



ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТАРШЕКЛАССНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФИОРИЕНТАЦИОННОЙ РАБОТЫ

*Л. Г. Гудзенко,
преподаватель кафедры
психологии и
педагогике БГУ
культуры и искусств*

«Я» как единство индивидуально-неповторимого, социально значимого и общечеловеческого не может ни сформироваться, ни существовать вне культуры. Проблема «человек» во все времена занимала особое положение в ряду проблем теории культуры.

Сегодня попытки построения гуманистической модели культуры невозможны без осмысления одной из важнейших ее составных частей — психологической культуры, в том числе психологической культуры личности.

Слово «культура» — латинского происхождения; оно означает возделывание и обработку почвы. Впервые «культура» начинает употребляться в античности и уже кроме воздействия на природу подразумевает также воспитание и образование человека. В позднеримский период это понятие неразрывно связывается с персональными особенностями человека и ассоциируется с личным совершенством. Культурой считается особый строй жизни, позитивная качественная характеристика личности.

В средние века в трактовке культуры место человека занимает Бог. И только в период Возрождения внимание вновь обращено на человека как на совершенное существо. В эпоху Просвещения культура понимается как «история духа». Французская революция положила начало новой форме культуры, когда человек, руководствуясь принципами разума, сам определяет свою судьбу. В период Нового времени Д. Б. Вико, Ж. Ж. Руссо, Ф. М. Вольтер, И. Г. Гердер, И. Кант и др. пытались ответить на многие вопросы, связанные с культурой, в том числе ее воздействием на личность, ролью культуры в прогрессе общества.

Можно выделить определенные подходы к исследованию феномена культуры, среди которых для психологической науки особенно важны следующие: а) *творческий*, когда культура рассматривается как следствие творческой деятельности людей, включающей способности человека, процесс их реализации; б) *нормативный*, где культура сводится к существованию норм, правил поведения людей, традиций, обычаев; в) *гуманитарный*, в рамках которого культура анализируется как степень

духовной самореализации личности, мера ее образованности, воспитанности [1, с. 47]. Именно в рамках этих подходов культура необходимо включает в себя и психологическую культуру.

Психологию интересует влияние культуры на развитие психики человека, формирование личности в разных условиях. Л. С. Выготский в своей концепции о культурно-историческом развитии психики человека приходит к выводу, что в процессе онтогенеза происходит развитие высших психических функций, включающее не только физиологическое созревание нервных аппаратов, но и культурное развитие, являющееся результатом усвоения индивидом культурных достижений общества. А. Н. Леонтьев, развивая эту идею в теории деятельности, видит процесс психического развития субъекта в усвоении, «присваивании» определенной психологической реальности, т.е. предметов реального мира, созданных человеческой культурой на протяжении истории ее существования. Л. И. Божович считает, что развитие аффективно-потребностной сферы проходит тот же путь культурно-исторического развития, что и познавательные процессы.

В рамках культурно-исторической теории присвоение человеком культуры в процессе коллективной деятельности и общения происходит в таких исторически сложившихся формах, как обучение и воспитание.

Возникает вопрос о возможности формирования психологической культуры как способности к систематическому самовоспитанию культурных стремлений и навыков; достаточно высокого уровня обычного и делового общения; хорошей психической саморегуляции; творческого подхода к делу; умения познавать и реалистически оценивать свою личность (О.И.Мотков). Конечно, формирование культуры происходит благодаря всей системе образования и воспитания: свой вклад вносят учителя-предметники, родители, сверстники и сам процесс организации системы обучения и воспитания. Но особую роль в процессе формирования психологической культуры личности должен сыграть школьный психолог. В должностные

обязанности педагога-психолога учреждений образования Республики Беларусь входит и работа по формированию психологической культуры личности.

