.

Э.Ф. Зеер выделяет следующие стадии профессионального становления [37, с. 66–67]:

1) формирование профессиональных намерений – осознанный выбор профессии;

2) профессиональная подготовка – освоение системы профессиональных знаний, умений, навыков, формирование социально значимых и профессионально важных качеств;

3) профессионализация – адаптация в профессии, профессиональное самоопределение, приобретение профессионального опыта, развитие свойств и качеств личности, необходимых для квалифицированного выполнения профессиональной деятельности;

4) мастерство – качественное, творческое выполнение профессиональной деятельности.

Не отрицая классификацию фаз профессионального становления Е. А. Климова, при исследовании особенностей стадий профессиональной подготовки студентов образовательной организации высшего образования мы придерживаемся точки зрения Э. Ф. Зеера.

Рассматривая связь профессионального становления с профессиональным развитием, вслед за В. А. Адольфом и Н. Ф. Ильиной [37, с. 12], мы отделяем их по следующему критерию: доминирующими в профессиональном развитии являются внутренние факторы, в профессиональном становлении – внешние. Таким образом, на профессиональное становление студента вуза можно оказывать искусственно-техническое воздействие, а одним из основных внешних условий такого становления является профессиональное образование.

Опираясь на исследования В. А. Адольфа, Э. Ф. Зеера, опишем профессиональное становление как непрерывный процесс совершенствования профессионально значимых качеств личности под влиянием внешних воздействий, профессиональной деятельности и собственных усилий.

Для решения актуальной в современном информационном обществе задачи повышения личной активности, ответственности и предприимчивости

каждого человека проанализирована научная литература с целью выделения в процессе профессионального становления личностной составляющей.

Так, В. Д. Шадриков описывает становление профессионала как процесс освоения профессиональной деятельности, развития профессионально значимых личностных качеств [39]. Под профессионально значимыми личностными качествами ученый понимает индивидуальные качества субъекта деятельности, влияющие на эффективность деятельности и успешность ее освоения, а также способности.

В. В. Игнатова определяет педагогическую сущность процесса становления личности в образовательном процессе как «непрерывный процесс накопления и проявления «потенциального» в личности (единство возможного и осуществленного, потенциального и актуального), способствующий расширению и углублению ее связей с окружающим миром, обществом, другими людьми, самим собой и обеспеченный наследственными, психологическими, социальными и педагогическими факторами» [37]. Путь становления личности, по мнению ученого, обеспечивается «воспитанием, обучением, образованием, самообразованием, педагогической поддержкой, сопровождением, коррекцией, организованной социализацией».

Э. Ф. Зеер отмечает, что личностное и профессиональное развитие человека взаимосвязаны и взаимодействуют, порождая широкий спектр сценариев профессиональной жизни [37].

Кроме того, вопросы профессионального становления рассматриваются и в зарубежных исследованиях. В основном они представлены с точки зрения компетентностного подхода.

Так, Д. Мертенс теоретически обосновывает идею профессионального становления нового поколения работников, способных легко переходить от одного вида труда к другому посредством формирования у них «ключевых

квалификаций» (профессионально важных качеств и индивидуальных типов профессионального поведения) [27].

Развивая данный подход, А. Шелтен выделяет пять групп ключевых квалификаций: психомоторные умения, общетрудовые качества, познавательные способности, персональные или индивидуально-ориентированные способности, социальные способности, «постановкой которых необходимо заниматься» в процессе становления профессионала [27].

С. Шоу, называя ключевые квалификации базовыми навыками, выделяет следующие группы: основные навыки (грамота, счет), жизненные навыки (отношения с другими людьми, навыки самоуправления, профессионального и социального роста), ключевые навыки (коммуникация, решение проблем, коллективная работа), социальные и гражданские навыки (активность, сотрудничество и т.д.), навыки для получения занятости (навыки работы с информацией и т.д.), предпринимательские навыки (самостоятельная деятельность), управленческие навыки (коммуникация, консультирование и т.д.), широкие навыки (анализ, планирование и т.д.). Автор считает, что совершенствование (в том числе и самосовершенствование) выделенных базовых навыков и есть процесс становления человека и в жизни, и в любой профессии.

Таким образом, в процессе профессионального становления формируются профессионально важные личностные качества. Поэтому в дальнейшем будем рассматривать понятие «лично-профессиональное становление студентов вуза», основой которого считаем взаимодействие личности и профессионального становления.

Разработку структуры и содержания деятельности преподавателя по обеспечению готовности к постоянному профессиональному росту студента ООВО на начальных стадиях его профессионального становления будем

основывать на том, что имеет место относительная автономность процесса развития профессиональной компетентности от других подструктур профессионально обусловленной структуры личности, связанных с возрастными особенностями. В связи с этим исследование личностно-профессионального становления в образовательной организации высшего образования будем рассматривать на основе подхода Э. Ф. Зеера, разделяющего на начальных стадиях профессионального становления понятия «профессиональная направленность», «профессиональная компетентность», «профессионально важные качества», «профессионально значимые психофизиологические свойства».

Для исследования готовности студента вуза к овладению компетенциями, необходимыми для будущей успешной профессиональной деятельности, под которой согласно подходу Э. Ф. Зеера [37] понимается социально значимая деятельность, выполнение которой требует необходимых компетенций, а также профессионально важных качеств личности, рассмотрим понятие «профессиональная готовность».

В педагогике понятие и сущность «профессиональной готовности» активно исследуются с 1970-х гг. С общетеоретических позиций данная проблема исследована М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбовичем, Ю. Н. Кулюткиным, В. А. Сластениным, К. К. Платоновым, А. И. Щербаковым и другими.

В нашем исследовании вслед за М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбовичем [26] готовность рассматривается как личностное образование, обеспечивающее эффективность деятельности, которое не является врожденным качеством, а целью и результатом профессиональной подготовки специалиста в учебном заведении. При этом авторы считают, что психологическая готовность личности к профессиональной деятельности имеет определенную структуру, в которую входят: положительное отношение к деятельности, профессии; черты характера, способности,

темперамент, мотивация, адекватные требования деятельности, профессии; необходимые знания, умения, навыки; устойчивые, профессионально важные особенности восприятия, мышления, внимания, эмоциональные и волевые процессы.

Проведенные исследования взаимодействия личности и профессионального становления позволяют описать личностно-профессиональное становление как динамический целенаправленный процесс прогрессивного изменения личности под влиянием внешних условий, требований к профессиональной подготовленности, направленный на формирование профессиональной компетентности и готовности к постоянному профессиональному росту.

Таким образом, рассмотрена сущность таких понятий, как: «студент образовательной организации высшего образования», «становление», «профессиональное становление», «личность», «личностно-профессиональное становление» и «профессиональная деятельность».

Для обеспечения реализации возможностей удовлетворения необходимости развития, саморазвития и готовности к постоянному профессиональному росту студента вуза и его потребностей быть успешным на рынке труда на основании осмысления перечисленных понятий под личностно-профессиональным становлением студента образовательной организации высшего образования будем понимать динамический процесс прогрессивного изменения личности студента вуза под влиянием требований к профессиональной подготовленности, внешних условий, создаваемых преподавателем, и собственной активности в освоении всех элементов, необходимых для овладения профессией, направленный на развитие и саморазвитие личности, формирование профессиональной компетентности и готовности к постоянному профессиональному росту.

При этом профессиональный рост предполагает постоянное обогащение направленности, компетентности и профессионально важных качеств, повышение эффективности трудового функционирования.

Для выявления и обоснования показателей динамики личностно-профессионального становления студентов ООВО выделим связанные с ними особенности личностно-профессионального становления студентов вуза.

Изучением различных аспектов личностно-профессионального становления обучающихся занимались Н. Ю. Бутько, И. В. Бухалова, О. В. Гусевская, Н. Ю. Калашникова, Е. Г. Саливон и другие. Согласно их исследованиям, личностно-профессиональное становление обучающихся является сложным, многогранным образованием, на которое влияют различные факторы, в частности: воспитательная среда вуза [9], внеучебная воспитательная работа [10], педагогическая практика [12], интенсификация процесса обучения [16], самостоятельная работа обучающихся [5] и т.д.

В контексте нашего исследования для выделения особенностей личностно-профессионального становления студентов вуза рассмотрим факторы, влияющие на процесс профессионального становления, опираясь на специфику студентов. Это приводит к необходимости выделения особенностей воспитания, обучения, образования, самообразования, педагогической поддержки, сопровождения, коррекции, организованной социализации студентов вуза.

Выбранная трактовка личностно-профессионального становления как динамического целенаправленного процесса прогрессивного изменения личности студента под влиянием требований к профессиональной подготовленности и внешних условий, создаваемых преподавателем, приводит к необходимости выделить исследование именно особенностей

обучения студентов, являющихся внешним условием, влияющим на процесс их профессионального становления.

Рассмотрев четыре компонента профессионально обусловленной структуры личности, изученной Э. Ф. Зеером, опишем профессионально обусловленную структуру личности выпускника вуза. Ввиду того что в научной литературе предметно не рассмотрено описание этих компонент именно для студентов образовательной организации высшего образования, обоснование следующих фактов базируется на результатах интервьюирований преподавателей Костанайского государственного педагогического института г. Костанай. Всего опрошено более 30 человек.

Первая подструктура профессионально обусловленной структуры личности - ее направленность. Согласно результатам интервьюирований преподавателей, одной из основных компонент профессиональной направленности выпускника вуза является его направленность на выбор профессии, связанной с выбранной образовательной программой, стремление работать по ней.

Следующей подструктурой профессионально обусловленной структуры личности являются профессиональные компетентности. Интервьюирования преподавателей вуза показывают, что профессиональная компетентность выпускника вуза включает: социально-правовую компетентность, специальные компетентности. Социально-правовая компетентность выпускника ООВО заключается в обладании социально-коммуникативной компетенцией, элементами которой являются: гибкость в общении, умение взаимодействовать с различными людьми, умение приспосабливаться к изменяющимся обстоятельствам, активно находить в них свое место. Готовность использовать их в практической деятельности позволит выпускнику вуза успешнее адаптироваться к условиям социального общества, способствует более эффективному взаимодействию выпускника с общественными институтами и людьми. Специальные компетентности

выпускника вуза предполагают сформированность у обучающегося профессиональных компетенций по образовательным программам, посвященным подготовке к профессиональной деятельности.

Еще одна подструктура профессионально обусловленной структуры личности – профессионально важные качества. Интервьюирования преподавателей вуза показывают, что к профессионально важным качествам выпускника относятся: способность к саморазвитию, самообразованию и субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями. Студенты вуза должны более четко осознавать, что большинство важных событий в их жизни является результатом их собственных действий, лучше чувствовать свою ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Кроме того, быстрое развитие информационных технологий и постоянно изменяющиеся условия жизни приводят к необходимости самостоятельно и активно действовать, принимать решения, овладевать новыми компетенциями. Такой процесс затрагивает, в частности, и подготовку специалистов в образовательной организации высшего образования.

Наконец, четвертой подструктурой профессионально обусловленной структуры личности выступают профессионально значимые психофизиологические свойства. Результаты интервьюирований преподавателей вуза показывают отсутствие у выпускника вуза таких свойств.

Представим описание профессионально обусловленной структуры личности выпускника вуза в следующем виде (таблица 1).

Таблица 1 - Профессионально обусловленная структура личности выпускника образовательной организации высшего образования

Подструктура профессионально обусловленной структуры	Компоненты профессионально обусловленной структуры личности выпускника вуза
--	---

личности по Э. Ф. Зееру	
Профессиональная направленность	Направленность на выбор профессии, связанной с выбранной образовательной программой, стремление работать по ней
Профессиональная компетентность	Сформированность социально-коммуникативной компетенции, профессиональных компетенций по образовательным программам, посвященным подготовке к профессиональной деятельности
Профессионально важные качества	Способность к саморазвитию, самообразованию; субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями

Таким образом, согласно рассмотренной структуре к особенностям личностно-профессионального становления студентов ООВО как процесса отнесем то, что этот процесс основан на формировании профессиональных компетенций по образовательным программам, посвященным подготовке к профессиональной деятельности, а также компетенций, определяемых основной образовательной программой образовательной организации высшего образования. К последним компетенциям относятся: стремление работать по профессии, связанной с выбранной образовательной программой; способность к саморазвитию, самообразованию; субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями; социально-коммуникативная компетенция.

Кроме того, вслед за С. В. Поповым, фиксируем, что данный процесс включает две составляющие: естественно-стихийную и искусственную. Естественно-стихийный компонент – это все то, что происходит как непосредственный ход событий, а искусственный задается целенаправленной деятельностью субъектов.

Таким образом, личностно-профессиональное становление студентов образовательной организации высшего образования является сложным, многогранным образованием, на которое влияют различные факторы. В

следующем пункте нашего исследования обосновывается, что одним из таких факторов может стать деятельность преподавателя по психологическому сопровождению личностного роста будущих специалистов.

1.3. Понятие личностного роста и его критерии

Анализ ряда концепций обнаруживает, что в решении задач профессиональной подготовки специалистов, особенно в профессиях, связанных с работой с людьми, явно недостаточное внимание уделяется духовно-нравственным факторам и духовности как интегральной характеристике личности, определяющей личностный рост человека, объясняющей здоровье и устойчивость, развитие и деградацию, силу и слабость человеческой природы. Именно в духовно-нравственной сфере содержатся ресурсы, позволяющие человеку выжить в сложных условиях, обрести и сохранить свое достоинство, свободу, ответственность за себя и других, найти смысл и значимость своей личности, своей профессии, своей жизни в целом. Нравственно-духовным аспектам личности придается все большее значение (Б.С. Братусь, А.В. Брушлинский, Г.Г. Горелова, В.П. Зинченко, И.А. Ильичева, Н.А. Коваль, Д.А. Леонтьев, Р.И. Надюк, Б.В. Ничипоров, В.А. Пономаренко, В.В. Рыжов, Р.А. Фонарев, И.В. Юстус и другие).

В построении и практической реализации программы психологического сопровождения личностного роста студентов, описанной во второй главе, лежат выработанные представления о том, что формирование личности будущего специалиста обеспечивается комплексным развитием и реализацией личностного потенциала студентов в профессиональной подготовке и деятельности, а ведущим фактором в этом процессе является взаимодействие когнитивного, коммуникативного, творческого, аксиологического и духовно-нравственного компонентов этого потенциала (Б.С. Братусь, В.П. Зинченко, И.М. Ильичева, М.С. Каган, В.И.

Ковалев, Н.А. Коваль, А.К. Маркова, И.В. Михалец, И.В. Молочкова, А.И. Осипов, В.А. Пономаренко, В.В. Рыжов, М.С. Яницкий и др.). Психологическая подготовка призвана обеспечить активизацию личностного потенциала в его целостной структуре. Содержание подготовки должно соответствовать структуре личностных свойств и обеспечивать достижение такого уровня их развития, который описывает психологическую готовность личности к профессиональной деятельности. Процесс подготовки и уровень готовности как ее результат взаимно связаны и обусловлены, составляют единый комплекс. Он включает следующие виды, или направления подготовки: когнитивную, мотивационную, операциональную, ценностно-смысловую, духовно-нравственную и, завершающую их, рефлексивную подготовку при доминирующей роли духовно-нравственного направления (Б.С. Братусь, В.А. Пономаренко, Н.С. Пряжников, В.В. Рыжов и др.). Соответственно этому определяются виды психологической готовности: интеллектуально-когнитивная; мотивационная; конкретно-практическая (операциональная), в том числе коммуникативная; ценностно-смысловая, нравственно-духовная и рефлексивная готовность специалиста.

Личностный потенциал будущего специалиста определяется как система свойств и возможностей, составляющих основу его личностного и профессионального развития, и обеспечивающих достижения в профессиональной подготовке, в последующей деятельности и в развитии личности. Он представлен системой таких компонентов, как когнитивный, аксиологический, творческий, коммуникативный, духовный и их взаимодействием. В соответствии с системным представлением о личности и деятельности каждый из этих компонентов также представляет собой систему возможностей (потенциал) (В.Г. Афанасьев, 1973; И.В. Блауберг, Э.Г. Юдин, 1973; М.С. Каган, 1974, 1988, 1991; В.В. Рыжов, 2001, 2005; 2007). Понятие потенциала в описании личности представляется перспективным, так как, во-первых, это понятие наиболее точно отражает ее сущность как системы возможностей (идей, мыслей, действий, установок,

отношений, мотивов, переживаний) совершения поступков и действий; во-вторых, понятие потенциала наиболее уместно в анализе формирования личности будущего специалиста.

В данном параграфе осуществлен теоретический анализ представлений о личностном росте и развитии человека в существующих исследованиях классиков зарубежной и отечественной психологии, а также современных авторов, занимающихся этой проблемой. Особенное внимание уделено концепциям и авторам, внесшим наиболее значительный вклад в разработку понятий личности, личностного роста, самоактуализации, трудностей и препятствий в этих процессах. Анализируются исследования зарубежных авторов (А. Адлер и индивидуальная психология [49]; М. Бубер и онтология диалога [14]; В. Джеймс и психология сознания [24]; А.Г. Маслоу и психология самоактуализации [34]; Ф.С. Перлз и гештальт-терапия [49]; К. Роджерс и терапия, центрированная на клиенте [42]; Дж. Фейдимен и Р. Фрейгер и проделанный ими историко-психологический анализ зарубежных концепций и др. [49]), а также отечественных исследователей (В.С. Агапов и становление я-концепции; Б.Г. Ананьев и интегральное развитие человека [2]; В.А. Ананьев и основы психологии здоровья [3]; А.А. Андрущакевич и концепты персональной психологии [4], Н.А. Бердяев и духовные основы личностного развития [8]; С.Л. Братченко и разработка критериев личностного роста [12], Ф.Е. Василюк и типология переживания жизненных ситуаций [15]; А.Л. Горбачев и механизмы духовно-нравственного становления педагога [20]; Г.Г. Горелова и психологический анализ кризисов профессионального развития личности [21]; концепции духовности личности Н.К. Бородиной, И.М. Ильичевой, Н.А. Коваль [11]; Д.А. Леонтьев и психология смысла и ценности [32]; В.В. Рыжов и концепция духовности и творчества в развитии и росте личности в укреплении ее психологической устойчивости и нравственно-духовного здоровья [45]; В.И. Слободчиков и развитие субъективной реальности человека [48]; А.Р.

Фонарев и концепция модусов жизнедеятельности [51], а также ряд других исследований по данной проблеме).

Индивидуальная психология А. Адлера внесла значительный вклад в разработку проблемы личности, личностного роста и развития человека. Жить, согласно известному высказыванию А. Адлера, – значит развиваться [27, с. 31]. Это означает, что основой жизни и развития является формирование жизненных целей. Они обеспечивают направление и задачи деятельности, способствуют формированию жизненного стиля. Жизненный стиль – это уникальный способ, выбранный каждым индивидуумом для следования своей жизненной цели. Это интегрированный способ приспособления к жизни и взаимодействия с жизнью вообще. «Индивидуальная психология, – отмечает А. Адлер, – возникла из попыток понять таинственную творческую силу жизни, которая выражает себя в желании развиваться, расти, стремиться, достигать...Эта сила телеологична, выражает себя в стремлении к цели» [27, с. 69]. Процессы формирования жизненной цели, стиля жизни и способа восприятия действительности («схемы апперцепции») рассматриваются в концепции А. Адлера как творческие акты. Творческая сила личности или самость руководит и управляет процессом жизни, развития и роста личности.

