

Педагогическая психология
Психолого-педагогическая технология развития ресурсов
личности студентов «Диалог с жизнью»

Костылева А.А.

Россия, Курганский государственный университет

Аннотация. В статье представлена психолого-педагогическая технология развития ресурсов личности студентов «Диалог с жизнью». Многократная апробация показала ее эффективность как в работе со студентами, так и с другими субъектами педагогического процесса. В статье дается подробное описание технологии, приводится ее программа, указываются методические особенности.

Ключевые слова: психолого-педагогическая технология, ресурсы личности студента, личностный потенциал, потенциал свободы, потенциал ответственности.

Повышение креативности и инновационности студенчества предполагает работу по развитию ресурсов личности студентов. Слово «ресурс» (франц. *ressource* – вспомогательное средство) обозначает средство, к которому обращаются в нужном случае, возможность, к которой прибегают при необходимости. В рамках гуманистического направления, традиционно делающего акцент на конструктивном начале в человеке, под *ресурсами личности студента* уместно понимать все те средства, которые помогают ему самореализоваться в учебно-профессиональной деятельности и жизни в целом.

Для возникновения ресурса как «гаранта» успешности деятельности необходимы две составляющие: некий личностный потенциал, который раскроется в конкретной деятельности, обеспечивая ее успешность и особые условия протекания деятельности, которые актуализируют личностный потенциал, превратив его тем самым в ресурс личности.

Под личностным потенциалом понимается интегральная системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять эффективность деятельности и стабильность смысловых ориентаций на фоне давлений и изменяющихся внешних условий [4].

Личностный потенциал выражает «личностное в личности» и характеризует уровень личностного развития. Слово «потенциал»

подчеркивает неспецифический характер описываемой характеристики. Личностный потенциал может проявляться в разных видах деятельности, он отвечает за способность человека осуществлять эффективную саморегуляцию деятельности вне зависимости от заданных обстоятельств.

Наши исследования показали, что психологическая структура личностного потенциала включает в себя два взаимосвязанных компонента: потенциал свободы и потенциал ответственности. При этом недоразвитие какого-либо потенциала влечет за собой нарушение всей системы саморегуляции деятельности. Низкий потенциал ответственности приводит к тому, что человек не может решиться на выбор и приступить к действию. Низкий потенциал свободы выражается в излишней планомерности и ригидности, личность перестает видеть окружающие его возможности и при достижении цели фиксируется на препятствиях [6].

С нашей точки зрения полноценно актуализированный при взаимодействии с особыми условиями деятельности личностный потенциал, по сути дела, и будет ресурсом личности, который она сможет использовать в дальнейшем для реализации своих тенденций. Поэтому существует возможность развития ресурсов личности студентов через актуализацию их личностного потенциала с помощью специальной психолого-педагогической технологии.

Под психолого-педагогической технологией понимается «определенная система содержания, средств и методов обучения и воспитания, направленных на решение психологических задач» [5, С.10]. Описание представленной в статье технологии выполнено в соответствии со структурой, предложенной Г.К. Селевко [7].

Название технологии: «Диалог с жизнью» – психолого-педагогическая технология развития ресурсов личности.

Целевые ориентации:

Целью технологии «Диалог с жизнью» является развитие ресурсов личности студентов через актуализацию их личностного потенциала. *Общая цель конкретизируется в следующих задачах:*

1. Устранение препятствий на пути актуализации личностного потенциала.
2. Актуализация потенциала свободы.
3. Актуализация потенциала ответственности.

Концептуальная основа

В основе технологии лежат разработанные нами положения о личностном потенциале как факторе развития ресурсов личности [1, 2, 6].

Содержание технологии

Концептуальная основа технологии определяет ее содержание и структуру. Развитие ресурсов личности студентов через актуализацию их личностного потенциала предполагает следующую последовательность работы:

1) Работа по устранению препятствий на пути актуализации личностного потенциала. Ее необходимость обусловлена тем, что работа по развитию личностного потенциала предполагает определенный уровень открытости и субъектности со стороны студента.

