

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ПСИХОЛОГОВ В ПРОЦЕССЕ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

МУСУРАЛИЕВА Л.Ч.

Кыргызский национальный университет им. Ж.Баласагына

УДК 152.59

В системе высшего профессионального образования в нашей республике все больше внимания уделяется вопросам всестороннего обеспечения процесса подготовки профессиональных кадров, которая направлена на всестороннее личностно-профессиональное развитие будущих специалистов. Одной из составных частей этого обеспечения выступает социально-психологическая работа непосредственно в вузе, направленная на создание социально-психологических условий для эффективного обучения и воспитания будущих профессионалов, формирование и улучшение морально-психологического климата в студенческих коллективах, организацию психологической помощи и психологического просвещения студентов, преподавателей и других субъектов образовательного процесса. В современной практике оформились такие виды психологической помощи, как психологическая терапия, психологическая коррекция и психологическое консультирование. Анализ специфики студенческого контингента и возникающих у студентов психологических трудностей показывает, что в качестве наиболее приемлемой формы психологической помощи может быть рассмотрено психологическое консультирование. Таким образом, предметом нашего исследования является индивидуальное психологическое консультирование как средство совершенствования процесса личностно-профессионального развития студентов. Личностно-профессиональное развитие обучаемых в вузе, их направленность на овладение избранной профессией обусловлены проявлением разнообразных переживаний, вызванных воздействием факторов объективного и субъективного порядка. Преодолению отрицательных влияний переживаний на осознание, психологическое состояние, поведение и действия студентов способствует индивидуальное психологическое консультирование. Его эффективность определяется правильным выбором и использованием психоконсультационных средств, методов и процедур как компонентов системной технологии индивидуального психологического консультирования, организационно-методическим обеспечением и активным участием в нем всех субъектов образовательного процесса. С этой целью у нас при кафедре оборудован кабинет психолога для проведения индивидуальных консультаций, а также для проведения небольших групп и занятий (максимум на 13 чел. вместе с психологом). Кабинет очень красивый, уютный, создана подходящая атмосфера и хорошая энергетика. Подбор оборудования и мебели осуществлялся в соответствии с направлениями работы психолога.

Консультативное пространство оснащено журнальным столиком и креслами.

Игровое пространство включает стеллажи и полки, небольшой ковер, небольшой стол.

Организационно-планирующее пространство кабинета оснащается письменным столом, стеллажом и шкафом для книг и картотек.

В наличии имеются картотеки:

- психологической литературы;
- игр и упражнений для развития и коррекции познавательной сферы;
- стимульного материала к диагностическим методикам в работе с клиентом;
- стимульного материала к диагностическим методикам;
- бланки и анкеты тестов.

Такой перечень материалов способствует использованию психологом широкого спектра терапевтических техник: игротерапии, сказкотерапии, изотерапии и др. Выбор приоритетного направления зависит от профессиональных предпочтений специалиста. Трудности неосознаваемо – поведенческого компонента могут быть преодолены средствами глубинной психологии и бихевиорально ориентированного консультирования. Затруднения в сознательно - деятельностных проявлениях преодолеваются приемами гуманистической психологии и рациональной психотерапии. Проблемы в духовно-практической составляющей могут быть преодолены за счет обращения к идеям логотерапии.

Вся мебель новая, оригинальная, легко передвигается для создания нужного тренингового пространства. Беседы в кабинете психолога «тет-а-тет» дают возможность посетителю расслабиться, раскрепоститься и свободно говорить на щекотливые темы. В рамках беседы специалист помогает сформировать четкий запрос – что конкретно хочет изменить клиент, чего добиться, после чего работает на изменение ситуации. Одним из важных аспектов деятельности психолога является забота о психоэмоциональном состоянии студентов. В целях снятия напряжения организуются «релаксационные паузы» для студентов, педагогов и, по желанию, других сотрудников. Для этого в комнате имеется мягкая удобная мебель, ткани теплых тонов, окна имеют темные шторы, пол покрыт мягким ковром. Дополнительно можно использовать фито-или ароматерапию. Здесь также есть видеоаппаратура, телевизор, компьютер.