Теорию психологической культуры разрабатывают сегодня многие ученые. В Беларуси это прежде всего Я. Л. Колосинский и его школа. Ученый разработал концепцию психологической культурологии, которая включает систему понятий, описывающих основные виды и уровни психологической культуры личности, а также содержание и методы ее формирования на основных этапах онтогенеза. А. А. Амельков рассматривает психологическую культуру как полноценное психическое и личностное развитие человека и выделяет особые структурные и содержательные характеристики, позволяющие определить уровень развития:

1. Владение личностью житейскими и научными знаниями в определенной сфере деятельности, обеспечивающими ее эффективность.

2. Понимание того, как осознанно и целенаправленно усваивать знания, осмысливать закономерности восприятия, памяти, мышления, воображения, изучать особенности развития своих эмоций и чувств, воли, интеллекта, хорошо знать свои индивидуально-психологические особенности.

3. Уровень развития самосознания личности, где главным компонентом необходимо считать «образ Я». Единство и противоречия реального, идеального, будущего, физического, духовного «Я» являются важнейшими характеристиками психологической культуры человека. Неудовлетворенность собой может привести личность к большим потерям в развитии ее психологической культуры.

4. Отношения человека с другими людьми, его личный статус в системе межличностных отношений, а также умение сотрудничать с другими, принимать и оказывать помощь.

5. Уровень дифференциации (выделение себя из других) и идентификации (соотнесение себя с другими людьми). Под уровнем этих процессов в данном случае имеются в виду критерии, по которым проводится дифференциация или идентификация.

Я. Л. Коломинский выделяет две составляющие психологической культуры. Во-первых, это те достижения психологической науки и психологической практики, которые зафиксированы в различных психологических документах, во-вторых — психологические знания, профессионально-ролевые установки и поведение в межличностном пространстве. Все это входит в концептуальную психологическую культуру.

Параллельно научной психологической культуре существует житейская, доконцептуальная, дотеоретическая, которая выражена в определенных психологических понятиях, знаниях, впитываемых ребенком уже на самых ранних этапах развития. Данная психологическая культура включает представления о взрослых, позиции, убеждения, психотерапевтические ожидания и т.д. [3; 4; 5].

Обозначается актуальная проблема практической психологии: как перевести в житейскую психологию достижения концептуальной психологической культуры. Один из возможных путей — уроки психологии в школе, построенные, однако, не на «объяснительно-иллюстративном» методе, когда психологические знания преподносятся как уже готовые, а на опыте доконцептуальных психологических представлений ребенка, предполагающем активные методы.

При помощи обучающих методов, как отмечает Н. В. Станкевич, можно научить ребенка оценивать свою роль в каждый момент времени, понимать роли других людей в конкретной ситуации, оценивать поведение другого человека со своей точки зрения, уметь войти в ситуацию, положение и роль партнеров по общению, увидеть себя, свое поведение со стороны, т.е. научиться диссоциированному восприятию ситуации. Имея такие навыки, ребенок легко моделирует свое поведение, начинает осознавать себя, свое место в жизни, оптимальный стиль поведения [8, с. 61].

Потребность в психологических знаниях резко возрастает в подростковом возрасте и не теряет своей актуальности до окончания школы и выбора жизненного пути. Знания, полученные на уроках психологии, призваны готовить подростков к ориентации в современном

мире, саморегуляции, социально-психологической адаптации. Модель построения уроков по курсу психологии для старшеклассников предложена Л. В. Орловой [6]. Основываясь на положении Я. Л. Коломинского об уровнях психологической культуры, она выделяет системные критерии, характеризующие психологическую культуру личности в целом, и функциональные, характеризующие ее компоненты. Системными критериями могут быть психологическая информированность, конструктивная деятельность в межличностном пространстве, деятельность по саморегуляции во внутриличностном пространстве, рефлексивная деятельность, позитивная «Я-концепция» в целом.

Среди функциональных критериев — психологическая готовность к самопознанию; глубина, системность психологических знаний; способность к переносу психологических знаний в ситуации психологической деятельности; гибкость поведения в отношениях с окружающими; адекватный выбор способов саморегуляции; навыки самонаблюдения, самоанализа, самооценки; способность влиять на людей и противостоять влиянию.