Психологический личностный рост – это, прежде всего, движение от центрированности на себе и целях личного превосходства к задачам конструктивного овладения средой и социально полезного развития. Подчеркнем, что по А. Адлеру, конструктивное стремление к совершенству и овладение средой плюс сильное общественное чувство и готовность к кооперации – основные черты нравственно здорового индивидуума. Перед человеком стоят три основные жизненные задачи: работа, дружба и любовь, которые определены фундаментальными условиями человеческого существования, или, по Б.С. Братусю [13], выражают «родовую человеческую сущность». Подчеркивается, что все три жизненные задачи –

работа, дружба и любовь – всегда взаимно связаны: «Разрешение одной помогает в разрешении других, мы даже могли бы сказать, что все они есть аспекты одной и той же проблемы – необходимости для людей поддерживать и развивать жизнь в той среде, в которой они находятся» [27, с.133].

А. Адлер, как и все почти классические авторы по проблеме личностного роста, выделяет ряд препятствий личностному росту человека и его собственно человеческому развитию. Он, в частности называет три главные из них: органическая неполноценность, избалованность и отверженность.

1) Дети, страдающие болезнями или слабостями, могут стать сильно центрированными на себе, что мешает их взаимодействию с другими и замедляет процесс развития в том числе личностный рост, а также приводит к неполноценному психологическому и нравственно-духовному здоровью.

2) Избалованные или «испорченные» дети также имеют трудности в развитии общественного интереса и чувства кооперации. Им не хватает уверенности в своих силах, поскольку другие всегда делают все за них.

3) Отверженность может сильно замедлить процесс психологического роста и развития ребенка. Нежеланный или отвергнутый ребенок никогда не знал настоящей любви и кооперации в доме и своей семье, поэтому ему чрезвычайно трудно развить это чувство в себе. Такие дети не уверены в своей способности быть полезными для других, получить их любовь и уважение. У них, в этой связи, может развиться жесткость характера, зависть и враждебность, как наиболее симптоматичные характеристик духовно-нравственного нездоровья.

В нашей программе психологического сопровождения, описанной во второй главе диссертации, приводится великолепное упражнение, предложенное А. Адлером для формирования жизненных целей как главнейших детерминант личностного роста.

Чрезвычайный вклад в развитие теории личности и личностного роста внес А. Маслоу. Анализ его идей и представлений по этому вопросу является для целей нашей работы важнейшим. Согласно взглядам А. Маслоу, личностный рост как процесс развития собственно человеческой природы в человеке, в сущности, определяется через понятие самоактуализации. Последнее рассматривается А. Маслоу как «полное использование талантов, способностей, возможностей и т.п.» [34, с.150].

«Я представляю себе самоактуализировавшегося человека не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничего не отнято. Средний человек – это полное человеческое существо с заглушенными и подавленными способностями и одаренностями» [34, с. 91]. А. Маслоу называет следующие характеристики самоактуализирующихся людей:

- 1) более эффективное восприятие окружающей действительности и более комфортабельные отношения с ней;
- 2) принятие себя, других, природы и т.п.;
- 3) спонтанность, простота, естественность;
- 4) центрированность на задаче (в отличие от центрированности на себе);
- 5) некоторая отъединенность, склонность и потребность к уединению;
- 6) автономность, независимость от культуры и среды;
- 7) постоянная свежесть оценки окружающего, других людей, себя, происходящих событий и ситуаций;
- 8) мистичность и опыт высших состояний (пик-переживаний), которые обозначаются как пик-переживания;

9) чувство сопричастности, единения с другими;

10) более глубокие межличностные отношения с людьми;

11) демократическая структура характера;

12) различение средств и целей, добра и зла; преобладание так называемых бытийных ценностей, целей, мотивации, любви, в отличие от дефициентных ценностей целей и мотивов; также речь может идти о различении так называемых терминальных и инструментальных ценностей, а также их оптимальном сочетании;

13) философское, невраждебное чувство юмора;

14) самоактуализирующееся творчество;

15) сопротивление аккультурации, трансцендирование любой частной культуры, как бы признание себя принадлежащим культуре в целом (чувствование себя частью любой культуры без привязанности к какой-либо определенной) [34, с.153-172].

А. Маслоу отмечал, что самоактуализация – это не достижение совершенства, и самоактуализирующиеся люди не являются совершенными, более того, они также не свободны даже от крупных ошибок. Их глубокая приверженность своему делу, своим ценностям может вытеснять другие потребности или чувства. Свою независимость они могут доводить до степени, подчас шокирующей их более конформных знакомых. Более того, им могут быть знакомы проблемы и трудности обычных средних людей, такие как чувство вины, тревожность, печаль, внутренние конфликты и т.п.

И тем не менее, в своей последней книге [34] он описывает восемь путей, которыми индивидуум может самоактуализироваться, и это описание свидетельствует о значительно большей глубине личности самоактуализирующегося индивидуума. Эти восемь путей представляют собой восемь типов поведения, ведущих к самоактуализации, в сущности

своей, обеспечивающих личностный рост и нравственное оздоровление человека. Их в полной мере можно рассматривать как критерии личностного роста и развития в человеке его собственно человеческой природы, а также как критерии нравственно-духовного здоровья личности.

1. «Прежде всего, самоактуализация означает полное, живое, беззаветное, с полной концентрацией и полным впитыванием погружение в жизнь и такое же переживание» [34, с. 45]). Обычные люди (средние, как их называет А.Маслоу) сравнительно мало сознают, что происходит в них и вокруг них. Например, при необходимости получить свидетельские показания от ряда лиц, мы обнаружим, что показания об одном и том же событии у разных людей расходятся, причем не только в деталях, но даже и в самой сути предлагаемых разными людьми версий. Однако у нас бывают моменты повышенного сознавания и интенсивного глубокого интереса (полного погружения в события). Эти моменты А. Маслоу называет самоактуализирующими. Именно в эти моменты личностный рост и развитие человека наиболее интенсивны, а движение личности к духовно-нравственному оздоровлению наиболее ускорено.

Возможно, что это и есть моменты метамотивации, которая понимается нами как движущая сила личностного роста и нравственно-духовного оздоровления человека.

2. Однако важнее самый начальный момент такого рода проживания жизни. Если мыслить жизнь как процесс постоянных выборов, то самоактуализация, а значит и личностный рост, означает: в каждом выборе решать в пользу роста. Речь идет о таком выборе, который приводит к позитивному изменению, возрастанию человечески-нравственного, личностно-духовного в человеке. Людям часто приходится выбирать между ростом и безопасностью, большим комфортом или жизненными трудностями, прогрессом и регрессом и т.п. и решать эту проблему выбора. Каждый выбор имеет позитивные и негативные стороны и последствия.

Выбрать безопасное, привычное и удобное – значит остаться при известном и знакомом, но рисковать стать устарелым, отставшим и смешным. Выбрать рост – значит открыть себя новому и неожиданному опыту, но рисковать оказаться в неизвестном, непривычном, незнакомом, требующем особого внимания и особой работы души.

Возможно, в данном выборе осуществляется метамотивация роста и развития человеческой природы, проявляется внутренний механизм личностного роста и движения к духовно-нравственному оздоровлению.

3. «Нельзя мудро выбирать жизнь, если ты не смеешь прислушиваться к себе, к собственной самости, в каждый момент жизни» [34, с. 47). Актуализироваться и расти личностно и нравственно – значит становиться реальным, существовать фактически, реально и фактически мыслить, жить реальностью, а не только потенциально. Можно вспомнить знаменитое «Я мыслю, следовательно я существую». Под самостью понимается сердцевина, квинтэссенция, эссенциальная природа человека, включая темперамент, уникальные вкусы, ценности, особенно способности сонастраиваться со своей собственной внутренней природой. Это значит, например, решить для себя, нравится ли тебе самому определенная пища, определенный фильм или спектакль, определенная книга, определенный человек и т.п., независимо от чьих-либо точек зрения или мнений.

4. Честность и принятие ответственности за свои действия – существенные моменты личностного роста и самоактуализации. Для этого нужно искать ответы на вопросы жизни внутри, а не позировать, не стараться хорошо выглядеть или удовлетворять своими ответами окружающих. Каждый раз, когда мы ищем ответы внутри, мы соприкасаемся со своей внутреннейсамостью, вынуждены исследовать ее и оценивать. Этот процесс сказывается на состоянии самооценки личности, делает самооценку более адекватной и более здоровой. Имеются данные о том, что адекватность самооценки и ее здоровье во многом определяются соотношением во

внутреннем мире человека гностической и защитной составляющими: чем больше человек размышляет о себе, своих переживаниях, вникает в себя и т.п. (гностическая составляющая), тем выше адекватность и здоровье самооценки и личностной Я-концепции; чем больше он защищается и скрывает от других и себя свои подлинные переживания (защитный компонент) тем ниже адекватность и уровень здоровья личностной Я-концепции.

5. Личностный рост и самоактуализация предполагают постоянный процесс развития своих потенциальностей. Это означает использование своих способностей и разума и «работа ради того, чтобы делать хорошо то, что хочешь делать» (А. Maslow [34, с. 48]). Личностный рост, следовательно, предполагает конгруэнтность своих способностей и своей мотивации.

Большой талант или высокая разумность – не то же самое, что высокий личностный рост или самоактуализация. Многие одаренные люди, в том числе высоко одаренные, не смогли полностью использовать свои возможности, другие же, возможно, со средним талантом, смогли сделать невероятно много. Личностный рост, как и самоактуализация – это не вещь, не размер в высоту тела, которые можно иметь, а можно и не иметь. Это процесс, не имеющий конца, подобный буддийскому Пути просветления. Это, в сущности, способ проживания жизни, делания работы, построения отношений с миром самим собой, а не единичное достижение или однократный, пусть даже очень большой, подобный подвигу акт [35].

6. Личностный рост – это развитие способности к лучшему жизненному выбору, когда человек учится верить своим суждениям, чувствам и инстинктам и действовать в соответствии с ними. По К. Роджерсу [42], это означает быть конгруэнтным, когда в личности имеется высокая степень соответствия между сообщаемым, испытываемым и наличным опытом. Конгруэнтность описывает различия между опытом и сознанием. Такое соответствие ведет к лучшим выборам того, что конституционально

является наиболее правильным для каждого индивидуума – выборам в искусстве, музыке, пище, одежде, равно как и в гораздо более серьезных вещах и проблемах жизни, таких как брак и профессия.

7. «Пик-переживания»– переходные моменты личностного роста и самоактуализации [35]. В моменты «пика» или пик-переживания, человек в такие моменты думает, действует и чувствует наиболее ясно и точно. Он больше любит, в большей степени принимает других, более свободен от внутреннего конфликта и тревожности, более способен конструктивно использовать свою энергию.

8. Дальнейший, необходимейший шаг личностного роста и самоактуализации связан с личностной рефлексией. Речь идет об обнаружении своих «защит» и работа, связанная с отказом от них, снятие защит, покаяние и разоблачение собственных психопатологий. В этой особого рода рефлексивной активности личность научается лучше сознавать то, как она искажает образ себя и образы внешнего мира посредством регрессий, проекций, интроекций, уходов (бегства), формирования реакций и других механизмов психологической защиты.

Практически все исследователи проблем психологического развития и роста личности обращают внимание на препятствия личностному росту и развитию человека. Эти препятствия одновременно рассматриваются нами, как впрочем, и большинством исследователей как определенные нарушения, деструкции личностного здоровья (психологические личностные и нравственно-духовные заболевания).

В. Джеймс, например [24], называет следующие внутренние препятствия личностному росту: дурные привычки, невыраженные эмоции, ошибки преувеличения (большинство людей склонны считать одни характеристики людей хорошими, а другие качества или особенности – плохими), личная слепота (определенная духовно-нравственная слепота,

неспособность понять другого человека, видеть и почувствовать его состояния и проблемы, его переживания).

Большое внимание вопросу о препятствиях личностному росту и нравственно духовному развитию человека уделял А.Г. Маслоу. Он указывает, что мотивация роста сравнительно слаба по отношению к физиологическим потребностям и потребностям безопасности, уважения и пр. Процесс самоактуализации может быть ограничен:

1) негативным влиянием прошлого опыта и возникшими в результате привычками, которые замыкают нас в непродуктивном поведении;

2) социальными влияниями и групповым давлением, которое часто действует против наших вкусов и суждений;

3) внутренними защитами, которые отрывают нас от самих себя.

Дурные привычки часто мешают росту. По Маслоу, они включают приверженность к наркотикам и алкоголю, неправильное питание и другие, влияющие на здоровье и продуктивность нашей жизненной активности и творчества.

Давление группы и социальная пропаганда также ограничивают индивидуума. Они уменьшают независимость суждения, так что индивидуум вынужден подменять собственные вкусы и суждения внешними, социальными стандартами.

Эго-защиты рассматриваются А. Маслоу как внутренние препятствия росту. Первый шаг в работе с эго-защитами состоит в признании их наличия, их разоблачении перед собою и видении, как они действуют.

Важный вклад в решение проблем личностного роста и развития человека внесла гештальт-терапия Фредерика Перлза [27]. Три основные понятия: «организм как целое», «здесь и теперь» и «как более важно, чем почему» составляют, по Ф. Перлзу, основу для рассмотрения сознания

(замечания, осведомленности) как центрального пункта перлзовского подхода к личности и ее росту. Ф. Перлз разработал понятие континуума сознания, как средства развития способности сознания, и, соответственно, средства обеспечения личностного роста и духовно-нравственного оздоровления. Ф. Перлз определяет личностный рост, психологическое здоровье и зрелость личности как способность человека перейти от опоры на среду и регулирование средой к опоре на себя и саморегуляцию.

Говоря о критериях личностного роста, обратимся к высказыванию А. Маслоу, которое гласит, что если мы хотим по-настоящему понять наши взаимоотношения с окружающими, нам надлежит, прежде всего, разобраться со своим внутренним миром и понять его. И чем глубже мы поймем самого себя, тем скорее мы обнаружим неизбежное улучшение наших отношений с окружающими. Идеи самореализации, личностного роста и многие другие не возникли сами по себе, а являются следствием более глубоких установок, задающих вполне определенный подход к человеку и его развитию. Если человек питает доверие к людям и верит в то, что с их помощью он способен достичь чего-то значимого, тогда он усвоит такие взгляды на жизнь и на мир, которые будут находиться в гармонии с его доверием. Отсутствие доверия породит соответствующие представления.

Используя критерий веры-неверия С.Л. Братченко, например, показал возможность достаточно четко разделить разные подходы к пониманию личности и личностного роста на две группы: «доверяющих» человеческой природе (т.е. гуманистически ориентированных) и «недоверяющих» [12].

В самом общем виде личность – это человек как субъект собственной жизни, ответственный за взаимодействие как с внешним миром, включая и других людей, так и с внутренним миром, с самим собой. Личность – это внутренняя система саморегуляции человека. Она испытывает влияние двух других детерминирующих сил, которые условно можно обозначить как

организм – внутренний мир, и среда – внешний мир в широком смысле, включая, в первую очередь, других людей. Соотношение между этими тремя движущими силами и определяет линию жизни человека.

В соответствии с исходной позицией веры в природу человека, актуализирующее, созидательное начало признается, в первую очередь, за внутренним миром, в котором, согласно гуманистическим представлениям, изначально заложен мощный потенциал, «главная движущая сила жизни» и развития человека – стремление к росту, к раскрытию способностей и усилению возможностей, к большей эффективности, зрелости и конструктивности, называемая «тенденцией к актуализации» [43]. И потому для личности исходные, определяющие отношения – именно с внутренним миром, с самим собой.

Отношения личности с внешним миром – особенно с миром других людей – куда более сложные, неоднозначные и драматичные. Человек «неизлечимо социален»; он имеет глубокую потребность во взаимоотношениях. Исходя из сказанного, можно утверждать, что личностный рост – это:

- не усвоение каких-либо знаний, в том числе этических или духовных;
- не освоение какой-либо деятельности, в том числе и особенно «общественно-полезной»;
- не формирование устойчивой «системы ценностных ориентации»;
- не «присвоение ребенком общественной человеческой сущности»;
- не формирование «активной жизненной позиции»;
- не развитие «способности созидать новые формы общественной жизни»;
- не освоение «образа идеального взрослого».

Главный психологический смысл личностного роста – это освобождение, обретение себя и своего жизненного пути, самоактуализация и развитие всех основных личностных атрибутов. При этом взаимодействие личности с собственным внутренним миром гораздо более значимо, нежели с миром внешним. Принципиально важным для человека является также признание и уважение его внутреннего мира другими людьми.

В качестве важнейших критериев предлагается рассматривать, в соответствии с данными исследований и практики К. Роджерса, следующие критерии.

Интраперсональные критерии личностного роста: принятие себя, открытость внутреннему опыту переживаний, понимание себя, ответственная свобода, целостность, динамичность.

Интерперсональные критерии личностного роста: принятие других, понимание других, социализированность, творческая адаптивность.

В нашей экспериментальной работе на материале профессиональной подготовки студентов – будущих педагогов осуществляется изучение механизмов и динамики личностного роста на основе названных критериев.

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

1. Анализ литературы по проблеме исследования показал, что основными тенденциями развития профессионального образования являются тенденции гуманизации, демократизации, профессионализации.

Перспективы развития экономики и социальной сферы требуют от специалистов развития профессиональных и личностных качеств: системное мышление, экологическую, правовую, профессиональную, информационную, коммуникативную культуру.

Совершенствование профессионального обучения состоит в более широкой гуманизационной подготовке: в формировании творческого мышления, в большей глубине профессионального компонента.

Оптимальной теоретической базой построения системы обучения выступает личностно-ориентированный подход.

Основными видами профессиональной деятельности являются: гностическая, проектировочная, организационно-управленческая, коммуникативная, производственная.

2. Нами выявлены психолого-педагогические особенности личностно-профессионального становления. На основании проведенного анализа научной литературы личностно-профессиональное становление студента вуза описано как динамический процесс прогрессивного изменения личности студента вуза под влиянием требований к профессиональной подготовленности, внешних условий, создаваемых преподавателем, и собственной активности в освоении всех элементов, необходимых для овладения профессией, направленный на развитие и саморазвитие личности, формирование профессиональной компетентности и готовности к постоянному профессиональному росту.

Выявлены особенности личностно-профессионального становления студентов вуза как процесса, заключающиеся в том, что этот процесс основан на формировании: профессиональных компетенций по образовательным программам, посвященным подготовке к профессиональной деятельности, и компетенций, определяемых основной образовательной программой ООВО (стремление работать по профессии, связанной с выбранной образовательной программой; способность к саморазвитию, самообразованию; субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями; социально-коммуникативная компетенция).