2) Работа по актуализации потенциалов свободы и ответственности.

В соответствии с выделенными этапами работы технология включает в себя два блока по 16 часов, всего 32 часа, также имеется не входящий в общий хронометраж четвертый блок, посвященный индивидуальному консультированию.

Процессуальные характеристики (методические особенности)

Психологическим механизмом развитие ресурсов личности является изменение отношения студента к себе и собственной жизни за счет углубляющегося понимания того, что происходит в его жизни, как она создается каждым поступком, действием, чувством. Развитие ресурсов личности педагога достигается за счет полноценной актуализации всех компонентов личностного потенциала.

Форма реализации технологии: тренинг, как метод преднамеренных изменений человека через приобретение, анализ и переоценку им собственного жизненного опыта в процессе группового взаимодействия.

Организационный принцип тренинга. При проведении технологии использовалась четырехфазная циклическая структура тренинга (О.В. Лукьянов, М.В. Долгих, 2010). Тренинг построен таким образом, что после каждого упражнения, соответствующего фазе «внешней работы», проводилась групповая рефлексия. Время интенсивной «внутренней работы», главным образом, наступало в перерывах между занятиями, когда у участников появлялась возможность переосмыслить полученный опыт. Значительное внимание в процессе работы уделялось четвертой фазе, индивидуальным консультациям по запросам участников. Также в начале каждого дня проводилась рефлексия прошлого занятия.

Фазы развития тренинговой группы. Динамика группы, в целом, совпадает с описываемой в литературе. Группа за время своего существования проживает четыре «возрастных» периода: «детство», «молодость», «зрелость», «старость» [3].

Методические средства:

- диагностические процедуры, как средство контроля результативности тренинга;
- информирование, как средство подготовки к выполнению упражнений и анализа ситуаций, возникших по ходу работы группы;
- анализ ситуаций, как средство повышения социальной чувствительности и компетентности в решении трудных жизненных и профессиональных ситуаций;
- групповая дискуссия, как средство коллективного поиска ответов на актуальные вопросы;
- элементы группы экзистенциального опыта, как средство помощи участникам в осознании возможностей и ограничений собственной жизни;
- элементы танатотерапии, как средство работы со страхом смерти;
- элементы телесно-ориентированной психологии, как метод работы с физическим измерением жизненного мира;
- метафорические упражнения, как средство исследования своих выборов, взаимоотношений, жизненных стратегий;
- ролевые упражнения, как средство расширения представлений о себе, отработки новых навыков;
- элементы НЛП, как средство обучения эффективному управлению собственной жизнью;
- деловые игры, как средство развития активной жизненной позиции, коллективного поиска решений.

В тренинге использованы идеи и упражнения Р. Кочюнаса, О.В.Евтихова, В.Ю. Баскакова, Н.В. Куренкова, Т.И. Ахмедова, И.В. Шевцовой, Н.И. Козлова, П.Б. Колесова, О.В. Лукьянова, Е.Р. Калитеевской, И. Ялома, а также авторские разработки и модификации.

Подготовка ведущего тренинга. Личностные особенности и профессиональные компетенции ведущего являются, в определенном смысле, средством развития личностного потенциала участников. В связи с этим, ведущий обязан знать: принципы и теории, являющиеся

концептуальной основой технологии; теории и методы работы с группами, в том числе с группой экзистенциального опыта; свою личность, свои сильные и слабые стороны. Ведущий обязательно должен иметь опыт участия в тренинговых и психотерапевтических группах. Желательно наличие у ведущего навыков тренинговой работы и индивидуального консультирования.

Программно-методическое обеспечение включает программу тренинга, диагностический инструментарий, подробный сценарий тренинга, в котором каждое занятие расписано по схеме: название, цель, содержание занятия, технология выполнения. Технология выполнения каждого упражнения включает в себя: название упражнения; цель в соответствии с задачами технологии и ее концептуальными основами; источник, указывающий на авторство всего упражнения или отдельных идей; организацию и материалы; время выполнения; инструкцию; вопросы для обсуждения; рекомендации ведущему на основе личного опыта [1].