Нами проводилась работа по формированию психологической культуры старшеклассников во внеурочной деятельности. Для этого был организован факультатив по психологии, состоящий из двух частей: теоретической и практической. Теоретическая часть представляла собой комплекс основных научных знаний концептуальной психологии, которые необходимы старшекласснику для правильного формирования «образа Я» с тремя его компонентами — когнитивным, эмоциональным и поведенческим. Эти знания нужны для правильной ориентации в социальной среде, установления конструктивных межличностных отношений, ориентирования в мире профессий. Кроме того, проводились классные часы, индивидуальные консультации, давались задания для самостоятельной работы. На первой встрече нами была раскрыта тема «Психология как наука и как практика», темы последующих занятий школьники определяли сами исходя из собственных интересов. Обсуждались особенности по-

знавательных процессов и проблема их совершенствования; психические состояния и эмоции человека; стресс и способы саморегуляции; общение и пути его оптимизации; виды конфликтов и способы разрешения конфликтных ситуаций; что такое личность и ее направленность; самоопределение и жизненный путь, виды самоопределений. Занятия проходили в виде дискуссионного клуба. Свою задачу психолог видел в сохранении главной темы в процессе дискуссии, сообщении научно достоверных фактов и законов по приведенным школьниками примерам и поставленным вопросам, а главное — в том, чтобы полученные знания, помогали профессиональному самоопределению и активизации рефлексивных процессов старшеклассников.

Практическая часть реализовывалась в специально организованных тренинговых группах. Был составлен тренинг общения и личностного роста, в ходе которого решались следующие задачи:

1. Работа с «Я-концепцией» каждого члена группы.

2. Развитие установки на активность собственной позиции.

3. Развитие уверенности в себе, своих силах и способностях.

4. Развитие гуманистической установки на партнера по общению и осознание общения как самостоятельной ценности.

5. Развитие коммуникативных способностей и способности к эмпатии.

6. Моделирование отдельных компонентов профессионального, жизненного и личностного самоопределения.

Данный тренинг способствует личностной рефлексии, которая является особым исследовательским актом не только своего внутреннего мира, но и себя как исследователя. Он направлен на развитие компетентности участников в общении, то есть помогает в преодолении коммуникативных барьеров, неадекватных установок и стереотипов, способствует оптимизации межличностного взаимодействия, в том числе решению конфликтных ситуаций. Все это необходимо для повышения социальной мобильности личности.

В результате тренинговой деятельности у большинства школьников усили-

вается интерес к самопознанию, изучению взаимоотношений полов, возрастает потребность в доверительном общении на эти темы со взрослыми и сверстниками, благодаря использованию групповых дискуссий и ролевых игр развивается инициатива.

В тренинге уравниваются позиции ведущего и участников. Психолог в данном случае не занимает позицию человека, указывающего другим, как должно поступать, а решает жизненные проблемы совместно со школьниками. А они, в свою очередь, не просто узнают, как нужно поступать в тех или иных случаях, а активно ищут присущие каждому индивидуальные стратегии и тактики поиска себя в профессии, общения и взаимодействия с людьми.

В процессе групповой работы, изменение «Я-концепции» осуществлялось при соблюдении трех необходимых и достаточных условий личностных изменений, выделенных К.Роджерсом для так называемой центрированной на клиенте психотерапии. Это — эмпатия, безусловное позитивное отношение к клиенту (у нас — к школьнику), искренность в общении с ним. Профориентационные игровые упражнения помогали моделировать «образ Я» в профессии, чувствовать себя в роли профессионала, формировать комплекс потребностей, выражающихся в стремлении выйти за рамки школы и приобщиться к жизни и деятельности взрослых. Все эти средства активизируют познавательные процессы, общественные и деловые мотивы, создают индивидуальные и коллективные установки на рациональный выбор профессии.