В процессе личностно-профессионального становления студентов образовательной организации высшего образования выделены две составляющие: естественно-стихийная и искусственная. Естественно-стихийный компонент – это все то, что происходит как непосредственный ход событий, а искусственный задается целенаправленной деятельностью субъектов.

Обосновано, что личностно-профессиональное становление студентов вуза является сложным, многогранным образованием, на которое влияют различные факторы, и в условиях современного общества, диктующего необходимость повышения личной активности каждого человека.

3. Проблема личностного роста личности в целом достаточно широко и многогранно исследована в отечественной и зарубежной психологии. Однако проблема идентичности самих представлений о личностном росте и духовном здоровье представляются новыми и исключительно важными, и в проблематике психологических исследований изучены явно недостаточно.

Основными направлениями изучения процессов личностного роста, в соответствии с результатами теоретического анализа являются:

- нахождение единого концептуального основания для разработки модели личностного роста; в качестве такого основания мы принимаем

положение о том, что личностный рост неотделим от «здоровья личности», и отсутствие роста – уже «личностное заболевание»;

- выделение основных блоков психологической модели личностного роста и духовного здоровья на основе анализа сущности, содержания и критериев этих психологических феноменов; в качестве таких блоков теоретическое исследование позволило выделить: 1) ценностно-целевой блок; 2) блок жизненных позиций; 3) блок модусов жизнедеятельности; 4) блок высших ценностей и метамотивации; 5) блок значимости личностного «Я»; 6) рефлексивный блок, являющийся сквозным для всех других компонентов модели;

- определение ведущих функций каждого блока психологической модели в позитивном обеспечении личностного роста, а также, соответственно, в негативных затруднениях этих процессов, связанных с возникновением духовно-нравственных «недугов» и «заболеваний»;

- выделение генерального фактора обеспечения личностного роста; в качестве такого фактора по результатам теоретического исследования выделены высшие ценности, метамотивация и их практическое воплощение в модусе жизненного и профессионального служения.

В качестве теоретико-концептуальной основы для разработки программы сопровождения личностного роста личности студента в исследовании взята концепция личностного потенциала с его сложной и многосторонней структурой и взаимной связью интеллектуальных, мотивационных, коммуникативных, эмоциональных, волевых, творческих, ценностно-нравственных и рефлексивных личностных характеристик и способностей личности будущего педагога.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА СТУДЕНТОВ ВУЗА

2.1. Описание диагностических методик исследования уровня личностного роста студентов вуза и статистические процедуры для расчета показателя изучаемых свойств

В данной главе описаны результаты диагностической работы, направленной на изучение параметров личностного роста студентов. Результаты полученные результаты диагностического исследования, использованы для разработки основных направлений и содержания формирующей части программы психологического сопровождения личностного роста студентов.

Исследование проводилось на базе Костанайского государственного педагогического института (г. Костанай, Р. Казахстан). В исследовании принимали участие студенты педагогического института в количестве 132 человек.

Основанием для отбора диагностических процедур служила их возможность надежно измерять уровень развития основных компонентов (модулей) психологической модели личностного роста и нравственно-духовного здоровья личности студентов, а также их взаимосвязи. Данные диагностики должны отвечать требованию надежности, валидности, репрезентативности, обладать возможностью выражать количественно изменения в уровневых показателях, возможность повторного использования в процедурах вторичной диагностики, а также оперативного использования в формирующей работе для развития рефлексивных характеристик и способностей студентов. Практически все использованные в методике процедуры были адаптированы для использования в виде критериально-уровневого анализа и для расчета не только индивидуального уровня развития изучаемых свойств у конкретного испытуемого, но и определения

статистически среднего уровня развития этих свойств у всей выборки испытуемых (средний уровневый показатель – СУП).

В соответствии с этими требованиями в программу диагностического исследования был включен ряд известных, хотя и не часто используемых психологических процедур, а также ряд оригинальных процедур, разработанных на основе материалов других авторов. Ниже дается перечень и краткая характеристика методического инструментария диагностической программы, а в последующих разделах главы представлены результаты диагностической работы и их психологический анализ и интерпретация.

Методика диагностического исследования. Материалы диагностики.

1. Диагностика мотивации к личностному росту, самоактуализации студентов.

Данный вид диагностики осуществлялся с использованием методики САТ, построенной Д.А. Леонтьевым (2000) на основе адаптированного теста Э. Шострема, измеряющего самоактуализацию как многомерную величину, идентичную по своему содержанию понятию личностного роста, с одной стороны и стремления к нравственному здоровью (по А.Г. Маслоу), с другой стороны. Специфика изучаемого феномена и характер самого теста, сложность составляющих его суждений, требующих серьезного осмысления, позволяют рекомендовать его для обследования студентов.

Тест содержит 126 пунктов, с двумя вариантами суждений ценностного или поведенческого характера, один из которых в обязательном порядке должно быть выбрано испытуемым как соответствующее его взглядам и убеждениям. Ответ фиксируется в протоколе и оценивается в один балл при каждом совпадении с ключом. По результатам статистической обработки результатов диагностики на исследуемой выборке были получены критерии распределения испытуемых по уровням мотивации личностного роста, самоактуализации и нравственного оздоровления. Эти критерии использовались при индивидуальной оценке мотивации личностного роста,

самоактуализации личности, ее нацеленности на самораскрытие и использование собственных личностных потенциалов.

Таблица 2 – Критерии распределения студентов по уровням развития мотивации личностного роста, самоактуализации личности (уровневый балл, % композитного значения)

Уровень мотивации	Уровневый балл	Границы показателя	Характеристика проявлений
Высокий	3	более 66 %	Выраженное стремление к росту, самоактуализации, полному раскрытию и использованию своих потенциалов
Средний	2	31 – 65 %	Слабая мотивация роста, слабые стремления к самоактуализации, сдерживание раскрытия и использования собственных личностных потенциалов
Низкий	1	до 30%	Нет стремления к личностному росту и самоактуализации, страх раскрыть и проявить себя, наличие комплексов

2. Диагностика показателей целевого и ценностно-смыслового блока модели личностного роста.

Для диагностики показателей этого блока использовались: 1) тест СЖО Д. Крамбо и Л. Махолика, разработанный на идеях В. Франкла в модификации Д.А. Леонтьева и 2) методика диагностики уровня осознанности жизненной цели Е. Карапешта, (Киев,1992). Они кратко описаны ниже.

1) Использованный в нашем исследовании тест СЖО, ключи, способы обработки и нормативы для оценки результатов которого приведены в руководстве по практической диагностике [175] и в диссертации не приводятся, использован для интегральной оценки общей осмысленности жизни испытуемых и осознанности их жизненных целей, как показателей личностного роста и духовно-нравственного здоровья. На основании

статистических нормативов, полученных авторами теста и с учетом результатов, полученных в нашем исследовании, были выработаны следующие уровневые оценки этих показателей по тесту СЖО для последующего использования в оценке индивидуальных показателей и статистического среднего уровневого показателя СУП. Эти данные приведены в таблице 3.

Таблица 3 - Уровневые оценки показателей осмысленности жизни и осознанности жизненных целей испытуемых по тесту СЖО (тестовый балл, уровеньный балл)

Нормируемые шкалы	Уровни проявления (нормирование)		
	Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)
Общая осмысленность жизни	120-140	72-119	20-71
Осознанность цели в жизни	37-42	23-36	6-22

2) Методика «Осознанность жизненных целей» Е. Карапешта состоит из двух шкал:

- шкала «Отношение к жизни» направлена на выявление глубины отношения личности к жизни при формировании жизненных целей и ее ответственности за их достижение;

- шкала «Структура свободного времени» позволяет выяснить, как глубина и осознанность жизненных целей проявляются через структуру использования свободного времени. Тест в целом позволяет оценить уровень сформированности жизненных целей, возможного противоречия между глубиной жизненных целей и способами использования свободного времени и помогает выбрать направление дальнейшего самосовершенствования и личностного роста. Для анализа использовались обобщенные показатели по обеим шкалам по критериям глубины и ответственности отношения к жизни и осознанности жизненной цели.

19-24 балла – высокий уровень (разносторонние интересы; четкое представление о том, что значит жить интересно; есть определенная цель в

жизни, к которой личность идет довольно решительно, все внимание сконцентрировано на определенной жизненной программе);

11-18 баллов – средний уровень (запросы несколько занижены; часто берется за вещи, которые не доводятся до конца; свободное время проводится в одиночестве, досуг проходит часто без особой цели и пользы).

0-10 баллов – низкий уровень (характерно поверхностное отношение к жизни; возможности свободного времени используются плохо, отдается предпочтение развлечениям, часто бесцельно скучает). На основе этих критериев дается оценка индивидуальных показателей личностного роста и духовного здоровья по данному целевому блоку модели и средние показатели по выборке (СУП).

3. Диагностика ориентаций на модусы жизнедеятельности.

Исследование уровня развития ценностно-смыслового и нравственно-духовного компонента личностного роста и здоровья будущих педагогов, проявляющихся в их ориентации на тот или иной модус жизнедеятельности (по А.Р. Фонареву [224]) проводилось с использованием двух процедур:

а) опросник терминальных ценностей И.Г. Сенина. В основе опросника лежат два предположения: во-первых, жизненные сферы, в той или иной мере, представленные у каждого человека, обладают для разных людей различной степенью значимости; во-вторых, в каждой из них реализуются различные для каждого человека желания и стремления. Для анализа приняты такие терминальные ценности как: 1) собственный престиж; 2) высокое материальное положение; 3) креативность; 4) активные социальные контакты; 5) развитие себя; 6) достижения; 7) духовное удовлетворение; 8) сохранение собственной индивидуальности;

б) анкета «Смысл педагогической профессии» Г.Г. Гореловой для диагностики уровня ориентации на модус служения будущих педагогов. Методика выявляет соотношение ориентаций личности на обладание; социальные достижения, власть; служение. Анкета «Смысл педагогической профессии» Г.Г. Гореловой разработана с целью изучения различных

аспектов смысла в профессионально-педагогической деятельности. Теоретическим основанием анкеты послужили концептуальные идеи К.А. Абульхановой-Славской, Б.Г. Ананьева, А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, Ф.Е. Василюка, А.Н. Леонтьева, Д.А. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В. Франкла, В.Э. Чудновского и др.

Обработка открытых развернутых вопросов анкеты проводилась методом контент-анализа. Выделялись и подсчитывались слова и фразы, как смысловые единицы текста, которые соответствуют следующим критериям:

– главный смысл педагогической профессии по:

- 1) обладание;
- 2) социальные достижения;
- 3) служение.

– значение этих профессиональных смыслов для педагога:

- 1) профессиональный идеал, ориентир для развития;
- 2) достижение результата труда;
- 3) эмоциональный комфорт, душевное равновесие, уверенность в себе;
- 4) профессиональный смысл не имеет значения.

– смысл собственной профессионально-педагогической деятельности:

- 1) обладание;
- 2) социальные достижения;
- 3) служение.

Критерии были выработаны на основе анализа теорий выше названных авторов о профессионально-личностном развитии и становлении смысла жизни и творчества в деятельности педагога.

4. Диагностика значимости «Я».

Для диагностики значимости «Я» использовались шкалы МИС (самоотношения) В.В. Столина и С.Р.Пантелеева (1985), где самоотношение понимается как сложная, уровневая эмоционально-оценочная система, как выражение смысла «Я» для субъекта, как устойчивое чувство в адрес собственного «Я»:

- 1) осознанность «я»;
- 2) самоуважение и уверенность в себе;
- 3) саморуководство и последовательность «я»;
- 4) ожидаемое отношение других;
- 5) безусловное самопринятие;
- 6) переживание ценности собственной личности;
- 7) чувство привязанности к своему «я».

На основе первичных факторов, диагностируемых по названным шкалам, выделяются два независимых и хорошо интерпретируемых вторичных факторов.

Первый фактор составляют показатели по шкалам 1-4. Их объединяет то, что все эти шкалы выражают оценку собственного «Я» испытуемого по отношению к социально-нормативным критериям моральности, успеха, воли, целеустремленности, социального одобрения, что дает основание интерпретировать данный фактор как самоуважение.

Во второй фактор входят показатели по шкалам 5-7. Они в наиболее чистом виде отражают эмоциональное отношение субъекта к своему «Я» и могут быть интерпретированы как фактор аутосимпатии.

Тест содержит 110 пунктов, и стандартный бланк ответов. Полный текст методики приводится в руководстве по практической психодиагностике [175].

Статистические процедуры для расчета среднего уровневого показателя изучаемых свойств и комплексной оценки уровня развития и нравственно-психологического здоровья личности.

Основой математико-статистического анализа результатов диагностического исследования является критериально-уровневый анализ данных диагностики. Каждая диагностическая процедура, использованная в программе дает возможность распределить испытуемых изучаемой выборки по уровням развития и проявления изучаемых свойств – высокий (с уровнем баллом 3), средний (с уровнем баллом 2), низкий (с уровнем

баллом 1). Распределение испытуемых по этим уровням производится в соответствии с критериями, приведенными в каждой методике диагностики. На основе процентного распределения испытуемых по названным уровням производится расчет средних уровневых показателей.

1. Для получения уровневого показателя по отдельному свойству использовался расчет среднего уровневого показателя всей выборки (СУП). СУП получается в результате усреднения уровня развития свойства всех испытуемых. Для его расчета используется процентное распределение испытуемых по уровням развития какого-либо свойства. Например, если испытуемые распределились, например, по уровням оптимальности самооценки следующим образом (в процентах):

- высокий уровень (3) – 20% ,
- средний (2) – 30%,
- низкий (1) – 50%,

то средний уровневый показатель этого свойства – оптимальности самооценки у изучаемой выборки студентов составляет:

$$20 \times 3 + 30 \times 2 + 50 \times 1$$

$$\text{СУП оптимальности самооценки} = \frac{\text{-----}}{100} = 1,70$$

$$100$$

2. Для получения интегрального уровневого показателя личностного роста испытуемых студентов изучаемой выборки по всем диагностируемым показателям усредняются средние уровневые показатели (СУП) развития у студентов выборки отдельных изучаемых свойств, входящих в структуру модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья. Проверка значимости различий в средних уровневых показателях может осуществляться на основе статистического анализа процентных распределений испытуемых по уровням с помощью ф-критерия (угловое преобразование) Фишера, а также и другими статистическими методами, в том числе по критерию χ -квадрат. Специальному статистическому и содержательному анализу подвергается диспозиционная структура

ценностных ориентаций испытуемых с использованием процедур корреляционного анализа.

2.2. Результаты диагностического исследования личностного роста студентов вуза

В соответствии с принятыми диагностическими процедурами в данном параграфе приведены данные первичной диагностики изучаемых свойств студентов по 4 блокам диагностической программы: 1) диагностика мотивации к личностному росту и самоактуализации; 2) диагностика показателей целевого и ценностно-смыслового блока модели личностного роста; 3) диагностика ориентации на модусы жизнедеятельности; 4) диагностика значимости «Я».

В информационных материалах параграфа представлены эти данные. В таблице 4 приведены обобщенные данные диагностики уровня мотивации студентов к личностному росту и оздоровлению по результатам теста САТ. Уровневые показатели получены в соответствии с критериями, приведенными в таблице 1 параграфа 2.1.

Таблица 4 – Результаты диагностики студентов изучаемой выборки по уровням мотивации личностного роста и стремления к духовно-нравственному здоровью (N=132, % студентов, ϕ , p)

Уровень способности	% студентов	Значимость различий
Высокий (3)	12	$p_{3,2} \leq 0,01$, $p_{3,1} \leq 0,05$
Средний (2)	48	$p_{2,3} \leq 0,01$, $p_{2,1} \leq 0,01$
Низкий (1)	40	$p_{1,2} \geq 0,01$, $p_{1,3} \leq 0,05$
СУП по выборке	100	1,72**
Значимость отличий от теоретического среднего ** - $p < 0,01$		

Эти данные характеризуют достаточно низкую мотивацию испытуемых всей выборки в среднем к личностному росту и духовно-нравственному оздоровлению, выраженному в стремлении к самоактуализации, что требует специальной работы по усилению этой мотивации и переводу ее в метамотивацию.

В таблице 5 представлены результаты первичной диагностики показателей ценностно-целевого блока свойств личности, характеризующих осмысленность жизни и осознанность жизненной цели, как важнейших показателей личностного роста и духовно-нравственного здоровья, а также показатели принятия высших ценностей в качестве метамотивации личностного роста и духовно-нравственного оздоровления. Показатели осознанности цели по методике СЖО соотнесены с данными полученными по методике Е. Карапешта, а в таблице представлены усредненные данные по этим диагностическим процедурам.

Таблица 5 – Результаты первичной диагностики показателей осмысленности жизни, осознанности жизненной цели и принятия высших ценностей в качестве метамотивации личностного роста и духовно-нравственного оздоровления (N=132, % студентов по уровням, СУП, значимость различий ϕ -критерию)

Измеряемые показатели	Уровни проявления в %			СУП
	Высокий	Средний	Низкий	
Общая осмысленность жизни	10	52	38	1,70*
Осознанность цели в жизни	21	44	35	1,86
Метамотивация роста и здоровья	15	42	43	1,72*
Значимость отличий от теоретического среднего * – $p < 0,05$				

Данные таблицы 5 свидетельствуют о явно недостаточном уровне развития свойств анализируемых блоков модели личностного роста (ценностно-целевого и блока метамотивации). Это требует разработки программы сопровождения оптимизации названных характеристик личности студентов - будущих педагогов.

В следующей таблице 6 представлены данные диагностики свойств студентов по блоку значимости личностного «Я», куда включены характеристики самоуважения и аутосимпатии (по МИС) показатели эгоцентрических ориентаций по (ТЭС), показатели общего отношения к

жизни по методике Е. Карапешта, показатели мотивации нравственного выбора.

Обращает на себя внимание высокий (статистически выше среднего теоретического) средний по выборке уровневый показатель эгоцентрической установки, который, как можно видеть по показателям самоуважения и аутосимпатии находится в противоречивых, внутренне конфликтных отношениях с этими показателями.

Можно полагать, по данным таблицы 6, что в целом по выборке испытуемых характерным является определенный внутриличностный конфликт, существенно затрудняющий, как известно, процесс личностного роста и обременяющий личность духовным «нездоровьем».

Таблица 6 – Распределение студентов по уровням проявления самоотношения по МИС, уровню эгоцентрической установки, общего отношения к жизни, мотивации нравственного выбора (N = 132, % студентов, значимость различий p , ϕ)

Наименования шкал	Уровень проявления (% испытуемых)			СУП
	Высокий	Средний	Низкий	
Самоуважение	21	40	39*	1,82*
Аутосимпатия	19	46	35*	1,84*
Эгоцентрическая установка	36	56	8	2,28*
Общее отношение к жизни	15	48	37	1,78**
Мотивация нравственного выбора	20	38	42	1,78**
Значимость отличий от теоретического среднего * $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$				

Оценивая по данным таблицы общее состояние уровня значимости личностного «Я» в этом блоке модели личностного роста студентов, отметим, что особенно низкий показатель общего отношения к жизни позволяет говорить скорее о выраженности фактора «потери себя», нежели фактора «восхождения к истинному «Я», характерное в среднем и в целом

для данной выборки испытуемых. Это неблагоприятное для личностного роста будущего педагога и его духовного здоровья обстоятельство требует оптимизации в программе психологического сопровождения.