Психолог работает с клиентом, предлагая ему тесты, наблюдает и выделяет перечень задач, которые требуется решить на дальнейших визитах. Время постановки диагноза зависит от открытости клиента, готовности к откровенному разговору.

Методы выбираются в индивидуальном порядке. Задача психолога – на основе первых консультаций определить подходящий способ работы (групповые сеансы, личные встречи в кабинете) и назначить терапию. Обязательное условие - активное участие самого клиента.

Минимальное количество сеансов – 8-10, больше половины из них приходятся на этапы предварительных консультаций и диагностики.

Динамика психологического состояния студентов в процессе обучения в вузах может быть рассмотрена как процесс психологического становления, детерминированный внешними факторами становления личности: образом жизни, учебной и профессиональной деятельностью, социально-психологической общностью, и выражающийся в изменениях неосознаваемо - поведенческой, сознательно - деятельностной и духовно-практической активности студента составляющей. Данная структура психологического становления наиболее полно отвечает задаче оказания психологической помощи. Ведущими факторами, оказывающими значимое влияние на процесс психологического становления студентов, выступают: возникновение внутренней конфликтности, самообвинения, изменение показателей самоуверенности и самооценности. Динамика психологического становления обусловлена тем, что при накоплении неопределенности в деятельности студента происходит актуализация смысловых структур отношения «человек – будущая профессия». Снятие конфликтности приводит к уменьшению смыслового расстояния между Я и требованиями учебно-профессиональной деятельности. Результатом данного процесса выступает перестройка Я субъекта деятельности, становление средств и способов регуляции учебной деятельности.

Психологическое консультирование является относительно новой областью психологии. Оно весьма распространено в странах с высоким уровнем развития экономики. Появление психологического консультирования связано с общественной необходимостью в психологических услугах – многие люди, не имеющие клинических нарушений, нуждаются в психологической помощи. Они могут испытывать трудности в повседневной жизни: проблемы на работе, неурядицы в семье, проблемы в установлении межличностных контактов, недостаток аутоэмпатии и т.п. В нашей стране сейчас многие

категории людей нуждаются, прежде всего, в социально-экономической помощи – это безработные, инвалиды, др. А те, кто способен заплатить за психологические услуги, обращаются к представителям «окультурной психотерапии», которые стремятся заработать любой ценой. Многие из них экспериментируют на людях, и это чаще всего приводит к трагическому результату. Причины обращения людей к таким «специалистам» кроются в низкой психологической культуре клиентов, отсутствии просветительской работы. Таким образом, в нашей стране необходимо формировать рынок психологических услуг, а это невозможно осуществить без разработки и внедрения моделей профессиональной подготовки психологов. Клиентами профессионала психолога являются психически нормальные люди, способные потенциально к проявлению ответственности за свою индивидуальность. Позиция равенства и партнерства дает клиентам возможность активно и продуктивно работать наравне с психологом, что помогает стать независимыми, ответственными, способными самостоятельно решать свои психологические проблемы. При этом влияние личности практического психолога на клиентов намного сильнее, чем его профессиональные знания и умения. Его личность становится для них: моделью психологически здоровой личности; катализатором самопознания, изменения и совершенствования другого человека, одним из средств психологического воздействия. При этом нельзя исключать воздействие личности клиентов на самого психолога. Взаимное влияние субъектов приводит к их «со-развитию», «со-личностному росту». Психологическое консультирование может быть использовано в качестве средства личностного развития психологов в процессе их профессиональной подготовки. Вместе с этим опыт деятельности в данной области пока еще недостаточен, а теоретические обсуждения немногочисленны. Не разработана модель психологического консультирования по личностному развитию будущих психологов, не выявлены условия, обеспечивающие оптимизацию данного процесса. Не определены приемы, методы, техники, которые дают эффективный результат в практике этого вида консультирования. Все это позволяет считать исследование актуальным и в теоретическом, и в практическом отношении. Одна из основных тенденций в подготовке практических психологов связана с растущей ценностью личности самого специалиста. Его обучение строится через систему практик, в которой уделяется большое внимание личностному развитию. Психологическое консультирование может быть использовано в качестве средства личностного развития психологов в процессе их профессиональной подготовки. Вместе с этим опыт деятельности в данной области пока еще недостаточен.

