

КОМПЛЕКСНА ПРОГРАМА СПРИЯННЯ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

Соколюк А. О.

ВНЗ Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Анотація. У статті запропонована комплексна тренінгова програма психологічного сприяння самодетермінації професійного становлення студентів ВНЗ. Викладено ключові ідеї самодетермінації професійного становлення особистості. Програма ґрунтується на ідеї розбудови ціннісно-смиислового простору особистості, сприятливого для інтеріоризації цінностей саморозвитку та самореалізації.

Ключові слова: освітнє середовище, самодетермінація, самореалізація, професійне становлення, тренінгова програма.

Постановка проблеми. Проблема професійного становлення особистості у ВНЗ є важливим етапом професійної соціалізації особистості, який глибоко пов'язаний із процесами її саморозвитку та подальшої самореалізації. Реалізація ідей гуманістичної парадигми в освіті призвели до переосмислення цілей навчання у ВНЗ та висування на перший план проблему формування цінностей розвитку особистості майбутнього фахівця – суб'єкта професіогенезу.

Можливість суб'єктної регуляції життєдіяльності – актуальна психологічна проблема, яка вивчалася в багатьох дослідженнях [1-3] і ґрунтується на виникненні і розвитку смислових утворень особистості, що дають людині свободу від зовнішньої стимуляції і є основою її самодетермінації. Зокрема низкою психологічних досліджень виявлено, що лінії становлення особистості, суб'єкта і системи смислової регуляції активності людини становлять органічну єдність (К. В. Карпінський); розвиток смислової сфери особистості виводить людину на вищий рівень розвитку її як суб'єкта життя (К. О. Абульханова, Л. І. Анциферова), що характеризується якісно новим способом самоорганізації і саморегуляції особистості (А. В. Брушлінський); становлення особистості як суб'єкта життя пов'язується із формуванням життєвих планів (К. О. Абульханова, Є. І. Головаха, О. О. Кронік, Н. А. Логінова та ін.), що охоплюють основні сфери життя і конкретизують його загальний зміст. Саме тому основна увага в психологічній теорії і практиці приділяється формуванню цільового блоку смислової регуляції життєдіяльності, а саме цінностей та ціннісних орієнтацій, провідних мотивів, що задають спрямованість особистості на саморозвиток та самореалізацію.

Вихідні передумови. У світлі означених тенденцій, актуальною стає проблема забезпечення умов формування в освітньому середовищі ВНЗ особистості студента як самодетермінованого суб'єкта свого професійного і життєвого шляху. В свою чергу, потреба в самореалізації особистості як суб'єкта професійного становлення повинна стати наслідком і результатом впровадження комплексної програми ефективних психологічних заходів на ряду із традиційною професійною підготовкою. Іншими словами, освітнє

середовище, побудоване за типом розвиваючої системи, як зазначено в роботі [5] повинно допомагати усвідомлювати та організувати студентам свої дії, управляти процесом свого життя. Для ХХІ сторіччя характерне розуміння, що лише самореалізація особистості є основною метою будь-якого соціального розвитку. Власне ці зміни в суспільній свідомості викликали появу нової парадигми освіти [4], що опирається на підходи й поняття, вироблені сучасною практикою.

Одним із варіантів розв'язання проблеми ми пропонуємо *тренінгову програму психологічного сприяння самодетермінації професійного становлення особистості*, що була розроблена на основі комплексного психологічного дослідження психологічних проблем чинників та умов самодетермінації особистості студентів юридичних спеціальностей ВНЗ, що і є **метою цієї статті**.

Виклад основного змісту. Комплексні програми психологічного супроводу професійної підготовки студентів ВНЗ, насамперед, повинні спрямовуватись [5] на:

1. Гуманізацію взаємин в освітньому середовищі; освітнє середовище повинно мати характер розвиваючого та здоров'язберігаючого, а тому базуватись на цінностях гуманістичного спрямування та ціннісного ставлення до себе – саморозвитку, досягнень, духовного задоволення, креативності.