В следующей таблице 7 приведены данные диагностики ориентации студентов изучаемой выборки на модусы жизнедеятельности в сравнительном плане ориентаций на модус обладания, достижений (с вариантами модуса власти и модуса достижений) и модуса служения. Мы предполагаем, что эти данные, с учетом результатов, приведенных в таблице 11, будут не очень благоприятными.

Рассмотрим далее соотношение ориентаций испытуемых на модусы обладания, достижения и служения в сравнительном плане. В соответствии с содержанием методики изучения смысла профессиональной деятельности для педагогов (Г.Г. Горелова) использовался контент-анализ высказываний. Количественные показатели выраженности смысловых характеристик деятельности представлены числом соответствующих смысловых единиц высказанных испытуемыми.

В таблице 7 приведены данные о том, как понимают общий смысл профессии испытуемые изучаемой выборки, в виде количества смысловых единиц, относящихся к модусу обладания, модусу социальных достижений и модусу служения, а также аналогичные показатели реально реализуемого отношения к этим модусам.

Таблица 7 – Результаты оценки смысла собственной профессиональной деятельности испытуемыми выборки (N=30, количество смысловых единиц)

Название модуса профессиональной жизни	Показатели ориентаций	
	понимаемых	реализуемых
Служение	7,5	1,2**
Социальные достижения	1,6	3,8**
Обладание	2,6	4,8**
Значимость различий: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$		

Приведенные данные позволяют утверждать, что испытуемые, описывая общий смысл педагогической профессиональной деятельности, указывают на модус служения, как наиболее соответствующий сути

педагогической профессии в теоретическом плане. Однако реально педагоги реализуют различный по личностному смыслу тип своей собственной профессиональной деятельности. Данные таблицы 7 свидетельствуют об очень низком неблагоприятном уровне ориентации личности испытуемых на модус служения в профессиональной деятельности и в жизни в целом. При расчете среднего уровневого показателя (СУП) ориентации студентов изучаемой выборки на модус служения были получены следующие данные, представленные в таблице 8. Данные приведенные в таблице 8, действительно дают увидеть, что модус служения практически неизвестен испытуемым, и ориентация на него очень слабая. Явное преобладание ориентаций на модусы обладания и достижений.

Таблица 8 – Результаты уровневого анализа ориентаций на модусы жизнедеятельности студентов (N = 132 , % студентов, СУП, φ)

Тип ориентации на модусы	Процент студентов			СУП
	Высокий	Средний	Низкий	
Ориентация на модус обладания	62	28	10	2,52**
Ориентация на модус достижений	56	23	21	2,35*
Ориентация на модус служения	8	39	53	1,55***
Значимость отличия от среднего теоретического * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$				

Это ставит серьезную задачу психолого-педагогической работы по формированию нравственно и духовно ценных ориентаций на модус служения в профессиональной жизни и деятельности.

Таким образом, комплексно оценивая результаты диагностического этапа исследования и данные первичной диагностики личностного роста и духовно-нравственного здоровья студентов, можно сделать следующие основные выводы.

1. Диагностика обнаружила наличие довольно многочисленных нарушений в личностных характеристиках студентов по разным блокам и

параметрам модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, выражающихся в соответствующих показателях. Особенного внимания заслуживают низкие показатели общей мотивации личностного роста, метамотивации роста и самоактуализации студентов, неразвитость духовно-нравственной сферы в целом. Полученные в диагностике показатели по этим параметрам статистически значимы ($p < 0,01$). Что требует серьезной помощи студентам в программе сопровождения.

2. Вызывает озабоченность высокий показатель эгоцентрических ориентаций личности студентов, ориентаций на модусы обладания и достижения ($p < 0,05$). При этом ориентация на модус служения, по данным диагностики оказывается практически не выражен ($p < 0,005$).

3. При оценке показателей, выражающих личностную значимость студентов изучаемой выборки, отмечается в целом не очень положительное отношение к жизни, скорее выражающее «потерю себя», согласно определениям предлагаемой модели, нежели «восхождение к своему «Я» ($p < 0,05$).

4. Все отмеченное выдвигает серьезные задачи оптимизации свойств и способностей студентов, составляющих структуру модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, которые предлагаются для решения в разработанной нами программе психологического сопровождения студентов в направлении их личностного роста, описанной в параграфе 2.3. магистерской диссертации.

5. Указанная программа разработана в соответствии с основной гипотезой исследования и на основе анализа психолого-педагогической литературы, описанного в первой главе.

2.3. Разработка программы психологического сопровождения личностного роста студентов вуза

В данном параграфе дается обоснование и описание программы психологического сопровождения личностного роста студентов. Для начала

остановимся на принципах построения программы психологического сопровождения.

На наш взгляд, и в соответствии с основными предположениями нашей работы принципы программы, сопровождающей личностный рост и духовно-нравственное оздоровление личности, уместно назвать принципами лечения нравственно-психологических заболеваний и личностного развития. Очевидно, что причина нездоровья на каждом уровне развития личности находится на предыдущих, более высоких уровнях структуры личности. Исправления на глубинном уровне – автоматически приводят к необходимости перестроек и изменений в нижележащих уровнях.

Но есть одно очень важное практическое «но», которое в большинстве случаев «все портит». Это «но» называется инерцией психики. Изменения на глубинном уровне – автоматически должны приводить к изменениям на всех нижележащих уровнях: телесности, души (ума, чувств, воли и т.п.), духовности, нравственности, а также на уровне всех циркуляций внутренних энергий. Но такое изменение – мментальное – требует «разворота» уже разогнанной до определенной скорости машины ума. Иногда это требует достаточно жесткого слома старых представлений, самоотождествлений, желаний и привычных реакций.

В большинстве случаев требуется (без этого не хватает энергии воздействия на психику, поскольку разогнанный ум человека не воспринимает нового) отдельная работа, иногда системная и долгосрочная, со специальной остановкой и «разворотом» ума, остановкой привычных шаблонов реакций.

Без такого отдельного процесса человек просто не в состоянии воспринять что-то новое, как бы все и он сам этого ни хотели. Например, если человек в состоянии гнева, он разозлен, то его восприятие и, следовательно, действия, могут быть совершенно неадекватными. И выход из этого гневного состояния – это предварительное условие для работы.

Таким образом, если удастся изменить, вылечить/развить более высокие уровни личности, то все остальное автоматически подстраивается. Вместе с этим – такие высокоуровневые изменения требуют готовности нижележащих структур, что требует отдельной предварительной работы. Здесь могут быть важны следующие принципы.

1. Принцип энергии.

В ведической традиции, например, это называется «принципом энергии». В переводе с греческого «энергия» означает буквально «действие». И у каждого элемента в структуре личности есть свое действие, своя энергия.

Принцип энергии состоит в том, что для успеха любого действия, включая личностное изменение, нужна энергия. Если нет энергии – то все разговоры остаются на уровне слов, и ничего реально не меняется. Для успеха любого личностного изменения необходима энергия на перестройку. В подавляющем большинстве случаев человеку просто «не на что» изменяться, ему необходимо получение внешней энергии, получение психической энергии от внешнего источника. Именно в силу нехватки личной энергии самостоятельная работа над «личностным ростом», очень редко приводит к успеху. Поэтому считается бесполезным заниматься исправлением своего нравственно-психологического здоровья самостоятельно, без учителя – целителя и наставника.

2. Принцип учителя.

В восточной, в частности индийской традиции это называется «принципом гуру», или гуру-татва. Для лечения нравственно-психологических заболеваний и личностного взросления человек должен «предаться учителю или врачу». Предание означает решимость и доверие к человеку, у которого человек учится и лечится. Без этого предания (и преданности, доверия) личность будет подсознательно, и поэтому особенно сильно, стараться сохранить себя – представления о себе и мире, блокировать все изменения. Именно поэтому главное требование к учителю – быть авторитетным.

3. Принцип служения.

И лечение, и обучение, и обеспечение личностного роста и развития призваны проводиться в духе служения. Учитель и врач служит своим ученикам и пациентам, а ученики и пациенты – призваны служить своим учителям и врачам, главным образом – следуя их советам и выполняя все наставления. Именно этот дух служения и делает возможным движение энергии творчества, энергии любви, сострадания и радости. Именно эта преображающая жизненная сила, которая открывается в бескорыстном, неэгоистическом служении, и приносит в ситуацию ту необходимую энергию для разрешения личностных проблем, трудностей и конфликтов, и помогает снятию духовно-нравственных деструкций, то есть личностному росту.

4. Принцип следования природному устройству, или сущностной организации личности.

Речь должна идти об учете того важнейшего, что представляет собой личность человека и его личностное развитие и рост. Следуя принятому нами определению нормального развития, нужно иметь в виду, что нормальное развитие – это такое, которое ведет человека к обретению им родовой человеческой сущности. Условиями и одновременно критериями этого развития являются: 1) отношение к другому человеку как к самоценности, как к существу, олицетворяющему в себе бесконечные потенции рода человек (центральное системообразующее отношение); 2) способность к децентрации, самоотдаче и любви как способу реализации этого отношения; 3) творческий, целетворящий характер жизнедеятельности; 4) потребность в позитивной свободе; 5) способность к свободному волепроявлению; 6) возможность самопроектирования будущего; 7) вера в осуществимость намеченного; 8) внутренняя ответственность перед собой и другими, прошлыми и будущими поколениями; 9) стремление к обретению сквозного общего смысла своей жизни, деятельности и в целом существования.

Для обеспечения позитивного и оптимального духовно-нравственного развития, личностного роста студентов важны профессиональное участие

педагога и поддержка социума. Это означает исключительную роль в обеспечении работы механизмов роста и оздоровления специальной программы психологического сопровождения студентов. В предыдущем параграфе была описана диагностическая часть такой программы, ее результаты важны для разработки основных направлений психологической подготовки и помощи студентам в духовно-нравственном оздоровлении и личностном росте.

Психологическое сопровождение предполагает целенаправленное создание психологических условий духовно-нравственного развития студентов (И.В. Молочкова, А.В. Плугарева и др.[102], [147], [162], [163], [169], [171], [203]1 и др.). Содержание самого этого понятия означает следование рядом. То есть психологическое сопровождение духовно-нравственного оздоровления и личностного роста должно пониматься как взаимодействие студентов и педагогов, направленное на создание и оптимизацию всей системы внешних и внутренних условий этого сложного процесса. Это – не навязывание, а помощь в выборе ориентиров, поддержка в прохождении сложного пути к разрешению внутренних нравственно-психологических проблем личности, профилактики и преодоления духовно-нравственных деструкций, обретению своей человеческой сущностной природы.

Психологическое сопровождение и его содержание рассмотрены в ряде современных исследований: С.П. Ждановой (2007) применительно к студентам-психологам; Н.В. Калининой (2006) применительно к социальной компетентности школьников; Т.В. Киящук (2006) в связи с учебной деятельностью студентов; И.В. Молочковой (2005) относительно развития педагога; М.И. Плугиной (2004) применительно к развитию преподавателя высшей школы; Ю.В. Слюсаревым (1992) применительно к процессам самовоспитания и саморазвития личности; Ю.В. Суховершиной (2006), применительно к работе практической психологической службы вуза; Е.В. Федосенко (2008) применительно к личностному развитию подростков и в

ряде других. На основе анализа и обобщения имеющихся представлений, мы понимаем психологическое сопровождение как целостный процесс изучения, формирования, развития и коррекции духовно-нравственного оздоровления и личностного роста студентов студента. Основное содержание работы по психологическому сопровождению «черпается» из содержания понятий «личностный рост», «его критерии», «духовность», «духовно-нравственное здоровье», «самоактуализация», «высшие ценности», «метамотивация», «метопатологии» и другие раскрытые в предыдущих разделах диссертации. Организационной основой этого процесса является для нас программа психологических игр, тренингов, дискуссионных групп, просветительских семинаров и т.п. описанных в общих чертах в приложении 1.

Основанием системы психологического сопровождения, согласно имеющимся взглядам, является концепция свободного выбора как условия развития. Исходным положением психологического сопровождения мы принимаем лично ориентированный подход, в логике которого развитие понимается как выбор и освоение субъектом тех или иных инноваций, путей личностного становления, а психологическое сопровождение направлено на помощь субъекту в формировании ориентационного поля развития, ответственность за действия в котором несет он сам.

Важнейшим положением является приоритет опоры на внутренний личностный потенциал субъекта, его выбор и ответственность за него (И.В. Дубровина, Э.Ф. Зеер, Н.В. Калинина, Т.Я. Киящук, М.И. Плугина, Н.С. Пряжников, М.И. Рожков).

Цель психологического сопровождения, таким образом, - полноценная реализация личностного психологического потенциала субъекта деятельности.

Результатом психологического сопровождения должно явиться духовно-нравственное развитие и оздоровление личности, особенно, саморазвитие личности (Ю.В. Слюсарев). Психологическое сопровождение, в какой бы сфере оно ни осуществлялось, носит обучающий, воспитывающий

и формирующий характер (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, Л.И. Божович, П.П. Блонский, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, В.Н. Мясищев, А.В. Петровский и др.). В этой связи могут быть названы также исследования Н.П. Аникеевой, Г.С. Вершловского, И.В. Дубровиной, В.А. Кан-Калика, Г.А. Ковалева, И.Б. Котовой, Ю.Н. Кулюткина, Н.В. Кузьминой, А.А. Леонтьева, А.Г. Лидерса, А.К. Марковой, Л.М. Митиной, А.Б. Орлова, Л.А. Петровской и Н.Н. Богомоловой, Л.В. Редуш, Е.В. Рогова, А.С. Спиваковской, Г.С. Сухобской, Г.А. Цукерман и других.

Такой характер психологическому сопровождению придает диалогически организованное взаимодействие студентов и педагогов, осуществляющих психологическое сопровождение. По словам В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева, при таком взаимодействии появляется событийная общность – диадическая общность совместного бытия. Она становится пространством духовного развития и совместного проживания общих человеческих смыслов. Такого рода общность отличается от формальной общности присущей ей развивающей функцией. Сопереживание, сочувствие и соучастие, как совместные виды эмоционального переживания, описаны в работах А.А. Бодалева, Т.П. Гавриловой, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Б. Орлова, А. В. Петровского, К. Роджерса. Д.А. Леонтьев в качестве механизма осуществления и присвоения совместно обретенных смыслов называет духовность. В.И. Слободчиков в качестве центрального феномена человеческой субъективности называет рефлекссию. Общим итогом работы по психологическому сопровождению личностного роста и духовно-нравственного оздоровления может быть личностная зрелость, которая проявляется в умении соотносить свои индивидуальные особенности, статусные и возрастные возможности, собственные притязания с требованиями общества и окружающих.

Наиболее важные и существенные моменты личностных изменений должны сопровождаться пик-переживаниями испытуемых, моментами

высших чувствований успеха и достижения, неудачи или поражения. Для этой же цели в программе сопровождения должны существенное место занимать рефлексивные процедуры.

Содержание программы включает ряд модулей, соответствующих основным блокам психологической модели личностного роста и духовно-нравственного оздоровления. Занятия по программе должны проводиться в составе учебно-тренировочных групп студентов (УТГ) (приложение 1).

В ходе занятий программы существенное место занимает чтение и обсуждение произведений художественной литературы, специально подобранных для нашей программы: «Крейцера соната» Л.Н. Толстого, «Гранатовый браслет» А.И. Куприна, Повести «Гора», «Однодум», «Скоморох Памфалон», «Повесть о совестном Даниле» Н.С. Лескова и ряд других.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

1.Нами было проведено диагностическое исследование уровня личностного роста студентов.

Исследование проводилось на базе Костанайского государственного педагогического института (г. Костанай, Р. Казахстан). В исследовании принимали участие студенты педагогического института в количестве 132 человек.

Основанием для отбора диагностических процедур служила их возможность надежно измерять уровень развития основных компонентов (модулей) психологической модели личностного роста и нравственно-духовного здоровья личности студентов, а также их взаимосвязи. Практически все использованные процедуры были адаптированы для использования в виде критериально-уровневого анализа и для расчета не только индивидуального уровня развития изучаемых свойств у конкретного испытуемого, но и определения статистически среднего уровня развития этих свойств у всей выборки испытуемых (средний уровеньный показатель – СУП).

В соответствии с этими требованиями в программу диагностического исследования был включен ряд диагностических методик: 1) диагностика мотивации к личностному росту и самоактуализации; 2) диагностика показателей целевого и ценностно-смыслового блока в структуре личностного роста; 3) диагностика ориентации на модусы жизнедеятельности; 4) диагностика значимости «Я».

2.Комплексно оценивая результаты диагностического этапа исследования и данные первичной диагностики личностного роста и духовно-нравственного здоровья студентов, можно сделать следующие основные выводы.

Диагностика обнаружила наличие довольно многочисленных нарушений в личностных характеристиках студентов по разным блокам и параметрам модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, выражающихся в соответствующих показателях. Особенного внимания

заслуживают низкие показатели общей мотивации личностного роста, метамотивации роста и самоактуализации студентов, неразвитость духовно-нравственной сферы в целом. Полученные в диагностике показатели по этим параметрам статистически значимы ($p < 0,01$). Что требует серьезной помощи студентам в программе сопровождения.

Вызывает озабоченность высокий показатель эгоцентрических ориентаций личности студентов, ориентаций на модусы обладания и достижения ($p < 0,05$). При этом ориентация на модус служения, по данным диагностики оказывается практически не выражен ($p < 0,005$).

При оценке показателей, выражающих личностную значимость студентов изучаемой выборки, отмечается в целом не очень положительное отношение к жизни, скорее выражающее «потерю себя», согласно определениям предлагаемой модели, нежели «восхождение к своему «Я» ($p < 0,05$).

3. Все отмеченное выдвигает серьезные задачи оптимизации свойств и способностей студентов, составляющих структуру модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, которые предлагаются для решения в разработанной нами программе психологического сопровождения студентов в направлении их личностного роста, описанной в параграфе 2.3. магистерской диссертации.

Указанная программа разработана в соответствии с основной гипотезой исследования и на основе анализа психолого-педагогической литературы, описанного в первой главе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ литературы по проблеме исследования показал, что основными тенденциями развития профессионального образования являются тенденции гуманизации, демократизации, профессионализации. Это требует от специалистов развития профессиональных и личностных качеств: системное мышление, экологическую, правовую, профессиональную, информационную, коммуникативную культуру.

Согласно результатам исследования, оптимальной теоретической базой построения системы обучения выступает личностно-ориентированный подход.

Нами выявлены психолого-педагогические особенности личностно-профессионального становления. На основании проведенного анализа научной литературы личностно-профессиональное становление студента вуза описано как динамический процесс прогрессивного изменения личности студента вуза под влиянием требований к профессиональной подготовленности, внешних условий, создаваемых преподавателем, и собственной активности в освоении всех элементов, необходимых для овладения профессией, направленный на развитие и саморазвитие личности, формирование профессиональной компетентности и готовности к постоянному профессиональному росту.