В задачу нашего исследования входило:

1. Систематизировать теоретические представления о психологическом консультировании: его содержании, основных методах и возможностях его применения как средства личностного развития.

2. Выявить условия, обеспечивающие оптимизацию применения модели психологического консультирования по личностному развитию в процессе профессиональной подготовки практических психологов.

Теоретико-методологическую основу нашего исследования составляют концептуальные положения психологической науки: о единстве развития и обучения (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.), о достижении вершинных точек в профессиональном и личностном развитии (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, А.А. Деркач, В.Г. За-зыкин, Е.Н. Богданов и др.), о творческой активности личности в социально-психологическом обучении (Л.П. Буева, Ю.Н. Емельянов, Л.А. Петровская, Г.И. Марасанов; И.В. Вачков; Н.В. Самоукина и др.), положения гуманистической психологии, касающиеся проблем саморазвития и самопознания личности (А. Маслоу, К. Роджерс и др.).

Методы используемые в нашей работе следующие: в целях изучения ситуации востребованности психологического консультирования, как метода оказания психологической помощи студентам использовались такие методы, как анкетирование,

опросы, тестирование. Для проведения исследования воздействия индивидуального психологического консультирования на морально-психологическое психологическое состояние обучаемых применялись констатирующий и формирующий эксперименты, включенное наблюдение, диагностическое интервью. Эффективность оказания психологической помощи определялась с помощью тестирования, анализа результатов учебной деятельности, метода экспертных оценок.

Экспериментальная работа и анализ исследовательских данных проводились на базе факультета социально-гуманитарных наук КНУ им. Ж.Баласагына, где создан кабинет практического психолога. В исследовании принимали участие студенты 5 курса.

Проведенный теоретический анализ проблемы показал, что личностное развитие является системообразующим условием становления профессиональной деятельности психолога. Теоретическое обобщение работ по проблеме психологического консультирования позволяет определить, что личностное развитие человека составляет одну из универсальных целей психологического консультирования. Личностное развитие включает искоренение имеющихся у человека недостатков (самокоррекция) и сохранение, углубление его достоинств (личностный рост). Результатом личностного развития является самореализация, которая способствует обретению человеком определенных психологических свойств и качеств, являющихся основными компонентами психологической культуры специалиста. Психологическая культура дает возможность человеку находить решение собственных психологических проблем (делать осознанный выбор и нести за него ответственность) и помогать в этом другим людям.

В качестве средства личностного развития психологов в процессе их профессиональной подготовки может быть использована модель ПКЛР (психологического консультирования по личностному развитию), как специальным образом организованного процесса общения психологического консультанта и клиента (клиентов), нацеленного на развитие психологической культуры клиента (клиентов). Целью данного вида консультирования является развитие у будущих психологов знаний и умений оказания психологической помощи себе и другим людям. К основным составляющим модели ПКЛР относятся: индивидуальная психологическая помощь, групповая психологическая помощь, психодиагностическое обеспечение процесса консультирования. Критерии эффективности процесса ПКЛР раскрывают качественные изменения, происходящие в личности будущего специалиста, от усиления внимания к собственным потребностям, переживаниям и мыслям до обретения потенциала для оказания психологической помощи другим людям.

Уточненное представление о сущности и содержании индивидуального психологического консультирования обучаемых вузов, как процесса психологической помощи, направленного на актуализацию структур «Я - концепции» для преодоления противоречий между обобщенным образом профессионала и личностным восприятием процесса профессионального развития и деятельности в ее различных проявлениях: как определенного образа жизни, как деятельности по реализации учебно-профессиональных задач, как процесса приобщения к особому виду духовной практики. Оно направлено на: создание психологических условий, располагающих студента к принятию ответственности за свою деятельность и реализацию ее смысла; конструктивное перераспределение напряжений, превращение деструктивных внутренних конфликтов и переживаний в конструктивные; помощь обучаемому в обретении своего истинного, «духовного Я», готовности принять на себя социальную ответственность.

Результатом процесса консультирования выступает стабилизация аутентичности личности обучаемого за счет изменений в когнитивной (новые знания, навыки, умения), мотивационной (изменения в составе, иерархии и доминировании различных мотивов, возрастание длительности и перспективности служебной мотивации) и поведенческой (построение планов и перспектив по изменению действий и отношений) сферах личности.