2. Оптимізацію системи ставлень особистості, центральне місце в якій належить самоприйняттю, самоповазі, самопослідовності (самокерівництву), позитивному ставленню до інших (оточуючих), що сприятиме розвитку адекватності самооцінки, рівню домагань, самоінтересу, саморозумінню, впевненості, наполегливості, цілеспрямованості тощо.

3. Формування цілісності сприйняття подій життєвого шляху, оптимального поєднання минулого, теперішнього та майбутнього в картині життя, усвідомленості життєвих, цілей і перспектив, поєднаності життєвих планів з професійними, професійної ідентичності тощо.

Слід зазначити, що в такому ключі мова не йде про традиційний «психолого-педагогічний супровід навчання студентів», а про *створення освітнього середовища, яке реалізує особливу культуру соціалізації індивідуальності*, що формується і культивується на основі утвердження принципу співвіднесеності можливостей людини та освітнього середовища.

Основні положення програми

Мета програми – сприяння професійному становленню та професійній ідентифікації особистості майбутнього фахівця, через особистісну рефлексію, розвинуте позитивне самоствавлення, усвідомлення власних цілей, смислів, актуалізацію потреби в професійно-особистісній самореалізації, компетентності та самодетермінації.

Завдання тренінгової програми:

1. Активізація потреби особистості в самопізнанні, більш повному і точному уявленню про себе як індивідуальність; розвиток здатності до самоаналізу та рефлексії; формування особистісної рефлексії та рефлексивної

культури особистості; формування та підтримання розвинутого позитивного самоствавлення, за рахунок зрілих стратегій захисту самоствавлення; 2. Активізація механізмів переосмислення себе як субекта взаємодії з оточуючим світом, Іншими;

3. Формування мотивації саморозвитку, як основи самоактуалізації особистості. Осмислення та актуалізація особистісних ресурсів необхідних для саморозвитку, професійного становлення та професійної ідентифікації.;

4. Формування вміння знаходити нові смисли «Я», навички адекватного та ефективного цілепокладання формулювати, аналізувати, усвідомлювати та виділяти ближні та стратегічні життєві цілі та цілі саморозвитку; уміти прогнозувати наслідки та результати власних цілей; формувати вміння визначати та усвідомлювати власні потреби у системі відносин «Я-Світ»;

5. Актуалізація потреби в функціональній автономії та самоефективності особистості, формування навичок самоефективності: самопізнання;

6. Розвиток комунікативних здібностей та навичок міжособистісної взаємодії, здатність аналізувати поведінку інших людей, міжособистісні та професійні ситуації спілкування та себе в них;

7. Розвиток навичок професійної самопрезентації, здатності усвідомлювати себе в професії; освоєння прийомів самокерівництва в професійних ситуаціях та керівництва своїм професійним розвитком; сприяння розвитку мотивації досягнень та успіху;

8. Розвиток навичок саморегуляції власних емоційних станів, поведінки в міжособистісному та професійному спілкуванні, навичок подолання деструктивних тенденцій професійного розвитку.

Теоретична основа програми. В основу тренінгової програми становлення особистості майбутнього фахівця покладені принципи гуманістичного підходу в психології; концепції самодетермінації (Е. Десі, Р. Райана) [7]; теорії самоефективності (Бандура); позитивного підходу до функціонування особистості (М. Селігман, М. Чіксентміхайі); клієнт-центрованого підходу К. Роджерса; теорії особистісного потенціалу Д.О. Леонтьєва [2]; концепції професійного становлення студентів у ВНЗ Е. Ф. Зеєра [1]; системного підходу до особистості.