Организация тренинга. Тренинг включает в себя 4 занятия по 8 часов, общее количество часов 32, без учета времени, потраченного на индивидуальное консультирование участников. Занятия проводятся двумя двухдневными интенсивами в соответствии с блоками. Перерыв между интенсивами 1-2 недели. Также возможно проведение всего курса без перерывов. Учебный план тренинга представлен в табл. 1.

Таблица 1.

Учебный план тренинга «Диалог с жизнью»

Блок	Тематика занятий	задачи	Кол-во часов
Блок 1 «Вглядываясь в солнце»	Занятие 1 «Встреча»	знакомство участников друг с другом и ведущим, открытие экзистенциального измерения собственного опыта, встреча с экзистенциалами.	8
	Занятие 2 «Экзистенциальная тревога»	проработка непродуктивных психологических защит от экзистенциальной тревоги.	8
Блок 2 «Кулинария вкусной жизни»	Занятие 3 «Что наша жизнь? Игра!»	развитие осмысленности жизни, автономной каузальной ориентации, жизнестойкости, транситуационного локуса контроля, ориентации на настоящее	8
	Занятие 4 «Вперед и в	развитие толерантности к	8

	сторону»	неопределенности, принятия риска, трансситуационного творчества, настойчивости, целеустремленности, установки на контроль, ориентации на действие.	
ИТОГО:			32 часа

Содержание программы

Блок 1 «Вглядываясь в солнце». Цель – устранение препятствий на пути актуализации личностного потенциала, принятие студентами ответственности за развитие своих ресурсов. В задачи этого блока входит знакомство участников друг с другом и ведущим, открытие экзистенциального измерения собственного опыта, встреча с экзистенциалами, проработка непродуктивных психологических защит от экзистенциальной тревоги. Метафорический смысл названия блока заключается в том, что открытие экзистенциального измерения собственного опыта предполагает неожиданную и, зачастую, болезненную встречу с некоторыми сторонами своей самости, однако такая встреча позволяет более реалистично посмотреть на себя и принять «авторство собственной жизни». Этот блок соответствует, выделенной Дж. Бьюдженталем, аналитической фазе психотерапии. Задача аналитической фазы – раскрытие и устранение сопротивлений, то есть способов, которыми человек стремится избежать экзистенциальной тревоги. Далее следует вторая фаза, задача которой – ввести человека в реальность бытия, в реальность мира, попросту говоря, научить его жить.

Блок 2 «Кулинария вкусной жизни». Цель – актуализация потенциалов свободы и ответственности, приобретение умений эффективного управления собственной жизнью. В задачи блока входит развитие осмысленности жизни, автономной каузальной ориентации, жизнестойкости, трансситуационного локуса контроля, ориентации на настоящее, толерантности к неопределенности, принятия риска, трансситуационного творчества, настойчивости, целеустремленности, установки на контроль, ориентации на действие. Метафора названия заключается в том, что психолог в этом блоке как бы дает «рецепты вкусной жизни», т.е. обучает конкретным техникам эффективного управления собой и собственной судьбой.

Блок 3. Индивидуальное консультирование по запросам участников.

Материально-техническое обеспечение:

- пакет методик диагностики личностного потенциала;
- музыкальный центр;
- коврики на каждого участника;
- песочные часы или часы с секундной стрелкой.

Проведем анализ предлагаемой технологии по основным критериям технологичности, выделенным Г.К. Селевко: системность (комплексность, целостность), научность (концептуальность, развивающий характер), структурированность (иерархичность, логичность, алгоритмичность, преемственность, вариативность), процессуальность (управляемость, инструментальность, диагностичность, прогнозируемость, результативность, оптимальность, воспроизводимость).