В качестве основных критериев продуктивности индивидуального психологического консультирования выступают: комфортность психологического состояния, позитивные изменения в готовности и подготовленности обучаемых и в целом уровня их личностно-профессионального развития; морально-психологического климата в коллективе; оптимальность организации индивидуального психологического консультирования в вузе.

Выявленные индивидуальные особенности морально-психологического состояния обучаемого, по которым требуется индивидуальное психологическое консультирование, проявляется как трехмерное пространство самореализации студента: 1) неосознаваемые поведенческие проявления жизнедеятельности студента, включающие реализацию установок и привычек, следование правилам и нормам повседневной жизни и требованиям профессии; 2) сознательно -деятельностная активность, направленная на решение учебно-профессиональных задач, освоение социальной роли будущего профессионала и связанная с проявлением творческой активности и самостоятельности в выборе целей и способов их достижения; 3) духовно-практическая активность, направленная на постижение смысловой стороны происходящих в жизни субъекта событий, освоение духовного опыта и традиций общества, выработку жизненной позиции гражданина. Интегративным фактором морально-психологического состояния выступает самосознание обучаемого.

Обработка экспериментального материала и интерпретация полученных результатов показывают, что в ходе индивидуального психологического консультирования происходят значимые изменения психологических показателей личностно-профессионального развития студентов. В частности, проявляется усиление идентификации с социальными нормами и снижении склонности к риску, активизируется мыслительная переработка личностно значимой информации, возрастает эмоциональная открытость, свобода поведения, снижается эмоциональная напряженность и повышаются степени свободы воображения. Вместе с тем обостряется психологическая защита участников консультирования, что свидетельствует о личностной значимости для них результатов психотерапевтического воздействия. В качестве общей тенденции психологического становления студентов – участников психологического консультирования выступает стремление к персонализации, повышению энергетического потенциала «эго» на фоне одновременной идентификации с группой.

Дальнейшее распространение и использование результатов экспериментального исследования предполагает системное видение проблем высшей профессиональной школы. Центральным является вопрос о совершенствовании подготовки профессиональных психологов к осуществлению психологического консультирования, для решения которого разработан и апробирован примерный план проведения профессионального тренинга, «Техника психологического консультирования», который опирается на основные принципы «психотехнической теории».

Совершенствование педагогического взаимодействия преподавателей и студентов вузов в интересах психологического консультирования может быть реализовано посредством гуманизации процесса преподавания, индивидуализации воспитательной работы, совершенствования педагогического общения

В заключении можно сказать, что сравнительный анализ теоретических подходов к проблеме индивидуального психологического консультирования, имеющихся в, отечественной и зарубежной психологии, позволяет отметить, что данный процесс рассматривается как неотъемлемая часть психологической помощи. Концептуальными средствами, обеспечивающими наиболее адекватное решение данной проблемы, выступают: глубинная психология – психоанализ, индивидуальная психология, аналитическая психология, транзактный анализ и др.; бихевиоральное направление - социальное научение, тренинг социальной компетентности; самообучение; когнитивная терапия; рационально-эмоциональная терапия и др.; гуманистическое направление - гештальттерапия, групповая терапия, логотерапия, психодрама. В отечественной

психологии накоплен ценный материал, свидетельствующий о значимости духовного фактора и роли внешнего специализированного воздействия для его укрепления. Основным источником такой духовной помощи длительное время рассматривалась религия. В современных условиях проблема психологической помощи рассматривается в контексте психологической работы, направленной на укрепление психологического здоровья и повышение личностно-профессионального развития.

Сравнительный анализ основных таких понятий как психотерапия, психокоррекция, не врачебная психотерапия, психологическое консультирование позволил уточнить содержание индивидуально психологического консультирования как самостоятельного вида психологической помощи. Индивидуальное консультирование направлено на создание психологических условий, располагающих клиента к принятию ответственности за свою деятельность и реализацию ее смысла; конструктивное перераспределение напряжений, превращение деструктивных внутренних конфликтов и переживаний в конструктивные; помощь в обретении своего истинного, «духовного Я», готовности принять на себя социальную ответственность. Основным средством воздействия психолога в ходе консультирования выступает определенным образом организованный диалог, направленный на урегулирование эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа (проблемы межличностных отношений, эмоциональные внутри личностные конфликты и переживания, проблемы социализации, выбора профессии, создания семьи и т.д.).