Выявлены особенности личностно-профессионального становления студентов вуза как процесса, заключающиеся в том, что этот процесс основан на формировании: профессиональных компетенций по образовательным программам, посвященным подготовке к профессиональной деятельности, и компетенций, определяемых основной образовательной программой ООВО (стремление работать по профессии, связанной с выбранной образовательной программой; способность к саморазвитию, самообразованию; субъективный контроль над разнообразными жизненными ситуациями; социально-коммуникативная компетенция).

Выяснилось, что личностно-профессиональное становление студентов вуза является сложным, многогранным образованием, на которое влияют различные факторы, и в условиях современного общества, диктующего необходимость повышения личной активности каждого человека.

3. Проблема личностного роста личности в целом достаточно широко и многогранно исследована в отечественной и зарубежной психологии. Однако проблема идентичности самих представлений о личностном росте и духовном здоровье представляются новыми и исключительно важными, и в проблематике психологических исследований изучены явно недостаточно.

Основными направлениями изучения процессов личностного роста, в соответствии с результатами теоретического анализа являются:

- нахождение единого концептуального основания для разработки модели личностного роста; в качестве такого основания мы принимаем положение о том, что личностный рост неотделим от «здоровья личности», и отсутствие роста – уже «личностное заболевание»;

- выделение основных блоков психологической модели личностного роста и духовного здоровья на основе анализа сущности, содержания и критериев этих психологических феноменов; в качестве таких блоков теоретическое исследование позволило выделить: 1) ценностно-целевой блок; 2) блок жизненных позиций; 3) блок модусов жизнедеятельности; 4) блок высших ценностей и метамотивации; 5) блок значимости личностного «Я».

- определение ведущих функций каждого блока психологической модели в позитивном обеспечении личностного роста, а также, соответственно, в негативных затруднениях этих процессов, связанных с возникновением духовно-нравственных «недугов» и «заболеваний»;

- выделение генерального фактора обеспечения личностного роста; в качестве такого фактора по результатам теоретического исследования

выделены высшие ценности, метамотивация и их практическое воплощение в модусе жизненного и профессионального служения.

Нами было проведено диагностическое исследование уровня личностного роста студентов на базе Костанайского государственного педагогического института (г. Костанай, Р. Казахстан). В исследовании принимали участие студенты педагогического института в количестве 132 человек.

В программу диагностического исследования был включен ряд диагностических методик: 1) диагностика мотивации к личностному росту и самоактуализации; 2) диагностика показателей целевого и ценностно-смыслового блока в структуре личностного роста; 3) диагностика ориентации на модусы жизнедеятельности; 4) диагностика значимости «Я».

Комплексно оценивая результаты диагностического этапа исследования и данные первичной диагностики личностного роста и духовно-нравственного здоровья студентов, можно сделать следующие основные выводы.

Диагностика обнаружила наличие довольно многочисленных нарушений в личностных характеристиках студентов по разным блокам и параметрам модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, выражающихся в соответствующих показателях. Особенного внимания заслуживают низкие показатели общей мотивации личностного роста, метамотивации роста и самоактуализации студентов, неразвитость духовно-нравственной сферы в целом. Полученные в диагностике показатели по этим параметрам статистически значимы ($p < 0,01$). Что требует серьезной помощи студентам в программе сопровождения.

Испытуемые обнаружили высокий показатель эгоцентрических ориентаций, ориентаций на модусы обладания и достижения ($p < 0,05$). При этом ориентация на модус служения, по данным диагностики оказывается практически не выражен ($p < 0,005$).

При оценке показателей, выражающих личностную значимость студентов изучаемой выборки, отмечается в целом не очень положительное отношение к жизни, скорее выражающее «потерю себя», согласно определениям предлагаемой модели, нежели «восхождение к своему «Я» ($p < 0,05$).

Все отмеченное определило серьезные задачи оптимизации свойств и способностей студентов, составляющих структуру модели личностного роста и духовно-нравственного здоровья, которые предлагаются для решения в разработанной нами программе психологического сопровождения студентов в направлении их личностного роста. Указанная программа разработана в соответствии с основной гипотезой исследования и на основе анализа психолого-педагогической литературы, описанного в первой главе.

Таким образом, цель нашего исследования достигнута, задачи решены, гипотеза нашла свое подтверждение.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агапов, В.С. Становление Я-концепции личности: теория и практика / В.С. Агапов. – М., 2001.
2. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2005. – 326 с.
3. Ананьев, В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья / В.А. Ананьев. – СПб.: Речь, 2010.- 384 с.
4. Андрущакевич, А.А. Духовно-нравственное и нервно-психическое здоровье: медико-биологические аспекты диагностики восстановления и формирования / А.А. Андрущакевич. – Нижний Новгород : Изд-во Нижегородской гос. мед. Академии, 2011. - 280 с.
5. Аршакуни, Л.В. Анализ значимости "Я" в модели личностного роста и развития человека (на материале студентов) / В.В. Рыжов, Л.В. Аршакуни//Актуальные проблемы науки и гуманитарного образования: межвуз. сб. науч.тр./ Под ред. проф. В.В. Рыжова.- М.: Изд-во Русско-американского ун-та, 2015.- С. 86-94.
6. Аршакуни, Л.В. Духовно-нравственные факторы личностного роста [Текст]/ Л.В. Аршакуни, В.В. Рыжов//Общественные и гуманитарные науки в современном мире: Материалы II Междунар. науч.-практ. конф.- Махачкала, 2014. - С. 48-54.
7. Аршакуни, Л.В. Духовность и личностный рост: от личности к человеку /Л.В. Аршакуни, В.В. Рыжов// Актуальные проблемы науки и гуманитарного образования: межвуз. сб. науч. тр.- Вып 24.- М.: Изд-во Русско-американского ун-та, 2015. - С. 44-51.
8. Бердяев, Н.А. О назначении человека / Н.А. Бердяев. – М.: Республика, 1999. – 382 с.
9. Борулава М.И. Общедидактические подходы к гуманизации образования // Педагогика. - 2002. - №5. - с. 21 - 22.
- 10.Бондаревская Е.В. Ценностные основания личностно-ориентированного воспитания // Педагогика. - 2003. - №5. - с. 12 - 15.

- 11.Бородина, Н.К. Онтология духовности: сущность и понимание: Автореф. дис. ... докт. филос. наук. / Н.К. Бородина. – Волгоград, 2009. – 24 с.
- 12.Братченко, С.Л. Личностный рост и его критерии /С.Л. Братченко, М.Р. Миронова// Психологические проблемы самореализации личности.- СПб. - 2000. – С. 38-46.
- 13.Братусь, Б.С. К проблеме человека в психологии / Б.С. Братусь // Вопросы психологии. – 2009. - № 5. – С. 3-20.
- 14.Бубер, М. Проблема человека: Два образа веры/ М. Бубер.-М., 2010. - 160 с.
- 15.Василюк, Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций/Ф.Е. Василюк. - М., 2001.
- 16.Будинайте, Г.Л., Корнилова, Т.В. Личностные ценности и личностные предпочтения субъекта / Г.Л. Будинайте, Т.В. Корнилова // Вопросы психологии. –2013. -№5. –С. 99 –105.
- 17.Вербицкий А.А. Активное обучение в высшей школе: контекстный подход: Методическое пособие. - М.: Высшая школа, 1998.
- 18.Выготский, Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2011, – 1004 с.
- 19.Галкина, Ю.И. Механизмы и функции самооценки в структуре Я-концепции / Ю.И. Галкина, В.С. Агапов // Вестник университета: Социология и управление персоналом. – 2009. – № 6 (32).- М.: Государственный университет управления, 2009.- С. 60-65.
- 20.Горбачев, А.Л. Механизмы и условия формирования духовно-нравственной культуры личности / А.Л. Горбачев// Актуальные проблемы науки и гуманитарного образования: Межвуз. сб. научн. тр. - Вып. 5.- Нижний Новгород: Изд-во НГЛУ им. Н.А. Добролюбова, 2014.- С. 59-65.

21. Горелова, Г.Г. Кризисы личности и педагогическая профессия: /Г.Г. Горелова. – М.: Изд-во Московский психолого-социальный институт, 2015. – 320 с.
22. Григорьева, Н.А. Ценностные ориентации личности: теоретические основания и практика формирования: Учебное пособие к спецкурсу / Н.А. Григорьева. – Волгоград: Перемена, 2003. – 118 с.
23. Давыдов В.В.. Проблемы развивающего обучения. - М,: Педагогика, 1989. -239 с.
24. Джеймс, У. Беседы с учителями и другие очерки/ В. Джемс.- СПб: Изд-во "Андреев и сыновья", 2013. (Репринт).
25. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности/ О.П. Елисеев.- 3-е изд. - СПб.: Питер, 2010, 512 с.
26. Жданова, С.П. Психологическое сопровождение профессионального развития студентов-психологов: Дис...канд.психол.наук / С.П. Жданова. – Томск, 2007.– 252 с.
27. Зиглер, Д., Хьелл, Л. Теории личности / Д. Зиглер, Л. Хьелл.- 3-е изд. - СПб.: Питер , 2010.- 608 с.
28. Зинченко В.П. Духовное возрождение // Человек. - 2001. - №2. - с. 5 - 15.
29. Кларин М.В. Инновационные модели учебного процесса в современной зарубежной педагогике: Дис. ... д-ра пед. наук - М.: РАО, 2002. - 346 с.
30. Леонтьев А.И. Проблемы развития психики. - М., 1998.
31. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 1999.
32. Леонтьев, Д.А. Субъективная семантика и смыслообразование / Д.А. Леонтьев // Вестник МГУ, серия 14 "Психология". – 1999. №3. – С. 33-42.
33. Ломов Б.Ф. Состояние и перспективы развития психологии // Вопросы психологии, 1989, №5.

34. Маслоу, А.Г. Новые рубежи человеческой природы / А.Г. Маслоу. – М.: Смысл, 2011. – 424 с.
35. Маслоу, А.Г. Дальние пределы человеческой психики/ А. Маслоу – СПб.: Евразия, 2013. – 430 с.
36. Мищенко А.И. Формирование профессиональной готовности учителя к реализации целостного педагогического процесса: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. - М., 2014. - 32 с.
37. Непрерывное образование как педагогическая система. / Под ред. Н.Н. Нечаева.-М., 1989.
38. Немов Р.С. Психология. - М., 1999.
39. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. -- М.: Политиздат, 1998.
40. Радугин А.А. Психология и педагогика. - Центр, 2002.
41. Решетова З.А. Психологические основы профессионального обучения. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2011. - 207 с.
42. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию и становление человека / К. Роджерс. – М., Наука, 2001. – 274 с.
43. Роджерс, К. Становление личности. Взгляд на психотерапию / Пер. с англ. М.Золотник /К. Роджерс. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
44. Рожкова Ф.М. Вопросы обучения иностранным языкам в средних профессионально-технических училищах. - Высшая школа, 1999.
45. Рыжов, В.В. Психологические основы коммуникативной подготовки: Дис. ... докт. психол. наук / В.В. Рыжов. – Новосибирск, 2013.
46. Рыньков В.В. Монографическое изучение личности. - Перевоз, 1999.
47. Сериков В.В. Личностно-ориентированное образование // Педагогика. - 2014. - №5.-с. 16-20.
48. Слободчиков, В.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности: Уч. пособ. для ВУЗов /В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школа-Пресс, 2005. - 384 с.

49. Фейдимен Дж. Личность и личностный рост/ Дж. Фейдимен, Р. Фрейгер.- Вып. 2/Перев. с англ. – М.: Изд-во УРАО, 2006.- 68 с.
50. Фойберг Ф.К. Личность и коллективный поиск гармонии. // Педагогика, 2007. - № К2.
51. Фонарев, А.Р. Психологические особенности личностного становления профессионала/ А.Р. Фонарев. – М.: Изд-во Московского психологического социального института НПО "МОДЭК", 2009. – 560 с. – (Серия "Библиотека психолога").

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Программа психологического сопровождения личностного роста студентов

В качестве вводного занятия проводится следующий семинар.

Семинар по теме «Фредерик Перлз: о гештальт-терапии и росте личности».

Содержание занятия: чтение и последующее дискуссионное обсуждение материала прочитанного.

«Одно из возражений, которое у меня возникает к каждому, кто называет себя гештальт-терапевтом, – это употребление техники. Техника – это трюк. Трюки можно употреблять только в крайних случаях. У нас множество людей, рыскающих вокруг в поисках трюков, собирающих их все больше и больше и применяющих не к месту. Эти техники, эти орудия вполне уместны на семинаре по чувственному сознанию или радости, они могут там дать вам некоторое представление о том, что вы еще живы... В гештальт-терапии мы стремимся к другому. Мы работаем ради способствования процессу роста и развития человеческой потенциальности. Мы не говорим о мгновенной радости, мгновенном сенсорном сознании, мгновенных излечениях. Процесс роста требует времени. Мы не можем щелкнуть пальцами и сказать: "Ну-ка, будем радостными! Давайте-ка, сделаем это!" Вы можете, если хотите, дурманить себя с помощью ЛСД и других допингов, но это не имеет ничего общего с честной работой того подхода к психиатрии, который я называю гештальт-терапией. Здесь мы не только должны пройти сквозь наши роли. Мы должны также заполнить пустоты в своей личности, чтобы сделать человека полным и целостным вновь. А это не может быть сделано путем одурманивания. В гештальт-терапии мы имеем лучшие возможности, но без волшебной палочки. Нет необходимости лежать на кушетке или сидеть в дзадзен двадцать или тридцать лет, но нужно вложить себя, и рост требует времени. Останавливающим блоком кажется тревожность. Всегда тревожность (anxiety). Естественно, вы тревожитесь, когда нужно научиться новому способу поведения, а психиатры всегда боятся тревожности.

Мы не знаем, ждут ли нас аплодисменты или гнилые помидоры, мы колеблемся, так что сердце начинает бешено стучать, возбуждение не может перейти в действие, это "страх сцены". Так что формула тревожности очень проста: тревожность – это пропасть между "СЕЙЧАС" и "ТОГДА". Если вы в настоящем, вы не можете тревожиться, потому что возбуждение немедленно превращается в текущую спонтанную деятельность. Если вы в "теперь", вы действуете творчески и изобретательно. Если чувства готовы, если глаза и уши открыты, как у совсем маленького ребенка, вы всегда найдете решение.

Итак, спонтанности, поддержке нашей целостной личности да, да, да. Псевдоспонтанности одурманивающих, превращающихся в гедонистов – "давайте-ка что-нибудь, давайте ЛСД, чтобы сразу радость, чтобы сразу чувственное сознание", – нет и нет Между Сциллой обусловливания и Харибдой одурманивания есть нечто – человек, который реален, человек, который имеет позицию" (Фредерик Перлз, 1969 год).

Какие мысли возникли у вас при чтении этого текста?

Что вы переживали по поводу высказанных великим ученым обвинений в адрес недобросовестных психотерапевтов?

Какие факты подобной критикуемой практики психотерапии вам известны из жизни или литературы?

Как вы поняли из приведенных высказываний роль самой личности в собственном росте и исцелении от духовно-нравственных деструкций?

3.3.1. Модуль 1. "Жизненные цели и ценности"

В данном модуле программы ряд комплексных занятий учебно-тренировочной группы (УТГ), направленных на помощь студентам в формировании своих жизненных целей. После проведения диагностики целевого блока модели личностного роста и духовно-нравственного оздоровления, индивидуального, а при согласии некоторых

студентов, и группового обсуждения результатов, с целью рефлексивной подготовки и укрепления рефлексивных умений, проводятся следующие, описанные ниже, занятия со студентами

Занятие-упражнение "Цели"

Данное занятие-упражнение предложено для оптимизации личностных целей. Уделите этому упражнению 15 минут. Возьмите четыре листка бумаги и ручку или карандаш. На одном листе напишите: "Каковы мои жизненные цели?" В течение двух минут ответьте на этот вопрос. Записывайте все, что вам приходит в голову, независимо от того, насколько это вам покажется общим, или абстрактным, важным, или тривиальным. Вы можете записать личные, семейные, профессиональные, социальные, общественные или духовные цели и прочее. Дайте себе еще две минуты, чтобы просмотреть ваш список, дополнить или исправить что-то. Затем отложите этот лист.

Возьмите второй лист и напишите сверху: "Как я хотел бы провести ближайшие три года?" – потратьте две минуты на ответ, потом в течение двух минут просмотрите, проверьте, дополните список. Это поможет вам уточнить ваши цели, наметить их более определенно, чем в первом задании.

Отложите и этот лист.

Чтобы увидеть свои цели под другим углом, напишите на третьем листе: "Если бы я узнал, что мне осталось жить шесть месяцев с сегодняшнего дня, как бы я прожил их?" Цель этого вопроса двоякая: 1) создать ситуацию крайнего замешательства и кризиса (нравственно-психологического дисэквилибриума в сознании испытуемого с целью побудить глубоко пересмотреть свое отношение к жизни, ее целям и ценностям; 2) и через это выяснить, нет ли чего-нибудь в жизни, что важно для вас, но чего вы не делаете и о чем даже не задумываетесь). Пишите также в течение двух минут и возьмите еще две минуты на просмотр. Затем отложите и этот лист. На четвертом листе выпишите три цели, которые кажутся вам наиболее важными из всех, ранее записанных.

Сравните ваши листы. Есть ли какие-нибудь темы, проходящие через различные названные вами цели? Относятся ли все ваши цели к какой-нибудь определенной категории, например, к личным или социальным? Есть ли одинаковые цели на первых трех листках? Отличаются ли чем-нибудь от всех других три цели, которые вы выбрали в качестве наиболее важных?

Занятие по теме "Жизненные цели"

Цель: обсуждение вопросов зрелости личности, личностного роста и духовно-нравственного здоровья с точки зрения жизненных целей. Укрепление мотивации к свободной и независимой от внешних манипуляций жизни. Формы работы: информационный лекционный материал по теме, задания на целевое планирование жизни.

Информационный материал по теме "Жизненные цели"

Научитесь понимать, что у вас (как и у других людей) есть большие и малые цели жизни, дальние и ближние. Надо прикладывать усилия к достижению и тех и других. Тот, кто не ставит перед собой крупных целей, напоминает близорукого человека, потерявшего очки или поленившегося их вовремя приобрести.

Дальние цели помогают обрести смысл жизни и тем самым защищают личность от "растворения" в мелочах. Да, на больших просторах легко можно оказаться в объятиях сильного ветра. Можно бояться простуды, а можно радоваться широким далям и купанию в потоках воздушной стихии. Не стоит бояться дальних дорог, надо верить, что идущий всегда достигнет цели. Помните пословицу: "И большая дорога начинается с первого шага".

Главное и прочее

Научитесь отделять главное от второстепенного, и затем – не тратить на последнее драгоценное время. То, что выделено вами как главное, должно найти себе место и в ближних, и в дальних целях. Подумайте об этом и проверьте, занимают ли

первостепенные цели у вас центральное место и не заслонило ли их что-нибудь яркое, но пустое.