Спираючись на зазначені теоретичні підходи до проблеми професійного становлення особистості майбутнього фахівця в психології, власне емпіричне дослідження, ми поклали в основу побудови тренінгової програми наступні *принципи*:

1. Принцип цілісного усвідомлення власного «Я». Даний принцип реалізується в програмі за рахунок залучення до роботи в тренінгу особистості в цілому, що викликає зміни в самоорганізації та самосприйнятті людини; та за рахунок рефлексії одержуваної інформації після проведених вправ, в ході виконання індивідуальних та групових завдань, по завершенню кожного заняття. 2. Принцип створення максимальної безбечності особистісним змінам. Дотримання принципу сприяє самоусвідомленню, саморозкриттю та

самопрезентації особистості. Досягається за рахунок вироблення та прийняття кожною групою певних правил в тренінгу, наданням позитивного зворотнього зв'язку учасниками та ведучим тренінгу, суб'єкт-суб'єктною взаємодією та спілкуванням в групі.

3. Принцип виходу із зони комфорту та відкритості новому досвіду. Дотримання даного принципу сприяє збільшенню напруги та спрямовує мотивацію особистості на саморозвиток, самоусвідомлення, пошук нових стимулів, стилів поведінки, нових засобів досягнення цілей, самореалізацію.

4. Принцип проблемно-сислового поля. Сприяє організації тренінгового простору з урахуванням реальних протиріч, конфліктів які існують в життєвому досвіді учасників тренінгу.

5. Принцип актуальності стимулу. Навчання та формування є ефективними, якщо їх предмет є актуальним для особистості. Даний принцип реалізується в тренінговій програмі за рахунок постійної рефлексії та виділення учасниками актуальних потреб, цілей, смислів в усіх видах активностей, які пропонуються в тренінгу.

6. Принцип співвіднесення з реальною професійною практикою. Реалізація даного принципу створює можливості для учасників органічно, максимально ефективно здійснити перенос отриманого рефлексивного досвіду в свою майбутню професійну діяльність та життєве поле.

Інструментальне забезпечення тренінгової програми. В програмі були використані наступні методичні засоби та методи:

- Міні інформаційні блоки – короткі (до 15 хв.) інформаційні модулі, в яких в стислій формі (з використанням опорного роздрукованого матеріалу учасникам), ведучий викладав теоретичні положення проблеми з якою працюють на занятті. Дані модулі можуть як передувати практичній роботі над проблемою, так і підводити підсумок проведеної взаємодії, активності в групі чи індивідуально;

- Групові дискусії – обговорення конкретного питання, теми структуроване чи те яке спонтанно виникло, але було актуалізовано темою заняття. Надає можливість учасникам групи обмінюватися думками, судженнями, різними точками зору, власним досвідом та співставляти їх, що сприяє розширенню власного поля досвіду;

- Психотехнічні вправи, направлені на розвиток навичок самоаналізу, поетапного формування рефлексії, як властивості психіки; міжособистісної перцепції, комунікативної взаємодії, позитивного самосприйняття та сприйняття інших; саморозкриття та самопрезентації; розвиток навичок самоефективності, активізацію професійного та особистісного самовизначення; цілепокладання, усвідомлення та знаходження шляхів, засобів реалізації цілей тощо;

- Сюжетно-рольові, ділові ігри та завдання на розвиток навичок побудови та реалізації життєвих планів, рефлексію смислових установок, існуючих цінностей, стратегій поведінки, конфліктних зон, програвання конкретних ситуацій, пов'язаних з майбутньою професією;

Психодраматичні ігри та завдання, які дають можливість розширити власний досвід, знання, поведінку та оволодіти рефлексивним досвідом, шляхом програвання набором ролей, наприклад, таких як: «Я. Яким я себе уявляю», «Я очима іншого», «Інший, яким бачу його Я» тощо;