Системность. Технология является целостной, т.е. представляет собой единство компонентов на основе общей цели – развития ресурсов личности студентов; и концептуальной основы – концепции личностного потенциала. Все компоненты технологии связаны между собой. О комплексном характере технологии свидетельствует разноплановость стоящих перед психологом задач: психотерапевтических, развивающих, просветительских и многообразие используемых методических средств.

Научность. Данная технология предлагает научно обоснованное решение проблемы развития ресурсов личности студентов. В основе технологии лежат современные психологические концепции.

Структурированность. Технология обладает иерархичностью, т.е. каждый компонент может быть одновременно и подсистемой данной технологии и сам включать в себя другую систему. Технология «Диалог с жизнью» имеет четкую внутреннюю структуру, устойчивость и надежность которой обусловлена наличием концептуальной основы и подробных алгоритмов реализации всех звеньев. Все компоненты технологии преемственно связаны. Так, блок «Вглядываясь в солнце», решая психотерапевтические задачи, дает возможность в следующем блоке осуществлять работу по актуализации личностного потенциала студентов, которая была бы бесполезна без принятия студентами ответственности за свою жизнь. Технология обладает вариативностью и гибкостью и может быть модифицирована в зависимости от условий реализации.

Процессуальность. (управляемость, инструментальность, диагностичность, прогнозируемость, эффективность, оптимальность, воспроизводимость). Технология обладает всеми характеристиками

процессуальности. Управляемость технологии достигается наличием диагностического целеполагания, планирования, возможностью варьировать применяемые методы, постоянной обратной связью с участниками: в начале, в конце занятия и после каждого упражнения проводится групповая рефлексия, между занятиями – индивидуальные консультации. Технология снабжена комплексом учебно-методических материалов (методики диагностики, программа и сценарий тренинга), что обеспечивает ее инструментальность. Диагностичность технологии выражается в диагностически сформулированных целях, в возможности получать информацию о ходе процесса, в возможности мониторинга результатов.

Результативность технологии оценивалась в ходе контрольного среза. В качестве критериев результативности использовались выраженность компонентов личностного потенциала: потенциала свободы и потенциала ответственности, а также субъективные отчеты участников.

Воспроизводимость технологии обеспечивается детальным описанием структуры технологии и сценарием тренинга, апробацией в трех разных группах педагогов. Оптимальность технологии достигается за счет интенсивного характера тренинга. Управляемость, результативность и воспроизводимость технологии обеспечивают ее прогнозируемость.

Таким образом, предлагаемая психолого-педагогическая технология соответствует структуре и требованиям, предложенным Г.К. Селевко, и может быть использована для развития ресурсов личности студентов.

Список литературы

1. Костылева, А.А. Актуализация личностного потенциала педагога как средство развития диалогической направленности педагогического общения [Текст] : Дис. ... канд. психол. наук. : 19.00.07 / Костылева Анна Андреевна; [Место защиты: Ур. гос. пед. ун-т] -Курган , 2010 - 227 с.
2. Костылева, А.А. Психологическая сущность ресурсов личности и пути их повышения [Текст] / А.А. Костылева // Методология современной психологии. Вып.2. / под ред. В.В. Козлова, В.Ф. Петренко. – М.: МАПН, ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, 2011. – С. 127-143.
3. Кочюнас, Р. Психотерапевтические группы: теория и практика [Текст] / Р. Кочюнас. – М.: Академический проспект, 2000. – 240 с.

4. Леонтьев, Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации [Текст] / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 56-65.

5. Овчарова, Р.В. Психологическое сопровождение родительства [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: ЗАО «Институт психотерапии», 2003. – 295 с.

6. Овчарова, Р.В., Костылева, А.А. Влияние личностного потенциала педагога на диалог в педагогическом общении [Текст] / Р.В. Овчарова, А.А. Костылева. – Курган: Изд-во Курганского государственного университета, 2012. - 122 с.

7. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т. Т1. [Текст] / Г.К. Селевко. – М.: НИИ школьных технологий, 2006. – 816 с.