Экзамен самому себе

Будьте хозяином своего слова. Умейте отвечать за свои поступки и дела. Может показаться странным, но учиться этому действительно нужно, начав с умения отвечать самому себе без уверток и лжи. Сила, позволяющая ворочать гирями, – ничто в сравнении с силой личности, которая дает способность быть честным перед самим собой. Впрочем, приучить себя регулярно работать над своим телом – весьма подходящее начало для развития самой важной силы, силы душевной.

Психологическая грамматика

Учитесь управлять собой. Надо неустанно упражняться в психологической грамматике – умении не смешивать два основных глагола души "хочу" и "должен". Уважайте свое "хочу", слушайте его внимательно, знайте его вкусы и предпочтения. И помните о фокусах, которые оно вам уже преподнесило! Гордитесь своим "должен", чувствуйте твердость и надежность опоры, которую создает этот незаменимый глагол. Пытайтесь так построить свою жизнь, чтобы эти глаголы дружили или хотя бы мирно уживались в вашей душе. Если соединение этих двух глаголов получится прочным, то рождается третий глагол – "могу". Когда соединение слабенькое, получается только одна буква м-м-м... Если посильнее, то мог... (когда-то мог или мог бы...). "Могу" – это сила, это будущие большие дела, интересные события жизни, успехи и достижения. Если же удастся найти гармоничный сплав двух сил души, "могу" перерастает в "могущество" – могу, полное мощи.

Задание "Построение целей"

Постарайтесь наметить свои основные жизненные цели, направления, в которых вы хотели бы прилагать свои усилия сейчас и в будущем. Не забудьте о потребности развивать самого себя. Хорошо, если вы сможете составить два плана: на длительную перспективу и на 2-3 года. Запишите свои соображения, например, в такой форме, какая приведена в нижеследующей таблице.

Таблица 1 – Построение жизненных целей – основа личностного роста и духовного оздоровления

Цели моей жизни	Насколько и почему эти цели важны для меня
1.	
2.	
3.	

В связи с выделенными целями продумайте следующие вопросы:

1. Что будет способствовать достижению этих целей?
2. Что будет препятствовать достижению этих жизненных целей?
3. Какие критические события возможны на пути к достижению целей?
4. Чем я могу снизить остроту критических моментов?
5. Что мне потребуется для достижения жизненных целей, какие ресурсы (время, помощь близких и друзей, деньги, здоровье и т.д.)?
6. Смогу ли я задействовать эти ресурсы для достижения жизненных целей?
7. Нужно ли мне изменить поставленные цели?

Желательно, чтобы намечаемые цели из разных сфер жизни (работа, семейная жизнь, социальный статус, межличностные отношения, физическое здоровье, душевный настрой, духовная жизнь) были соотнесены друг с другом. (В данном занятии также создается момент искусственного дисэквilibриума для побуждения испытуемых глубже осознавать значимость и ответственность построения жизненных целей).

Упражнение-тренинг "Твой юбилейный день рождения"

Цель: мысленное моделирование жизненных планов и целей. Выработка ориентаций на высоко значимые перспективные цели. Юбилей и памятные даты жизни, как известно – вехи жизненного пути, когда оглядываясь назад, можно осмыслить прошедшее и сделать серьезные выводы из него. Каждый из нас знает, что юбилей – момент дисэквилибриума в нашей жизни.

Задание: Представьте свой юбилейный день рождения в 30, 40 лет или 50 лет. На празднование вашего юбилея собрались ваши старые и новые друзья и знакомые.

1) Кого вы ожидаете увидеть в числе старых друзей? (Речь идет не об именах, а о главных характеристиках, кто они, чем отличаются и т.п.). Чем они вам дороги?

2) Какие люди, вероятнее всего, будут вашими новыми друзьями? Чем они будут вам дороги?

3) Как вы думаете, что именно скажут о вас ваши гости?

4) Что вы хотели бы от них услышать?

Ситуации, описанные в поставленных вопросах нужно проиграть в виде учебно-тренировочных выступлений и диалогов.

3.3.2. Модуль 2. "Жизненные позиции, личностный рост и здоровье"

Мини-лекция "Жизненные позиции" с использованием материала раздела 1.3.2. первой главы и приведенного там рисунка. Обсуждение этого материала. Рефлексия собственной жизненной позиции и выделение главного принципа собственной жизни по аналогии с приведенным в рисунке.

Комплексное занятие-тренинг "Преуспевать с радостью"

Занятия разработаны по материалам Н. Энкельманна.

1. Введение. Задачи

Создатель дал человеку разум, чтобы он с его помощью познал изумительный порядок, царящий в природе, и чтобы он эти познания положил в основу упорядочивания своих собственных условий (Иоганн Кеплер). Предлагаемая ниже система занятий содержит много ситуаций парадоксального плана и создает ситуации нравственно-психологического дисэквилибриума в сознании и переживаниях участников учебно-тренировочной группы (УТГ).

Система формирования мотивации личностного роста оздоровления жизни . достижения успеха базируется на европейской философии. Для нас важно при этом помочь вам не только обрести веру, но и углубить ее. Кто живет, основываясь на вере, гораздо легче справляется со всякими жизненными проблемами, чем тот, кто предоставлен самому себе. Только на основе надежного заслуживающего доверия мировоззрения можно планировать и обустривать благополучную жизнь, отмеченную успехами, личностным ростом и нравственным здоровьем и устойчивостью.

В нашей системе речь идет не только о вере, мы хотим также овладеть знаниями и отдаем должное научным выводам. Мы признаем и учитываем научные данные в области медицины, генетики, психологии и антропологии. Наше плюралистическое общество можно терпеть как раз только благодаря прочности собственной позиции, так как внутреннее многообразие порождает личную неуверенность. Эта мысль многим кажется неприемлемой. Они, напротив, с давних времен стараются посредством массы информации, методов, систем, взглядов достичь уверенности, спокойствия, гармонии убежденности и знаний. Но, к сожалению, напрасно. Спокойствие, уверенность и мудрость складываются у человека из опыта, переживаний и успехов. Только они могут положительно подтвердить нам: "По плодам их узнаете их". Так написано в Библии. Но самыми завораживающими являются такие строки из Библии: "Хорошее дерево дает хорошие плоды".

Из музыки нам знаком термин: тема с вариациями. Если вы как-нибудь поразмыслите над жизнью многих людей, то увидите, что эти жизни представляют собой только вариации, и едва ли возможно отыскать тут основную тему. Если же вы вспомните свои любимые музыкальные произведения, то обнаружите, что у всех у них ясно

выражена основная тема. Только по ней можно узнать произведение из массы других и воспринять его как единственное в своем роде. Только человек, который признает свою уникальность и утверждает свою индивидуальность, несет в себе самом точку опоры и способность переносить нагрузки, только он действительно здоров, и действительно растет. Поэтому на этом месте проходит четкая линия раздела между всеми другими системами и методами и тем, что представлено в этой программе личностного роста, оздоровления и преуспевания..

Система преуспевания и формирования мотивации преследует три задачи: 1) помочь обучающемуся выявить свое личное предназначение и цели и принять их; 2) увеличить у каждого отдельного человека смелость и уверенность в себе и на длительное время укрепить волю так, чтобы он, полный оптимизма, смог идти по выбранному пути; 3) дать обучающемуся учебный материал, который должен стать для него путеводителем и инструментом, необходимым ему, чтобы добиться своих целей и совершенствовать свою личность, способствовать собственному росту и духовно-нравственному оздоровлению.

Тяжело бывает с теми людьми, которые ждут, что кто-то может за них добиться успеха и за них решить их проблемы. Так же, как каждый сам за себя должен есть и пить, так же каждый сам за себя должен добиваться успеха. Человеку можно помочь словом и делом, но идти своим путем он должен сам, и рост он обеспечивает только собственными усилиями, опираясь на основополагающие принципы и цели своей жизни..

2. Сущность успеха, преуспевания и личностного роста

Тяжело иметь дело и с теми обучающимися, которые находятся в постоянном поиске. В Библии сказано: "Ищите да обрящете". И это справедливо. Но многие ищут беспрерывно. И по сути дела они и не хотят ничего находить, потому что, найди они свой путь, свое предназначение, свои методы, они вынуждены были бы серьезно, неуклонно и активно действовать. А пока они ищут, они могут ограничиваться мечтами, развлечениями и теоретизированием. Вот такова истинная причина того, что они мечутся в поисках и не сдвигаются с места. Можно наблюдать, как отключается мышление многих людей при слове "успех". Даже у людей, мыслящих логически, происходит такая блокада. Очевидно, все они могут соотносить понятие "успех" только с деньгами.

Бетховен был преуспевающим человеком потому, что он обладал деньгами или потому, что он писал свою изумительную музыку? Что определяет его значимость?

Роберт Кох был человеком, добившимся успеха потому, что он был владельцем дома или потому, что открыл туберкулезную палочку? А в чем его значение?

Успех – это противоположность корыстолюбию.

Кто в жизни постоянно озабочен только собственными выгодами, тот может впасть в депрессию. Такой человек теряет свою ценность. Мы же знаем, что человек – это такое существо, которое само определяет свою ценность. Человек обретает ценность – ценность самого себя – через пользу, которую он создает. Поэтому наша система личностного роста, преуспевания и оздоровления жизни совершенно не годится для отрицательно настроенных эгоистов, скептиков и самодовольных субъектов. "Исправьте сначала сердце", "Покайтесь".

Центром вращения и центром тяжести нашей системы является заповедь: "Возлюби ближнего своего как самого себя". Эта мысль и является основным принципом достижения истинного успеха, роста и здоровья. Положительно настроенная личность постоянно стремится приносить пользу другим. Кто сеет, тому позволено и жать. Кто дает, тот также имеет право и получать. Чувствуете, в чем заключается закон сбалансированной справедливости? Если лично вы многое, возможно самое лучшее, отдадите, вы можете также и взять, не печальтесь и не заботьтесь о том, а не вызовет ли это зависть у окружающих, которая всегда является проявлением комплекса неполноценности и тяжелым нравственным недугом..

Трудно понять людей, которые берут все, что только могут получить, ни разу не задумываясь о том, чтобы что-то отдать и самим. Все, что существует, нуждается в успехе. Любой стебелек, любой росток, любое дерево, любое животное, любой человек, старый или молодой, нуждается в успехе. Успех – это жизнь. Все, что живет, непрерывно растет, развивается. Поэтому говорить следует не об одноразовом успехе, а о ддящемся всю жизнь процессе роста. Но гармонично, успешно расти на протяжении всей жизни может только тот, чей успех формируется изнутри. Поэтому длительный успех – это вопрос нашего мышления, нашего мировоззрения и нашей личности в целом. Для того, кто не верит в смысл своей жизни, может быть подозрительна и вера в добро. Того, кто не верит в положительное дальнейшее развитие, невозможно длительное время мотивировать в положительном ключе. Поэтому вопрос нашего мировоззрения является по существу главным вопросом, решающим образом определяющим ценность нашей системы сопровождения личностного роста и оздоровления духа.

3. Успех, преуспевание, посвящение себя и личностный рост

Прогресс в науке и технике и основывающееся на нем благосостояние мы должны рассматривать как значение, как признак совершенствующейся человеческой культуры. Некоторые эзотерики часто не могут или не хотят понять, что стремление к совершенству не требует бегства из этого мира. Оно в большей мере состоит в претворении в жизнь наших идеалов. Стремление к благосостоянию и благополучию, которое мы сегодня обозначаем как стремление к улучшению жизненных стандартов, требует, таким образом, не выражения материалистического убеждения, а распознавания скрытой в самом себе этической и религиозной ценности. Поэтому речь может идти только о том, что определенный вид деятельности требует преимущественно умственных или физических усилий. И как та, так и другая деятельность обретает ценность только в результате того, что человек делает ее ценной. Работой мы называем ту деятельность, которая в большей или меньшей степени наполняет нашу жизнь, способствует выполнению жизненной задачи или обеспечивает общественное положение, с ней обычно связано и материальное обеспечение.

Работа включает в себя три элемента: во-первых, материальное содержание; во-вторых, служение в обществе и на благо обществу и, в-третьих, раскрытие каждой личности, ее способностей и возможностей, нахождение и утверждение себя. Если Господь создал человека как образец, если Господь сам уважает человека как работника в этом мире, то мы тоже должны уважать работу и профессию человека, воспринимая их как большую ценность. Мы должны осознавать, что каждый, кто уклоняется от выполнения своих задач, от раскрытия своих способностей и от предназначенного ему места, живет в разладе с природой.

В значительной степени замысел Создателя был в том, чтобы люди формировались и совершенствовались, занимаясь своей ежедневной работой. Поэтому работа для нас является сознательной отдачей своих умственных и физических способностей для целенаправленного создания ценностей, как для самих себя, так и для человеческого общества в целом. Эта сознательная деятельность является единственной привилегией человека. Дальнейшее развитие человеком науки и техники делает возможным также и его собственное дальнейшее развитие. Поэтому постоянная задача системы сопровождения личностного роста духовного оздоровления и формирования мотивации – это способствовать осознанию каждым своей возможности дальнейшего развития. Вероятно, можно было бы распространить по всему миру проект, рассчитанный на каждого человека. Согласно ему следовало бы развить скрытые, рассеянные, утраченные, изуродованные способности бесчисленных личностей, которые в результате неправильного воспитания или пренебрежительного отношения к ним со стороны общества были обмануты в вопросе самореализации.

4. Мотивация, планирование и вера

Желать, Планировать, Осмеливаться, Побеждать – таким должен быть ваш жизненный девиз, ваша главная и обобщенная жизненная позиция. Для человека, который знает свою задачу и работает над ней, его личное будущее не таит неожиданностей. Условием для этого, если посмотреть в зеркало самопознания, является преодоление свойственного нам комплекса неполноценности. Вряд ли можно встретить людей, у которых бы не было комплекса неполноценности. Но многие люди не готовы сознаться в нем, которые прячут свои комплексы и тем самым ухудшают собственную жизненную ситуацию. Вы можете сделать выводы, насколько важны наши упражнения: благодаря им, вы растете как личность, развивается способность самосовершенствования, умение масштабно мыслить. Совершенно автоматически повышается творческая способность, и открываются новые двери в будущее. Совершите как-нибудь прогулку по своей памяти. Можете ли вы припомнить четыре ситуации из своей жизни, с которыми вы справились только благодаря оптимизму и вере? Запишите их кратко. Вам может также помочь следующее упражнение. Подумайте об очень негативной ситуации, о неудаче, случившейся в вашей жизни, и затем представьте себе, как бы вы реагировали на нее, как бы вы действовали, если бы были больше уверены в себе. Мы охотно принимаем вывод Паскаля: "Прошлое и настоящее – это наше средство, только будущее – наша цель". Оптимизму родственны такие понятия, как "шанс, надежда, ожидание, вера, радость жизни, доверие к жизни, убежденность, утверждение жизни, радостное настроение, мужество, вера в добро, предвосхищение успеха, вера в прогресс, розовые очки, солнце в сердце". Каждое из этих понятий – и вы это сами чувствуете – содержит положительное внушение. Человека отличает от животного принцип будущего: животное живет только здесь и сегодня. Лисица, например, будет в будущем рыть себе нору точно так же, как и 150 лет тому назад. Человек же может измениться. Поэтому так важен для нас первый принцип раскрытия личности:

Только человек обладает способностью сознательно обдумывать, планировать и осуществлять свои замыслы. Только он может целенаправленно влиять на себя самого, а значит, на свою судьбу и будущее, обеспечивая личностный рост и оздоровление духа.

Если существует Бог и если он создал мир и сотворил по своему подобию человека, то он положил нам в колыбель частицу своих творческих способностей. Человек может в отличие от животного быть творцом своего будущего. Это не только важная, но и волнующая и вдохновляющая мысль.

Что принесет мне будущее?

Что принесет мне моя профессия?

Что принесет мне мое партнерство?

Всем известно изречение: "Вера сдвигает горы". Но вот как прийти к такой вере, которая сдвигает горы?

Мы должны разработать идеальный образ, совершенный образ своего партнерства, своей профессиональной деятельности, своего здоровья! Наберитесь мужества и разработайте действительно идеальное представление о различных сторонах своей жизни. Мы не будем впадать в заблуждение, что действительно могли бы достичь этого идеала. Нет, но мы стремимся к высшему, чтобы добиться возможного. Кто не стремится к идеалам, постоянно остается ниже уровня собственных возможностей. Кто не стремится сделать

ВСЕ и НЕМЕДЛЕННО рискует не сделать никогда и ничего.

Хочу ли я раздарить, растратить свою свободу?

Хочу ли я отступить от своих шансов?

Хочу ли я с пользой тратить свое время?

Что я хочу увидеть?

Что я могу обусловить, чему могу дать начало?

С кем я хочу познакомиться?

Какую пользу я хочу принести?

Вероятно, самое важное – это самоменеджмент. И мужчина, и женщина должны взять свою жизнь в свои руки и самостоятельно организовать и устроить свое будущее. Спросите себя, какую роль вы играете в жизни? Являетесь ли вы штурманом, пассажиром, запасным колесом или помехой? Самоменеджмент означает быть штурманом, капитаном. Вы имеете право выбора, вы сами можете решить, что вы сделаете из каждого часа, каждой минуты своей жизни. У вас будет достаточно времени, если вы только захотите его правильно распланировать. Контроль за использованием своего времени – это самодисциплина. Планируйте свое будущее и живите согласно своему плану.

5. Управление собой

Трудность самоменеджмента заключается не в организации, а в правильном ответе на важнейшие жизненные вопросы: В чем смысл моей жизни? Имеет ли моя жизнь смысл? Имело ли мое прошлое смысл? Если вы принадлежите к тем людям, которые посчитают, что эти вопросы имеют сугубо эгоистичный характер, то вы, разумеется, можете эти важнейшие жизненные вопросы сформулировать иначе: Каково намерение Бога в отношении меня? Какие задачи ставит Он передо мной, чтобы я выполнял их ко всеобщему удовлетворению? Уклонялся ли я в прошлом от выполнения этих задач?

Человек, живущий с сознанием того, что все, что он делает, бессмысленно, автоматически обретает комплекс неполноценности. Но человек, который осознает то, что все, что он делает, имеет смысл и ценность, автоматически обретает чувство собственной значимости; он нашел свою середину, свой центр. Установите же, что мешает вам лучше использовать свое время?

Напишите к каждому из следующих вопросов, по меньшей мере, пять окончаний.

1. У меня слишком мало времени, потому что...
2. У меня было бы больше времени, если бы...
3. Я расходую слишком много времени понапрасну, потому что...
4. Я слишком мало могу влиять на планирование своего времени, потому что...

Вероятно, теперь вы сможете распознать те внутренние препятствия, которые мешают оптимальной самоорганизации, а значит выступают преградой вашему личностному росту и оздоровлению, избавлению от комплексов.. Вопросы о смысле жизни и об оптимизме неотделимы друг от друга. Кто верит в будущее, выигрывает настоящее. И наша судьба складывается под воздействием двух сил: любви и веры. Любовь означает любовь к своим задачам, к своим целям, к семье, к обществу, в котором мы живем. К любви добавляется вера. Вера в то, что можно добиться поставленных целей; вера в собственные способности, вера в силу, собственную силу. Если мы думаем о власти веры и осознаем, что вера может сдвинуть горы, то мы должны также понимать и осознавать, что бывает не только положительная, но и отрицательная вера. Только если мы это уясним, мы поймем, почему в жизни многих людей все идет вкривь и вкось. Негативная вера, которая тоже может сворачивать горы, всегда начинается с убеждения, выраженного словами "если бы".