- Методи арт-терапії (проективне малювання, створення колажу, створення проективного образу, робота з психологічною казкою). Зазначені техніки арт-терапії є формою самовираження особистості, слугують діагностичним матеріалом як ведучому тренінгу, так і самим учасниками. Даний метод дозволяє працювати з неусвідомленими почуттями, бажаннями, цілями, установками, смислами учасників, з конфліктними сторонами та потенціалом особистості;

- Використання метафор та притч. Притчи та метафори ілюструють аспекти духовного розвитку, є засобами формування змістовного контексту в групі, регулювання емоційної атмосфери в тренінгу. Вони виконують наступні функції: «дзеркала» внутрішнього «Я» особистості, відображають конфліктні ситуації та пропонують можливі способи для їх вирішення; функцію збереження досвіду – через образність та зв'язаність з досвідом вони легко запам'ятовуються та допомагають зберегти його; функція опосередкування-історії виконують функції своєрідного буферу, який дозволяє учасникам висловлювати свої думки, життєві принципи, духовні цінності, не дивлячись на те, що вони можуть заважати їм конструктивно долати власні конфлікти;

- «Мозковий штурм» - метод забезпечення генерації ідей в групі. В сумісній роботі група породжує більшу кількість ідей (та більш широкого спектру використання), ніж при індивідуальній роботі тих же людей. Використовується для потенціювання, вироблення нових творчих рішень при обговоренні певних ситуацій, вирішенні поставлених задач, знаходження шляхів розв'язання складних ситуацій, розширення рамок стереотипної поведінки. Використовується як самостійний метод, або як частина групової дискусії, наприклад, у вправах направлених на розвиток навичок групової взаємодії.

Позитивні умови для роботи тренінгової групи створюються за рахунок рефлексії, зняття психологічної напруги, позитивної емоційної атмосфери, довірливих, відкритих, рівноправних стосунків між учасниками та ведучим тренінгу, а також, шляхом вироблення (самими учасниками) та дотримання основних правил поведінки під час тренінгу. До основних *правил роботи* в тренінговій групі ми віднесли:

- активність, яка передбачає включення всіх учасників в роботу групи, прояв їхньої інтелектуальної, емоційної, рухової активності та активне обговорення власних переживань, вражень;

- спілкування та взаємодія по принципу «тут і зараз», які передбачають звернення до теперішнього учасників, обговорення актуальних ситуацій, станів, того, що хвилює учасників саме зараз, обговорення того, що відбувається в групі. Крім того, дотримання даного правила, сприяло тому, що учасники абстрагувалися від зовнішніх подразників під час роботи в групі, що

сприяло розвитку рефлексивних навичок;

- недопустимість безпосередньо оцінок особистості людини (оцінюється не особистість, її якості, а тільки її дії, поведінкові прояви);
- доброзичливість, щирість та довірливість в спілкуванні, під час обговорення вправ, завдань, виявлення сильних сторін особистості;
- конфіденційність особистої інформації, почуттів, переживань, ставлень, думок учасників тренінгової групи, що сприяє створенню атмосфери довіри учасників один до одного, згуртованості групи та формує почуття відповідальності за власні дії.

Тренінгова програма становлення особистості майбутнього фахівця – це особистісно-орієнтований тренінг, особливістю якого є залученість в тренінгову взаємодію особистості в цілому, що викликає зміни в самоорганізації та самосприйнятті особистості, створює можливість організації режиму саморозвитку, самокорекції, самовдосконалення як неперервного процесу.

Розроблена тренінгова програма становлення особистості майбутнього фахівця складається з чотирьох самостійних але логічно взаємопов'язаних блоків, які в цілому відображають структуру самодетермінації особистості:

Блок 1. «Самоствавлення».

Блок 2. «Цілі, смисли, цілісність життєвого шляху».

Блок 3. «Самоефективність особистості».

Блок 4. «Професійна ідентичність майбутнього фахівця».

Компоненти тренінгу об'єднуються в ціле на основі зазначеної структури самодетермінації особистості. Дана тренінгова програма допомагає майбутньому фахівцю працювати в тренінгу одночасно в особистісній площині, емоційних ставлень, поведінки, професійних дій та когнітивній площині.