Программа психологических тренинговых упражнений

Занятие 1. Цель: ознакомление с принципами и нормами работы группы, выработка ритуалов, освоение игрового стиля, запуск процесса самораскрытия.

Содержание.

1. Выработка правил, ознакомление с нормами и принципами работы.

2. Выработка ритуалов.

3. Знакомство: «Плюсы» и «Минусы».

4. Разминка: «Здравствуй», «Игрушка».

5. Развитие коммуникативных способностей, «образа Я»: «За кругом», «Угадай, кто это?».

6. Список качеств, важных для межличностного общения.

7. Развитие образа профессии: «Подарок».

Запасные упражнения: «Девиз», «Телефон доверия», «Групповая картина», «Магнитофонная лента».

8. Анкета.

9. Домашнее задание: «Ласковые имена».

10. Ритуал прощания.

Занятие 2. Цель: закрепление игрового стиля, открытие в себе сильных сторон, осознание, что сильные стороны не равны понятиям «положительные черты» и «достоинства личности».

Содержание.

1. Ритуал встречи.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Разминка: «Здравствуй, ты представляешь...», «Ласковое имя», «Зоопарк».

4. «Захват инициативы в диалоге» (общение), «Интервью» («образ Я» в профессии), «Рисунок "Три желания"», «Цепочка профессий» (жизненное самоопределение), «Эмоции» (развитие эмпатии).

5. Сильные стороны.

Запасные упражнения: «Разговор через стекло», «Фантазии и сказки», «Вопрос-ответ», «Тень».

6. Анкета.

7. Домашнее задание: «Ласковые имена близким».

8. Ритуал прощания.

Занятие 3. Цель: закрепление групповой сплоченности, преодоление психологических барьеров, дальнейшее освоение диалогового общения.

Содержание.

1. Ритуал встречи.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Разминка: «Нетрадиционное приветствие», «Ласковые имена».

4. «Групповой рисунок» (умение осознавать и выражать свои чувства); «Диалог» (общение), «Эмпатия» («образ Я»), «Грани сходства» (развитие гуманистической установки на партнера), «Брачное объявление» (рефлексия «Я-концепции»), «Внимание!» (развитие

внимания), «День из жизни» (образ профессии).

Запасные упражнения: «Список притязаний» (к жизни), «Конвейер», «На приеме у психолога», «Сиамские близнецы».

5. Анкета.

6. Домашнее задание: Опишите свои «добрые проявления».

7. Ритуал прощания.

Занятие 4. На классных часах проводится игра «Воздушный шар».

Занятие 5. Цель: закрепление навыков самораскрытия, изучение различных стилей общения, ретроспективное самонаблюдение, рефлексия профессиональной «Я-концепции».

Содержание.

1. Ритуал встречи.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Разминка: «Здравствуй, я рад тебя видеть», «Волшебный кувшин».

4. «Рассаживание по признаку» (сплоченность группы), «Замороженный» (эмпатия, общение, коммуникативные способности), «Нет-диалог» (общение, регуляция чувств), «Грани различия», «Разреши назревающий конфликт» (самообладание, коммуникабельность), «Волшебное слово», «Эпитафия», «Человек-профессия» (профессия, жизненное самоопределение), «Список претензий» (к членам группы).

Запасные упражнения: «Жесты», «Стул», «Песня».

5. Анкета.

6. Домашнее задание: «Несимпатичный человек». Двоим — задание к игре «Свои проблемы».

7. Ритуал прощания.

Занятие 6. Цель: дальнейшее развитие умения воспринимать и понимать себя и окружающих людей, активное самораскрытие, определение своих слабых сторон, выработка способности к эмпатии, дальнейшее развитие профессиональной «Я-концепции».

Содержание.

1. Ритуал встречи.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Разминка: «Лучшее лекарство», «Зеркало».

4. «Двойной перехват» (эмоции, коммуникабельность), «Рука» (развитие коммуникативных способностей), «Ситуация, в которой я чувствую себя неуве-

ренно», «Без маски» (личностное самоопределение), «Жесты» (развитие коммуникативных свойств), «Пресс-конференция», «Звездный час» («Я» в профессии), изофантазия «Мое будущее».