- Если бы у меня были лучшие родители...
- Если бы у меня были лучшие учителя...
- Если бы у меня было лучшее образование...
- Если бы у меня был лучший партнер...
- Если бы я был способнее и умнее...
- Если бы я жил в большом городе...
- Если бы я был знаком с нужными людьми...
- Если бы окружающие не действовали так на нервы...
- Если бы у меня было достаточно смелости...
- Если бы мне удалось скопить немного денег...
- Если бы были лучшие времена...
- Если бы мне была дана возможность.

Если человек руководствуется такими убеждениями, жизнь его должна представляться адом. И с помощью своего усердия он может еще ухудшить свое положение.

По окончании серии занятий, периодически возвращайтесь к материалу этих пяти разделов программы сопровождения.

3.3.3. Модуль 3. "Метамотивация, высшие ценности и личностный рост – метапатологии и духовно-нравственные недуги"

Практические занятия в УТГ с диагностикой и дискуссией

Тема: Высшие ценности, метамотивация и личностный рост

Знакомство с перечнем высших ценностей, управляющих оптимальным личностным ростом и духовно-нравственным оздоровлением. Выполнение диагностического упражнения по оценке собственной мотивации роста и оздоровления. Просмотрите список характеристик ценностей и мотивов людей, метамотивированных на личностный рост и духовное здоровье. По нижеприведенной шкале оцените каждое из приведенных суждений.

Таблица 2 – Шкала оценки метамотивации личностного роста и духовно-нравственного оздоровления

7 всегда	6 очень часто	5 часто	4 иногда	3 редко	2 очень редко	1 никогда
-------------	---------------------	------------	-------------	------------	---------------------	--------------

На основе количественных критериев уровней по результатам измерения оцените собственную мотивацию личностного роста и стремления к духовному оздоровлению себя.

38 – 103 - низкий уровень (уровневый балл 1),

104 – 191 - средний уровень (уровневый балл 2),

192 – 266 - высокий уровень (уровневый балл 3).

Метамотивация личностного роста (по А.Г. Маслоу)

Ниже описаны характеристики ценностей и мотивов людей метамотивированных на личностный рост:

1. Испытывают радость от достижения справедливости.
2. Радуются прекращению жестокости и эксплуатации.
3. Борются с ложью и неправдой.
4. Радуются, если добродетель вознаграждается. вознаграждалась.
5. Счастливы хорошему концу, хорошему завершению.
6. Не выносят, когда побеждает зло и порок, и им невыносимо думать, что другие могут мириться с этим.
7. Они хороши в наказании зла.
8. Они стараются починить вещи, исправить плохую ситуацию.
9. Им доставляет удовольствие хорошо делать свое дело.
10. Им нравится поддерживать и хвалить хорошее начинание, талант, добродетель.
11. Они бегут от популярности, славы, почестей, известности, не стремятся к ним. Эти вещи не важны для них.
12. Они не добиваются всеобщей любви.
13. Они, как правило, разборчивы в мотивах, и этих мотивов немного; их не так легко заставить сделать что-нибудь при помощи рекламы, за компанию или уговорами.
14. Им ближе мир, спокойствие, тишина, удобство, им не нравятся беспорядок, борьба, война и т.п.
15. Они скорее практичны, трезвы и реалистичны в жизни, нежели непрактичны.
16. Им нравится быть эффективными.

17. Если они вступают в борьбу, то ими движет не враждебность, а служение порядку, она вызвана какой-то проблемой.

18. Им каким-то образом удается любить мир таким, как он есть, и в то же время стремиться улучшить его.

19. Несмотря ни на что, считают, что люди, природа и общество могут быть улучшены.

20. Они трезво смотрят как на добро, так и на зло.

21. Они азартны в работе.

22. Возможность поправить неудачно сложившуюся ситуацию уже сама по себе является для них большой наградой. Им доставляет удовольствие исправлять ситуации.

23. Им нравится иметь детей и помогать им стать хорошими взрослыми.

24. Они не стремятся и почти равнодушны к лести, аплодисментам, популярности, статусу, престижу, деньгам, почестям и т.п.

25. Они умеют чувствовать благодарность судьбе за удачу, или по крайней мере всегда осознают ее.

26. Им присуща ответственность хозяина, терпеливого и терпимого; отцовский взгляд на окружающих.

27. Их привлекают тайны, нерешенные проблемы; неведомое скорее возбуждает их, нежели пугает.

28. Им нравится приносить закон и порядок в хаос или беспорядочность, или в ситуацию утраты моральных ориентиров.

29. Они ненавидят коррупцию, жестокость, злобу, нечестность, напыщенность, фальш, мошенничество (и борются с ними).

30. Они стремятся избавиться от иллюзий, мужественно смотреть фактам в лицо. Их искренне огорчает, когда они видят, что талант пропадает зря.

31. Они не совершают низких поступков и недовольны, когда другие совершают их.

32. Они считают, что каждому человеку нужно предоставить возможность развить свои способности, что все люди должны иметь равное право на самореализацию.

33. Им нравится хорошо работать, делать хорошую работу, делать то, что должно быть сделано. Обычно они говорят об этом, когда рассуждают о достижении мастерства.

34. Им нравится наблюдать, как растут личностно другие люди, особенно молодые, и помогать им в этом.

35. Им нравится смотреть на счастливого человека и способствовать его счастью.

36. Им нравится брать на себя ответственность (за дело, которое они могут сделать хорошо), они не боятся и не избегают ответственности. Ответственность возбуждает их.

37. Они все как один считают свою работу очень важной, стоящей, зачастую даже самой нужной.

38. Им нравится совершенствоваться, они стремятся к большей эффективности, точности, компактности, простоте, быстроте, к снижению затрат, к изяществу, большей надежности, безопасности.

Обсуждение проведенной работы. Сообщение о впечатлениях и возникших планах относительно самовоспитания с учетом приведенных характеристик самоактуализирующихся людей. Расскажите о каком-либо известном вам человеке (реальном знакомом или литературном персонаже), который в основном соответствует этому описанию. Что вам известно из биографии этого человека? Как он проходил свое жизненное поприще, какие трудности ему пришлось преодолеть? Были ли на этом пути ошибки, провалы, конфликты, проблемы, трудные ситуации? Что помогало ему их преодолевать?

Тема: Метапатологии, духовный голод и нравственные недуги

Знакомство со списком характеристик людей, жизнью которых управляют только базовые потребности, для которых характерна депривация высших ценностей, или

метапотребностей. А. Маслоу называет их "болезнями" и отмечает, что болезни, о которых идет речь, новы и практически не описаны с точки зрения патологии. Это "болезни личности", духовно-нравственные недуги.

Можно встретить упоминания о них в работах В. Франкла, можно встретить упоминания о подобных недугах в трудах религиозных деятелей, историков и философов разных эпох и культур, но они рассматривали это, скорее, как духовную или религиозную ущербность, нежели "болезнь" с точки зрения психиатрии, психологии или биологии, они не говорили о задержках развития или недочеловечности

А. Маслоу называет их "болезнями", которые сродни социологическими политическим уродствам, социальным патологиям и тому подобным явлениям. Он называет их метапатологиями и считает их последствием депривации высших ценностей.

Общие метапатологии (по А.Г. Маслоу)

1. Отчужденность.
2. Несправедливость.
3. Агедонизм.
4. Утрата вкуса к жизни.
5. Бессмысленность.
6. Неспособность радоваться. Безразличие.
7. Скука, тоска.
8. Утрата ценности и значимости жизни.
9. Экзистенциальный вакуум.
10. Ноогенные неврозы.
11. Философский кризис.
12. Апатия, покорность, фатализм.
13. Тотальное отсутствие ценностей.
14. Десакрализация жизни.
15. Духовные болезни и кризисы: сухость, бесплодность, банальность.
16. Аксиологическая депрессия.
17. Стремление к смерти; отказ от жизни. Смерть незначима.
18. Чувство бесполезности, ненужности, незначительности. Невозможность добиться результата.
19. Безнадежность, апатия, пораженчество, прекращение сопротивления, капитуляция.
20. Чувство предначертанности и обусловленности. Бессилие. Утрата свободы воли.
21. Генерализованное сомнение. Стоить ли хоть что-нибудь усилий? Имеет ли хоть что-нибудь значение?
22. Отчаяние, страдание.
23. Безрадостность.
24. Тщетность.
25. Цинизм; неверие ни во что, утрата веры или редуцированное объяснение всех высших ценностей.
26. Мета-жалобы.
27. Бесцельная деструктивность, протесты, вандализм.
28. Отчуждение от старших, от родителей, власти, от любого общества.

Воспользуйтесь той же шкалой оценок, что и в предыдущем упражнении, оцените каждый пункт по шкале от 1 до 7, а затем подсчитайте общую сумму и оцените уровень своего "духовного нездоровья" по ниже приведенным критериям.

Таблица 3 – Шкала оценки метапатологий личности и духовно-нравственного нездоровья

7	6	5	4	3	2	1
---	---	---	---	---	---	---

всегда	очень часто	часто	иногда	редко	очень редко	никогда
--------	----------------	-------	--------	-------	----------------	---------

На основе количественных критериев уровней по результатам измерения оцените собственную мотивацию личностного роста и стремления к духовному оздоровлению себя.

28 – 75 - низкий уровень (уровневый балл 1),

76 – 139 - средний уровень (уровневый балл 2),

140 – 196 - высокий уровень (уровневый балл 3).

Обсуждение проведенной работы. Сообщение о впечатлениях и возникших планах м переживаниях относительно самовоспитания, перевоспитания и преодоления выявленных духовных недугов с учетом приведенных характеристик. Расскажите о каком-либо известном вам человеке (реальном знакомом или литературном персонаже), который в основном соответствует этому описанию. Что вам известно из биографии этого человека? Как он проходил свое жизненное поприще, какие события или факты этой жизни были причиной его личностных трудностей, как он пытался их преодолеть? Насколько это удавалось или не удавалось? Как думаете, почему? Какие намерения и планы выработались у вас лично в процессе этой работы?. Обмен мнениями и дискуссия.

Ценностно-смысловой тренинг

Занятие "Свобода как ценность"

Цель занятия: изучение условий внутренней свободы личности как главного фактора ее независимости от различных влияний окружающей действительности, личностного роста и духовной устойчивости. Формы проведения: краткое лекционное введение, дискуссии и упражнения.

Информационный материал к занятию

Внутренне свободную личность отличает высокая степень согласованности ее внутреннего мира. Ей не свойственно испытывать длительное психологическое неблагополучие и неудовлетворенность собой. Она чаще пребывает в состоянии равновесия, спокойствия и уверенности в своих силах. Она в больше степени проявляет в отношениях искренность, непосредственность, прямоту, настойчивость, напористость в достижении цели.

Давайте подумаем, что чувствует внутренне свободный человек.

Участникам предлагается выдвигать варианты поведения и отношения такой личности, на основе которого составляется перечень проявлений:

- удовлетворение от того, что ты способен держать себя в руках;
- удовлетворение от того, что ты способен не идти на поводу у своих эмоций или минутной слабости;
- ощущает состояние легкости, непринужденности, эмоционального подъема, гармонии с миром;
- независимость в мыслях, чувствах, поступках;
- способность быть самим собой в любых ситуациях.

Давайте подумаем и попробуем перечислить, в каких ситуациях чаще всего ощущается внутренняя свобода. Участники выдвигают предложения, на основе которых разрабатывается список таких условий:

- внутренняя свобода чаще всего ощущается человеком, когда хочется на время забыть о своих проблемах и полностью отдать внимание чему-то интересному и важному (собеседнику, произведению искусства, красоте пейзажа и т.п.);
- когда надо признаться самому себе в совершенной ошибке или принять (осознать) неожиданное чувство, возникшее к кому-нибудь или к чему-либо;
- когда хочется внутренне отстраниться от компании людей или от ситуации, в которой вынужден находиться;
- когда нужно принять важное решение;

– когда необходимо преодолеть в себе какой-либо соблазн или сиюминутное желание;

– когда на тебя оказывают психологическое давление или критикуют.

Участникам предлагается рассмотреть приведенные перечни и вспомнить конкретные ситуации из жизни, когда им не хватало этой внутренней свободы, и они были вынуждены подчиняться обстоятельствам. Что вы при этом чувствовали? Непосредственно, находясь в ситуации? После того, как она завершилась? Спустя некоторое время?

Упражнение "Отношение к жизненным ситуациям"

В жизни всегда складываются многообразные ситуации, и далеко не все из них благоприятны для нас или вызывают у нас положительное отношение. Из всех возможных типов отношений к таким ситуациям можно выделить два противоположных по своему содержанию и ценности.

Ниже прочтите высказывания, выражающие отношения к жизненным ситуациям. Эти высказывания – только выражение отношения, а не описания самих ситуаций. В них зафиксировано то, как бы вы отреагировали на ту или иную ситуацию. Чтобы точнее сделать свой выбор, вначале представьте какую-либо конкретную ситуацию вашей жизни. Расскажите о ней или кратко опишите ее. Затем проанализируйте в соответствии с заданием.

Задание: Сопоставьте приведенные варианты отношения к жизненным ситуациям, выраженные высказываниями в двух колонках таблицы.

Таблица 4 – Типы отношения к жизненным ситуациям

Я найду для этого время	Мне неоткуда взять для этого время
Мне надо изучить этот вопрос	Об этом никому ничего не известно
Постараюсь, чтобы на этот раз у меня все получилось	Я еще этого никогда не делал, без опыта ничего сделать невозможно
Со мной все в порядке, но я могу стать лучше	Я не хуже других
Я выразился недостаточно ясно	Вы меня неправильно поняли
Я допустил ошибку и исправлю ее	Это не моя вина
Видимо, мы по-разному смотрим на эту проблему	Я останусь при своем мнении

Как вы полагаете, чем именно различаются личностные позиции в том и другом случае? Внимательно изучите приведенные описания и попробуйте назвать, какого типа личность стоит за высказываниями в левой и в правой колонках.

После такого обсуждения, можно сообщить участникам мнение психологов по этому вопросу:

Психологи утверждают, что высказывания в левой колонке характерны для тех, кто хочет быть победителем, и идет по пути достижения успеха и позитивного разрешения жизненных проблем. Высказывания в правой колонке характерны для тех, кто принял позицию неудачника, причем, главные причины будущих неудач – в нем самом.

3.3.4. Модуль 4. "Духовность и модусы жизнедеятельности"

В содержании программы данного модуля предусмотрены:

1) Знакомство с типологией модусов жизнедеятельности: обладания, власти, собственных достижений, служения и их сравнительный анализ с использованием материалов раздела 1.3.4. первой главы и приведенных там рисунков-иллюстраций. Дискуссия по этим материалам с использованием примеров действительного служения людям и его благотворного влияния на личностный рост о духовное оздоровление человека.

2) Обсуждение биографических материалов о жизни и деятельности Агнес Боярджиу – Матери Терезы – Лауреата Нобелевской премии Мира, Серафима Саровского

– русского духовного целителя и святого старца; святого доктора Фридриха Гааза – московского врача и благотворителя Федора Петровича Гааза. В текстах, заданиях и упражнениях использованы материалы о жизни и профессиональной деятельности выдающихся врачей, общественных деятелей, являющихся примером подлинного служения людям, бескорыстного, высоко духовного и нравственного подвига во имя высоких и благородных целей.

Эти материалы приведены в приложении к диссертации.

3.3.5. Модуль 5. "Значимость "Я", личностный рост и здоровье"

Этот раздел психолого-педагогической работы направлен на развитие умений и способностей правильно отражать собственную личность и поведение, умения оценивать и осознавать свою значимость, что является важным аспектом личностного роста и духовно-нравственного здоровья.

Упражнение "Представление о себе."

Реальная и идеальная самость"

Ниже приводится список прилагательных, выбранных как возможные различные личностные характеристики. Разделите лист на четыре колонки, в левой напишите столбиком прилагательные, в остальных трех колонках делайте соответствующие пометки. В первой отметьте те характеристики, которые применимы к вам. Эти характеристики должны отражать то, каким вы знаете себя, независимо от того, характеризует ли так вас кто-нибудь еще. В следующей колонке, "как другие видят меня", отметьте те качества, которые, как вам кажется, указали бы люди, вас знающие. В последней колонке, "идеальная самость", отметьте те качества, которые описывают вас в наилучшем виде. Помните, что речь идет о вашей идеальной самости, а не о намалеванном святом, с которым вы не могли бы отождествиться.

Список прилагательных

Бодрый, упорный, шумный, ответственный, витающий в облаках, беспокойный, требовательный, чванливый, искренний, честный, возбудимый, незрелый, смелый, жалеющий себя, честолюбивый, спокойный, индивидуалистичный, серьезный, дружелюбный, зрелый, артистичный, умный, забавный, идеалистичный, понимающий, теплый, расслабленный, чувствительный, сексапильный, активный, милый, эгоистичный, пронизательный, нежный, самоуверенный.

Предполагается, что никто из нас не является таким, как описывают эти прилагательные, все время, так что не волнуйтесь по поводу того, что, назвав себя бодрым, вы не всегда бодры.

Теперь вы можете обвести кружком те прилагательные, где возникает определенное расхождение между столбцами. Это возможные моменты неконгруэнтности в вашей жизни. Конгруэнтность рассматривается К.Роджерсом в качестве одного из важнейших показателей личностного здоровья и условия личностного роста и развития. Не так уж важно, много ли найдется таких строчек. Мало кто из тех, кто проделал это упражнение, оказались целиком конгруэнтными.

Таблица 5 – Бланк упражнения "Представление о себе"

1	2	3	4
Прилагательные	Реальная самость	Как другие видят меня	Идеальная самость

Если вы хотите, можете продолжать это упражнение. Вы можете работать небольшими группами, обсуждая свои несоответствия, или вы можете завести дневник, отмечая в нем то, что с ними связано. В качестве аудитор-ной работы можно разыграть в ролях любую из трех колонок, чтобы посмотреть, как вы будете чувствовать себя в одной из выявившихся структур самости, получившейся в результате самооценок.

Цель этого упражнения состоит в том, чтобы помочь вам осознать природу самости, как описывает ее Карл Роджерс, лучше понять собственную значимость. Хотя он не выделяет специально самость, как ее видят другие, мы ввели эту колонку для прояснения идеи конгруэнтности в повседневной жизни, в обеспечении личностного роста и духовно-нравственного здоровья.

Упражнения для повышения уровня значимости "Я"

Упражнение "Активный Александр"

Данное упражнение активизирует у участников ценностное отношение к себе, понимание наиболее важных своих особенностей, способность отражать и выражать их публично.