Кожний блок містить 8 занять – 16 годин (не враховуючи вступне та заключне заняття в кожному блоці). Тривалість одного заняття 2 год, заняття проводились 2 рази на тиждень.

Кількість учасників тренінгової групи 10-12 осіб. Така кількість учасників тренінгової групи створює атмосферу довіри, сприяє формуванню неформальних відкриттів стосунків, дає можливість кожному учаснику бути «почутим» та реалізувати поставлені, на кожному заняття, власні і групові цілі.

Кожне заняття традиційно складалося із трьох частин:

- Вступна (активізуюча) частина. На даній стадії заняття, як правило, відбувалося знайомство учасників з цілями, задачами заняття, формулювання, усвідомлення та вербалізація кожним учасником власних цілей, потреб (в контексті цілей заняття); активізація особистості до подальшої роботи;

- Основна частина. В основній частині учасники тренінгу поетапно працювали у двох планах: внутрішньому та зовнішньому. Реалізовували заплановані завдання заняття, опробували, відпрацьовували та закріплювали навички, уміння, які відображали зміст цілей заняття та тренінгу в цілому; -

Заключна (рефлексивна), в ході якої учасники аналізували та вербалізували власні думки, почуття, емоції, поведінку на конкретному занятті. Виявляли успіхи та труднощі, підводили підсумок конкретній роботі на занятті, аналізували досягнення/недосягнення поставлених власних цілей на конкретному занятті. В разі недосягнення цілей, аналізувалися причини їх не реалізації та можливості подальшої роботи з ними на наступних заняттях.

Висновки.

Комплексна тренінгова програма психологічного сприяння самодетермінації професійного становлення студентів ВНЗ побудована на основі концепції професійного становлення студентів у ВНЗ Е.Ф. Зеєра та виділених ним етапів професійного становлення студентів (етап адаптації студентів, який охоплює перший рік навчання (перший курс); етап інтенсифікації – 2-3 курс навчання; етап професійної ідентифікації – 4-5 курс).

Отже, впровадження програми повинно ґрунтуватись на її поетапній реалізації, що полягає в забезпеченні психологічної безпеки процесу входження особистості в нові соціальні ролі, розвитку особистісних і професійних компетенцій, актуалізації компетенцій самоменеджменту життя як самореалізації.

Реалізація запропонованої програми в нашому дослідженні сприяла запуску психологічних механізмів перетворення ціннісно-сислової та особистісної сфер студентів, що забезпечує умови для появи психологічних новоутворень, які відображають змістовне наповнення мотиваційної системи самодетермінації особистості.

У результаті впровадження програми обґрунтовано значення культивування системи цінностей освітнього середовища, що визначають життєву перспективу, «вектор» саморозвитку особистості, які, будучи відображенням цінностей соціального середовища, впливають на групові норми і цінності, виконуючи функцію регулятора групової згуртованості та активності особистості.

Перспектива подальших досліджень полягає в розробці ефективних психологічних засобів актуалізації зміни позиції студента з об'єкта навчання в активного і свідомого суб'єкта навчально-професійної діяльності та наступної професійної діяльності.

Література

1. Зеєр Э. Ф. Психология профессий / Э.Ф.Зеєр / Учебн. пособие [3-е изд., перераб. и доп.]. – М.: Академический проект, Фонд «Мир», 2006. – 336 с.
2. Леонтьев Д.А. Самореализация и сущностные силы человека / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии [под ред. Д. А. Леонтьева, В.Г.Щур]. – М.: Смысл, 1997. – С. 156-176.
3. Переход к Открытому образовательному пространству. Феноменология образовательных инноваций / Под ред. Г. Н. Прокументовой. – Томск: Томский государственный университет, 2005. – 484 с.
4. Рижак Л. Система освіти в Україні та її перспективи: філософський аналіз / Людмила Рижак // Вісник Львівського університету. Філософські науки. –2004. – Вип. 6. –С. 16–26.