Психологическое и личностно-профессиональное развитие студентов может быть рассмотрено как значимый элемент духовной сферы, выражающий готовность и способность будущих профессионалов к выполнению своего долга. Психологическая структура психологического и личностно-профессионального развития представляет собой трехмерное пространство самореализации студента, образуемое следующими составляющими: 1) неосознаваемо – поведенческие проявления жизнедеятельности студента, включающие реализацию установок и привычек, следование правилам и нормам повседневной жизни и требованиям учебных коллективов; 2) сознательно - деятельностная активность, направленная на решение учебно-профессиональных задач, освоение социальной роли профессионала и связанная с проявлением творческой активности и самостоятельности в выборе целей и способов их достижения; 3) духовно-практическая активность, направленная на постижение смысловой стороны происходящих в жизни субъекта событий, освоение духовного опыта и традиций народа, выработку жизненной позиции гражданина и будущего специалиста.

Проведенное исследование показало, что индивидуальное психологическое консультирование студентов выступает значимым фактором совершенствования основных показателей личностно-профессионального развития молодых людей. Главными направлениями личностных изменений служили: поведенческий, когнитивный и экзистенциально-семантический. Результаты психологического воздействия проявлялись в усилении идентификации с социальными нормами и снижении склонности к риску. У большинства студентов активизируется мыслительная переработка личностно значимой информации, возрастает эмоциональная открытость, свобода поведения, снижается эмоциональная напряженность и повышаются степени свободы воображения. В качестве общей тенденции психологического становления студентов – участников психологического консультирования выступает стабилизация аутентичности личности студента за счет изменений в когнитивной (новые знания, навыки, умения по достижению целей деятельности), мотивационной (изменения в составе, иерархии и доминировании различных мотивов, возрастание длительности и перспективности служебной мотивации) и поведенческой (построение планов и перспектив по изменению действий и отношений) сферах личности.

Основными направлениями расширения возможностей психологического консультирования в интересах оптимизации психологического и личностно-

профессионального развития студентов выступают системные преобразования в сфере психологической работы вузов, направленные на изменение места и роли психологической помощи в структуре и содержании учебной и воспитательной работы. Основными факторами оптимизации выступают нормативные, кадровые и методологические изменения в реализации психологической работы. В рамках вуза изменения должны быть направлены на обеспечение взаимодействия психолога с представителями группы профотбора в интересах мониторинга психологического становления студентов. Педагогическое взаимодействие преподавателей и студентов должно быть направлено на гуманизацию преподавания, усиление индивидуально-воспитательной составляющей в процессе педагогического общения.

Разработка системы психологической помощи обучающимся должна опираться на принципы и методы личностно-профессионального развития. Развивая положения по психологическому и личностно-профессиональному развитию, можно говорить, о необходимости и возможности разработки системы психологического сопровождения процесса становления профессиональной деятельности у студентов и педагогов как составной части психологической работы. В качестве основных организационных элементов данной структуры может быть рассмотрено целенаправленное взаимодействие органов управления, научно-исследовательских учреждений, системы переподготовки кадров психологов.

Литература:

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. - Екатеринбург: «Деловая книга», 1998. – 368 с.
2. Абульханова-Славская К.А. Личностная регуляция времени//Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб: Изд-во «Питер», 2000. – С.279-297.
3. Гизатуллина Д.Я. Личностный рост и самодиагностика в профессиональной подготовке будущих учителей // Прикладная психология. – 2000. – № 3. – С. 39-45.
4. Коростылева Л. А. Проблема самореализации личности в системе наук о человеке. – СПб., 1997
5. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии/Под ред. М.К. Тулушкиной. СПб.: Изд-во «Дидактика Плюс», 1999. – 352 с.
6. Юпитов А.В. Проблематика и особенности психологического консультирования в вузе // Вопросы психологии. –1995. – №4. – С.49-55.