Содержание упражнения:

Первый участник говорит следующую фразу: "Привет, я – Гениальный Григорий", потом обращается к другому участнику (любому, кроме соседей справа и слева): "А ты кто?" Тот, к кому обратились, отвечает: "Привет, Гениальный Григорий, я – Доброжелательная Даша". И обращается к следующему с аналогичным выступлением.

Время от времени тренер прерывает цепочку представлений, указывая на кого-то из уже представившихся участников и спрашивая: "А это кто?" И группа должна хором ответить: "Это Ехидная Елизавета".

Игра продолжается до тех пор, пока каждый из участников не представится, и его имя хотя бы один раз не будет озвучено сводным хором.

Сопровождаемые эпитетами, имена запоминаются лучше, так как связь между обликом человека и его именем становится более образной и индивидуализированной; даже если в группе два человека с одинаковыми именами, их уже не спутают. Кроме того, снижается вероятность переноса, когда человек с тем или иным именем вызывает ассоциации со своим тезкой из прошлого опыта кого-то из участников.

Ведущему группы стоит подстраховаться и держать в голове несколько вариантов эпитетов для каждой буквы алфавита на тот случай, если кто-то из участников будет испытывать затруднения в подборе характеризующего его слова или в группе окажется несколько человек с именами на одну и ту же букву. Для облегчения выполнения задания можно предложить участникам использовать как свое полное имя, так и сокращенные его варианты; если даже в этом случае уместный эпитет подобрать не удастся, можно использовать первую букву фамилии.

Помимо облегчения запоминания имен участников группы, это упражнение нацелено и на активизацию их личностной динамики, усиление их рефлексии, оценки себя и своей значимости, зафиксированной в имени, а также на обеспечение большей вовлеченности в работу, поскольку для каждого человека его собственное имя – очень сильный стимул.

Примерный краткий перечень характеристик для каждой буквы алфавита.

А — активный, азартный, амбициозный, авантюрист, альтруист.

Б — бодрый, быстрый, боевой, башковитый, благонадежный.

В — возвышенный, великолепный, веселый, величественный, всезнающий.

Г — громкий, грозный, грациозный, говорливый, гордый.

Д — деловой, добрый, дружелюбный, динамичный, доминирующий.

Е — едкий, егоза, ершистый, естественный, ехидный.

Ж — живой, жизнерадостный, жадный, жгучий, жесткий.

З — заводной, зазорный, задумчивый, здравомыслящий, знающий.

И — ироничный, инициативный, интеллектуальный, интуитивный, импровизатор.

К — красивый, коммуникабельный, красноречивый, колоритный, коллективист.

Л — любвеобильный, ласковый, лидирующий, легкомысленный, лиричный.

М — мужественный, молчаливый, мудрый, максималист, минималист.

Н — надежный, настойчивый, нежный, необъяснимый, насмешливый.

О — общительный, ответственный, обаятельный, отзывчивый, осторожный.
 П — прямой, прямодушный, плавный, позитивный, покладистый.
 Р — рассудительный, расточительный, рачительный, рискованный, разговорчивый.
 С — сознательный, сосредоточенный, сангвиник, свободолюбивый, сострадательный.

Т — трудолюбивый, тактичный, творческий, требовательный, терпеливый.

У — упрямый, упорный, умный, усердный, уязвимый.

Ф — философский, флегматичный, феноменальный, фантазер, филантроп.

Х — холерик, харизматичный, хладнокровный, хлебосольный, хозяйственный.

Ц — целеустремленный, цепкий, цельный, церемонный, цивилизованный.

Ч — честный, честолюбивый, чемпион, чинный, чувствительный.

Ш — широкий, шумный, шустрый, шаловливый, шутник.

Щ — щедрый, щепетильный, щеголь.

Э — экстравагантный, эксклюзивный, экспрессивный, экономный, эрудированный.

Ю — юморист, юный, юркий, юла.

Я — язвительный, яркий, яростный.

Упражнение "Аплодисменты".

Это упражнение, хотя и кажется, на первый взгляд, развлекательным мероприятием, имеет более глубокий смысл, поскольку выявляет и активизирует некоторые ценностные отношения личности к окружающим людям, к самому себе, позволяют проверить свою адекватность.

Содержание упражнения:

Участники сидят или стоят в кругу. По желанию один из участников выходит в центр круга, а остальные начинают ему бурно аплодировать. Аплодисменты продолжаются столько, сколько этого захочется стоящему в центре круга. Когда он решает, что ему достаточно внимания, он благодарит группу (тем способом, который выберет он сам, — говорит "спасибо", кланяется, делает реверанс, пожимает каждому руку и т. д.) и возвращается в круг. После этого место в центре круга занимает следующий участник. Процедура продолжается до тех пор, пока есть желающие выйти в круг. В хорошо работающей группе обычно каждому хочется получить свою порцию почитания в кругу. Однако может случиться, что кто-то окажется слишком стеснительным. В такой ситуации тренеру стоит предложить этому участнику все же выйти в центр круга за аплодисментами; вполне возможно, что мягкого приглашения от тренера будет достаточно, чтобы человек на это решился. Если и это не сработает, можно предложить группе наградить этого человека "специальной" овацией: участник остается на своем месте в окружности, а находящиеся рядом с ним члены группы просто разворачиваются к нему. Если смущающихся участников двое, можно предложить им выйти в круг вместе.

Это упражнение может стать частью ритуала завершения каждого очередного занятия или дня занятий, если тренинг проводится в течение нескольких дней. Тренеру его ход может предоставить дополнительную диагностическую информацию. Как реагирует группа на отказ участника выходить в центр круга: не обращает внимания или поощряет занять это место? Меняется ли последовательность выхода участников в круг? Меняется ли продолжительность овации для одного и того же человека в разные периоды? А общая продолжительность овации? Ответы на эти и другие вопросы могут оказаться полезными для тренера, анализирующего структуру взаимоотношений в группе, атмосферу к концу занятия, индивидуальную динамику личностного роста и психологического здоровья членов группы.

3.3.6. Модуль 6. "Преграды личностному росту и духовному оздоровлению личности"

Семинар по теме: "Преграды личностному росту: комплекс Ионы" Каждый из нас имеет тягу к улучшению самого себя, стремление к актуализации своих возможностей, к самоактуализации, или тенденцию к во-человечиванию, или к осуществлению своей

человечности – называйте это как хотите. Но если это так, то что вас сдерживает? Что мешает нам?

Давайте остановимся на одном из защитных механизмов, или одной из преград личностному росту, который называется "Комплекс Ионы". В каждом из нас есть нереализованные или нераскрытые возможности. Ясно, что многие из нас уклоняются от пути, предназначенного нам. Мы пытаемся избежать ответственности, которую возлагает на нас наша жизнь, ее обстоятельства или требования. Как библейский герой Иона тщетно пытался избежать своей миссии пророка в Ниневии. Так и мы подобно Ионе часто пытаемся избегать своего предназначения и терять имеющиеся возможности.

Чтобы проверить, так ли это, давайте ответим на вопросы:

– Кто из вас, сидящих сейчас в этой аудитории, желает или надеется написать великий роман?

– Стать министром, губернатором, президентом?

– Есть ли кто-нибудь, кто хотел бы стать генеральным секретарем Организации Объединенных Наций?

– Или великим композитором?

– Кто из вас мечтал стать безукоризненным до святости как , например А Швейцер?

– Есть ли кто-нибудь, кто надеется внести заметный вклад в историю человечества?

– Кто из вас полагает, что когда-либо станет лауреатом Нобелевской премии в какой-то области науки или премии Мира?

Обычно при таких вопросах в аудитории смущенно хихикают, пожимают плечам и краснеют. Тогда еще вопрос:

– А если не вы, то кто?

– А что за великую книгу пишет каждый из вас втайне от других?

– Ах, вы ничего не пишете, и не собираетесь писать?

– А вы собираетесь стать педагогом или психологом, профессионалом филологом или лингвистом?

– Собираемся!

– Тогда, вероятно, вы хотите быть безголосым, скромным и невидным специалистом, не собираетесь быть выдающимся профессионалом своего дела? Какой в этом смысл? Это не самый лучший путь к самоактуализации и личностному росту и развитию. Нет-нет, вы должны стремиться стать самым лучшим, выдающимся педагогом, психологом, лингвистом в самом лучшем значении этих слов, стать гораздо лучше, чем вы можете себе представить. Если же вы намеренно стремитесь стать меньшим, чем можете стать, тогда я должен вас предупредить, что вы будете глубоко несчастным всю свою жизнь. Вы не реализуете свои возможности, вы похороните свои таланты. Знаете ли вы, что такое талант в его изначальном значении. Это мера денег (Начальный капитал), равная почти 50 килограммам золота. Неплохой начальный капитал, на котором можно построить очень хороший "бизнес-план" своего развития. Самое интересное и главное состоит в том, что талант (по крайней мере, хотя бы один) дан каждому человеку Творцом. Кому-то дано три, кому-то пять. Но у каждого, абсолютно у каждого есть хотя бы один, а это очень не мало. А кому больше дано, с того больше и спросится. Талант в переносном смысле это те потенциальные возможности, которые заложены в вас, и за реализацию, развитие и использование которых на вас, именно на вас возложена ответственность развивать и использовать, использовать и развивать, преумножать и расти.

Послушайте притчу-сон: "Встречает одна женщина на рынке Бога, который стоит за прилавком.

– Господи, – говорит она, – это Ты?

– Да, это Я.

– Чем ты торгуешь, Господи?

– Всем, что тебе надо.

- И почему твои товары?
- Все бесплатно.
- Тогда, – говорит женщина, – Дай мне, пожалуйста, много денег, хорошее крепкое здоровье, хорошую профессию, большую любовь, доброго мужа, счастливую семью...
- Хорошо, – говорит Бог, достает из-под прилавка небольшой кулек, и подает женщине. – Вот, пожалуйста, здесь все, что ты просишь.
- И это все?!
- Да-да, здесь абсолютно все просимое, но Я даю только семена".

Далее идет обсуждение и дискуссия. Сопровождается чтением главы "Комплекс Ионы" из книги А.Г. Маслоу "Дальние пределы человеческой психики" [141, с. 47-52].

Семинар по теме "Преграды личностному росту". Как преодолеть?

Цель: Ознакомление с факторами, выступающими внутренними преградами для личностного роста, преодоления зависимости и духовно-нравственного оздоровления личности. В данном лекционно-дискуссионном занятии участникам предлагается знакомство с описаниями преград личностному росту по материалам работ Уильяма Джеймса. В теоретической части занятия участникам представляется кратко описанная ниже информация. В дискуссионной части организуется обсуждение этого материала и анализ личных примеров.

Информационный материал к занятию

Уильям Джеймс следующим образом анализирует внутренние препятствия личностному росту. Давайте посмотрим, какие из них выступают преградами для нас.

Дурные привычки. Наиболее очевидное и наиболее преобладающее препятствие росту в нашей повседневной жизни – это наши дурные привычки. Это те силы, которые задерживают наше развитие и ограничивают наше счастье. Джеймс отмечал также, что у нас есть дурная привычка не замечать остальных дурных привычек, игнорировать их или попустительствовать им.

Примером могут быть тучные люди, не замечающие какие порции они съедают, или плохие студенты, которые постоянно забывают, когда им надосдавать работы или готовиться к экзаменам. Мы – создание привычек; большая часть нашей деятельности состоит из действий, которые мы совершаем с минимальным осознанием. Многие из наших привычек не только не способствуют нашему благополучию, но прямо вредят ему. Давайте обсудим этот материал. Приведите примеры дурных привычек, препятствующих вашему собственному личностному росту. Можете делать это, используя вымышленные персоналии.

Невыраженные эмоции. Задолго до современной психотерапии Уильям Джеймс полагал, что блокирование эмоций и накапливание их ведет к эмоциональному заболеванию. Он полагал, что нет необходимости выражать сильные эмоции, если это может нанести вред себе или другим. Но необходимо найти им какой-то выход. Причем выражать "благородные чувства" также необходимо как и враждебные. Если кто-то ощущает в себе смелость, благородство, сострадание, эти чувства должны быть переведены в действия, а не увянуть без пользы.

Обсудите эту информацию. Какие чувства она у вас вызывает? Как их можно реализовать? Расскажите случаи из своей жизни, когда невыраженные чувства принесли вам какие-то неприятности. **Ошибки преувеличения.** Обычно считают одни характеристики людей хорошими, другие плохими. Мы говорим, что любить – добродетель, а не любить – порок. Джеймс полагал, что такая простая дихотомия действительна только для умеренных проявлений чувства. Преувеличенная любовь становится стремлением к обладанию и владению. Преувеличенная лояльность – фанатизмом. Преувеличенная забота – сентиментальностью. Каждая добродетель, если она принимает преувеличенные формы, приносит вред своему обладателю.

Давайте обсудим этот материал. Давайте заметим, что преувеличенное пристрастие к чему-либо делает человека несвободным, зависимым, что наносит ему явный вред. Приведите примеры преувеличенных добродетелей из своей жизни и жизни близких.

Личная слепота. В одной работе, которую сам Джеймс особенно любил, он описывает определенную слепоту, неспособность понять другого человека. Наша неспособность сознавать свою слепоту – основной источник наших неприятностей с другими людьми. Когда мы предполагаем, что можем решать за других, что для них хорошо, что плохо, или чему их следует научить, или что им нужно, мы впадаем в ошибку. Наша слепота по отношению друг к другу – лишь одно из проявлений более глубокой слепоты – слепоты к внутреннему видению реальности.

"Суждение наблюдателя всегда упускает корень вещей, не соответствует их истине. Человек, о котором судят, знает часть мира или реальности, которую судящий наблюдатель не видит, судимый знает больше, а судящий меньше об этом..." (Джеймс В. Беседы с учителями и другие очерки). Другие проявления слепоты – неспособность выражать чувства, отсутствие меры, ведущее к преувеличениям, попустительство собственным дурным привычкам, которые ограничивают сознание и сопротивляются искоренению.

Давайте обсудим эту информацию. Что вы можете сказать о собственном "зрении"? Можете ли привести ваши наблюдения относительно проявлений описанной слепоты.

3.3.7. Модуль 7. "Личностная рефлексия"

В содержании программы этого модуля предусмотрены следующие занятия, задания и упражнения. Предварительная работа в этом модуле состоит в прохождении тестирования самооценки по методике С. Будасси и уровня уверенности в себе по методике А.М. Прихожан, описанным во второй главе.

В процессе всей работы по этому блоку подготовки систематически также осуществляется обсуждение в индивидуальном порядке, а в некоторых случаях при согласии отдельных испытуемых коллективное обсуждение результатов тестирования по любой из диагностических процедур методики диагностического исследования, описанного во второй главе. Такое обсуждение, особенно в сравнительном плане при сопоставлении результатов диагностики до и после проведения соответствующей психолого-педагогической формирующей работы, является наиболее эффективным способом оптимизации рефлексивной сферы личности, которая рассматривается нами как важнейший фактор личностного роста и духовно-нравственного оздоровления, усиления конгруэнтности личности и оптимизации Я-концепции.

Помимо этой основной работы в данном блоке осуществляется работа по следующим направлениям.

Отработка типов уверенного поведения

Далее можно провести ролевые игры и упражнения на отработку трех основных типов уверенного поведения.

1. Защитный тип уверенности

Он описывается как социально приемлемое и умелое блокирование или защита от попыток других людей навязать вам свои цели либо вмешаться в ваши действия. Например, вы стоите в очереди в железнодорожную кассу, и вдруг неизвестный гражданин становится впереди вас. Примером защитной уверенности в подобной ситуации является социально приемлемая попытка восстановить свое право, то есть вы можете сказать:

– Извините, но сейчас моя очередь. (Участники группы делают несколько проб, разыгрывая подобные ситуации).

Другой пример: человек просит приятеля оказать ему услугу – срочно вернуть его книги в библиотеку, что мешает собственным планам приятеля на этот день. В данной ситуации проявлением защитной уверенности может являться следующий ответ;

– Извини, но у меня сейчас тоже нет времени, чтобы сходить в библиотеку. Если не можешь сделать это сам, попроси кого-нибудь, кто не занят. (Делаются пробы на эту и подобные ситуации).

Следует отметить, что именно с понятием защитной уверенности связано определение уверенного поведения как отстаивания своих прав.

2. Следующий тип уверенного поведения – уверенность в выражении похвалы, одобрения – соотносится со способностью выражать такие положительные чувства, как признательность, симпатия, восхищение, благодарность. Примеры одобрительного уверенного поведения:

- У тебя очень красивое платье.
- Это было здорово сказано!
- Ты мне нравишься.
- Ты очень ловко с этим справился!

Выполняется отработка этого типа уверенного поведения в нескольких пробах.

3. Третий тип уверенного поведения определяется как уверенность в высказывании просьбы. Этот тип уверенности имеет место, когда кто-либо просит других способствовать удовлетворению его нужд или достижению его целей. Просьба не должна нарушать прав других, только в этом случае поведение можно квалифицировать как уверенное. Участникам предлагается проработать поведение в виде разыгрывания подобных ситуаций. После упражнений и проб, а также и по ходу их выполнения организуется обсуждение, в том числе предлагаются самоотчеты выполнявших пробы о своих переживаниях, ощущениях и успехах.

Обычно потребность в отработке уверенного поведения достаточно выражена у многих участников тренинга. Скорее всего, занятия по этой тематике стоит продолжить. Предлагается еще несколько заданий для отработки в форме ролевых игр.

4. Минимальная эффективная реакция

Это поведение, направленное на достижение цели с минимальным выражением негативных эмоций (и поэтому с небольшой вероятностью негативных последствий).

Пример ситуаций:

Вы ждали друга, который опоздал на полчаса. Он ничего не объясняет и не извиняется.

– Я уже начал (а) беспокоиться, что случилось? (глядя на часы).

Ваш друг часто перебивает вас в разговоре,

– Может быть, ты не замечаешь этого, но мне иногда неприятно оттого, что ты меня перебиваешь (с дружеской улыбкой).

Участники продумывают и разыгрывают ситуации такого рода. В большинстве случаев уверенные реакции \того тина достаточно эффективны, но иногда они вызывают агрессивный ответ или просто не встречают никакого отклика. Каждый участник тренинга должен быть готов к такому развитию игры.

5. Дефицит "одобрительной" уверенности

Это неумение выразить положительные чувства. Групповые упражнения, например такие, как "обмен комплиментами", помогают развить эти навыки.

Член группы обращается к другому участнику с комплиментом в его адрес:

– Мне нравится твоя улыбка. Она у тебя просто замечательная!

Слушающий позитивно принимает комплимент:

– "Спасибо, мне приятно это слышать".

Следует поупражняться в отработке ситуаций этого типа с последующим обсуждением результатов.

6. Ситуация "Заигранная пластинка"

Это спокойное напоминание о том, чего вы хотите, снова и снова. Упражнение учит настойчивости, а также тому, что вы не обязаны объяснять причины своих желаний. Оно помогает не раздражаться заранее. Это одно из самых полезных упражнений.

Достижимый эффект: вы научитесь чувствовать себя комфортно, игнорируя попытки манипулирования вами, взывания к логике. Вы настойчиво продвигаетесь к желаемой цели. Участники группы делают пробы на этот тип ситуации.