5. Сердюк Л. З. Комплексна програма розвитку мотивації учіння та професійного становлення майбутнього фахівця у ВНЗ / Л. З. Сердюк, О. І. Купреєва // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наук. праць. – № 10 (12). – К.:Університет «Україна», 2013. – С. 205-223. 6. Bandura A. Self-efficacy : the exercise of control / A. Bandura. – N.Y. : W.H.Freeman & Co, 1997. – 286 p.
7. Deci, E. L. Self-determined teaching: opportunities and obstacles / E. L. Deci, T. Kasser, R. M. Ryan ; In J.L. Bess (ed.); Teaching well and liking it. Motivation faculty to teach effectively.– Baltimore and London:The Johns Hopkins University Press.–1997. – P. 57-71.

References transliterated

1. Zeer E. F. Psihologiya professiy / E.F.Zeer / Uchebn. posobie [3-e izd., pererab. i dop.]. – M.: Akademicheskiiy proekt, Fond «Mir», 2006. – 336 s.
2. Leontev D.A. Samorealizatsiya i suschnostnyie silyi cheloveka / D. A. Leontev // Psihologiya s chelovecheskim litsom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetskoy psihologii [pod red. D. A. Leonteva, V.G.Schur]. – M.: Smyisl, 1997. – S. 156-176.
3. Perehod k Otkryitomu obrazovatelnomu prostranstvu. Fenomenologiya obrazovatelnyih innovatsiy / Pod red. G. N. Prozumentovoy. – Tomsk: Tomskiy gosudarstvennyiy universitet, 2005. – 484 s.
4. Rizhak L. Sistema osvIti v Ukrayini ta yiyi perspektivi: fillosofskiy analiz / Lyudmila Rizhak // Visnik Lvivskogo universitetu. Fillosofski nauki. –2004. –Vip. 6. –S. 16–26.
5. Serdyuk L. Z. Kompleksna programa rozvitku motivatsiyi uchinnya ta profesiynogo stanovlennya maybutnogo fahivtsya u VNZ / L. Z. Serdyuk, O. I. Kupreeva // Aktualni problemi navchannya ta viovannya lyudey z osoblivimi potrebami: Zb. nauk. prats. – # 10 (12). – K.:Universitet «Ukrayina», 2013. – S. 205-223.
6. Bandura A. Self-efficacy: the exercise of control / A. Bandura. – N.Y. : W.H.Freeman & Co, 1997. – 286 p.
7. Deci, E. L. Self-determined teaching: opportunities and obstacles / E. L. Deci, T. Kasser, R. M. Ryan ; In J.L. Bess (ed.) ; Teaching well and liking it. Motivation faculty to teach effectively. – Baltimore and London : The Johns Hopkins University Press. –1997. – P. 57-71.

Соколюк А. А. Комплексная программа содействия самодетерминации профессионального становления будущего специалиста. *В статье предложена комплексная тренинговая программа психологического содействия самодетерминации профессионального становления студентов ВУЗа. Изложены ключевые идеи самодетерминации профессионального становления личности. Программа основывается на идее развития ценностно-смыслового пространства личности, благоприятного для интериоризации ценностей саморазвития и самореализации.*

Ключевые слова: образовательная среда, самодетерминация, самореализация, профессиональное становление, тренинговая программа

Sokolyuk A. O. The Complex Program Of Self-Determination's Promoting Of Future Specialists' Professional Development

The complex training program for psychological promoting of students' self-determination of professional development is offers in the article. The key ideas of personality's self-determination of professional development are present. The program is based on the idea of building value-semantic space of personality, which is conducive to internalization of self-development and self-realization values .

Keywords: educational environment, self-determination, self-realization, professional development, training program.