Запасные упражнения: «Настроение», «Змейка», «Пальцы», «Телепатия».

6. Домашнее задание: описать проблему, которая представляется для каждого наиболее серьезной в сфере межличностного общения.

7. Ритуал прощания.

Занятие 7. Цель: полная рефлексия «образа Я».

Содержание.

1. Ритуал встречи.

2. Рефлексия прошлого занятия.

3. Разминка: «Здравствуй», «Геометрические фигуры».

4. «Решительный отказ» («Я-концепция»), «Чемодан» (полный «образ Я»); «Перегягивание каната», «Песня», «Часы».

5. Контакт с самим собой.

6. Анкета.

7. Прощание.

Занятие 8. На классных часах проводится игра «Затерянный остров».

В ходе наблюдения за старшеклассниками фиксировалось наличие структурных компонентов психологической готовности к профессиональному самоопределению. Вслед за В. Ф. Сафиным [9, с. 84] мы считаем, что именно по тому, насколько верно человек выделяет основные моменты в предстоящей деятельности, учитывает возможность возникновения противоречий, какие оптимальные способы их разрешения планирует ис-

пользовать, какие внутренние резервы намерен привлечь, можно судить об уровне готовности личности к саморегуляции и самоопределению. Саморегуляция выступает механизмом самоопределения и его процессуальной стороной. Зрелая самоопределившаяся личность принимает на себя ответственность за свои поступки, способна реализовать функцию целеполагания, является субъектом собственного развития, осуществляя свободный выбор. Анкета обратной связи служила подтверждением результатов наблюдения за старшеклассниками в ходе тренинговых занятий.

В результате проведенной работы старшеклассники расставили приоритеты в ценностно-смысловых ориентациях, обрели уверенность при построении будущего «Я», у них снизилась общая тревожность, повысился самоконтроль, улучшились самоанализ, самовыражение, самореализация при выборе конкретной профессии и построении личных профессиональных планов. Было также заметно улучшение взаимоотношений в классе, в общении со взрослыми.

Максимальное содействие психическому, личностному и индивидуальному развитию учащихся не только помогает им обрести психологическое здоровье и психологическую готовность к жизненному самоопределению, но и формирует психологическую культуру. Быть психологически культурным — это уметь пользоваться достижениями психологической науки, которые вооружают человека различными приемами решения жизненных проблем.

1. Алеева, Т. М. Введение в культурологию. — Мн.: Веды, 1997. — 85 с.
2. Амельков, А. А. Асаблівасці псіхалагічнай культуры асобы беспрацоўнага. // Проблемы социально-экономической и психологической реабилитации безработных: Тез. докл. — Мн., 1997. — С. 154—157.
3. Коломинский, Я. Л. Культурно-психологическое опосредование межличностного взаимодействия в системе «психолог — дети» // Психология и дети: рефлексия по поводу защиты прав ребенка: материалы науч.-практ. конф. — Мн., 1999. — С. 3—4.
4. Коломинский, Я. Л., Амельков, А. А. Формирование психологической культуры личности как основа ее социальной мобильности // Проблемы социально-экономической и психологической реабилитации безработных: Тез. докл. — Мн., 1997. — С. 28—30.
5. Коломинский, Я. Л., Краснова, Т. И. Какая психология нужна школе? // Психалогія. — 1998. — № 1. — С. 23—34.
6. Орлова, Л. В. Развитие психологической культуры школьника: учеб.-метод. пособие / под ред. Я. Л. Коломинского. — Мозырь: Белый ветер, 2000. — 144 с.
7. Сафин, В. Ф. Психология самоопределения личности: учеб. пособие. — Свердлов. пед. ин-т. — Свердловск, 1986. — 142 с.
8. Станкевич, Н. В. Зачем в школе нужен урок психологии? // Психология. — 1998. — № 1. — С. 58—62.