

*Л. Г. Гудзенко,  
старший преподаватель кафедры  
психологии и педагогики  
Белорусского государственного  
университета культуры и искусств*

## **СТИМУЛИРОВАНИЕ РЕФЛЕКСИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИИ**

В наши дни общество движется по пути гуманизации, создания реальных условий для претворения интеллектуального, эмоционального и нравственного потенциала личности, стимулирования у нее стремления реализовать себя. Требования современного общества нацелены на духовное оздоровление и личностный рост, формирование у граждан системного мышления, профессиональной культуры, творческой активности, самостоятельности и высокой ответственности за результаты труда, воспитание потребности в постоянном обновлении полученных знаний. Меняется отношение к высшему образованию и к специалисту в целом. Каждая профессиональная деятельность сегодня требует от своего исполнителя не только профессиональной компетентности, мастерства, умений, но и качественной психологической подготовки.

В зависимости от профессии к специалисту предъявляются конкретные требования к особенностям мышления, скорости реакции, свойствам восприятия и многое другое. Все больше профессий требуют от своего специалиста проявления креативности. Во время обучения усваиваются определенные знания, формируются профессиональные навыки и накапливается информация о требованиях, предъявляемых профессией к личности работника, и информация о себе как профессионале. Данная информация является центральным моментом, определяющим выбор профессии, и не теряет своей актуальности для личности вплоть до конца процесса самоопределения. Как известно, профессиональное самоопределение личности завершается уже после того, как профессия получена и специалист, поработав определенное время по специальности, окончательно решает для себя вопрос о верном либо неверном выборе профессии и, в связи с

этим, о переподготовке. Все это осуществляется благодаря развитой рефлексивной способности личности. Чем более развитой будет эта способность, тем раньше человек сможет определить свои жизненные позиции, тем быстрее достигнет той ступени зрелости, которую называют акме [1]. Рефлексия трактуется как универсальный механизм развития в самоорганизующихся системах, позволяющий осознать необходимость трансформации индивидуального самосознания и реализовать ее в целях продуктивной адаптации [2]. В настоящее время в отечественной психологии не существует однозначного представления о том, какой возрастной период является сензитивным для становления личностной рефлексии. По мнению Н. И. Гуткиной, это подростковый возраст, Т. А. Симаковой – ранняя юность. Однако многие исследователи признают, что в этих возрастных периодах личностная рефлексия формируется только под воздействием специально сконструированных условий (Ю. Л. Линецкий, Е. Б. Хаяйнен, Н. И. Гуткина, Т. А. Симакова). Способность к адекватному восприятию себя и собственных индивидуальных особенностей в этих возрастных периодах только начинает формироваться (И. С. Кон), достигая более высоких уровней в поздней юности (Т. А. Симакова) [2]. Таким образом, стимулирование рефлексивных процессов у учащихся является актуальным для всех возрастных этапов, на любом этапе образования.

В связи с этим перед преподавателями высшей школы встает проблема не только передачи слушателям знаний, умений и навыков, но и формирование их личности. Формирование тех ценностей, которые создают условия для реализации потребности личности в самоопределении, самовыражении, самореализации и самоактуализации. Эти личностные образования необходимо и возможно развивать в рамках любого учебного предмета. Мы стремились реализовать поставленную задачу в рамках изучения курса «Общая психология», где предоставляется возможность не только пополнить систему гуманитарных знаний, но и организовать работу по самопознанию и профессиональному самосовершенствованию. В рамках управляемой самостоятельной работы студентам дневной и заочной форм обучения мы предлагали заполнить Тетрадь самопознания. Цель заполнения Тетради – стимулирование рефлексивных процессов личности для формирования психологической готовности к профессиональной деятельности.

Само свойство рефлексивности является «всепроникающим» и интегративным. С точки зрения А. В. Карпова, изучение рефлексии как личностного свойства позволяет выявить закономерные связи между рефлексивностью и результативными параметрами деятельности; определить системы корреляционных связей рефлексивности и всех иных индивидуальных качеств [4]. Это дает нам право предполагать наличие связи между определенным уровнем рефлексивности и готовности к профессиональной деятельности.

Предлагаемая нами Тетрадь самопознания составлена таким образом, что каждый тест, каждая анкета должны стать предметом достаточно длительного размышления студента. Для этого мы не только предлагаем словесную инструкцию по работе над тетрадью, но и в самой тетради каждое задание сопровождается эпиграфом и вопросами для размышления. Первое задание – написать эссе на тему «Я в профессии: готовность к профессиональной деятельности». Начав с рефлексии данного вопроса, студент и последующие задания будет выполнять в этом же ключе, анализировать полученные результаты тестирования в русле «Я в профессии». Кроме того, предложенный для этого задания эпиграф объясняет студенту актуальность данной работы. Преддверием познания себя в профессии является познание собственного Я, для чего следующим тестом предлагается методика изучения Я-концепции О. Ю. Даниловой и С. А. Дружилова. Эпиграф к ней помогает процедуре заполнения теста, дополняет инструкцию, поясняющую различия Я-реального, Я-идеального, Я-зеркального и Я-нормативного. По завершении заполнения анкеты студенту предлагается сравнить средние показатели каждого Я между собой и показатели этого же Я в каждом блоке (физическое Я, социальное Я, эмоциональное Я, когнитивное Я, потребностно-мотивационное Я). Предлагается самостоятельно определить свои проблемные места, сделать вывод.

Изучая цикл психолого-педагогических дисциплин, студенты усваивают, что ядром личности является мотивация. Именно она определяет поступки человека, целенаправленность его деятельности. Несомненно, изучение мотивации профессиональной деятельности по методике К. Замфир и А. Реан вносит ценный вклад в познание себя. Сравнив свои ведущие мотивы, студент выяснит, насколько далеко он находится от оптимального мотивационного комплекса, который позволяет человеку работать «с огоньком», добиваться поставленных целей, продвигаться по

служебной лестнице и быть более стрессоустойчивым в профессиональной деятельности. Для дополнения столь ценной информации о себе студентам предлагается опросник для оценки ведущего мотива своей деятельности. Результат этого тестирования многих заставляет задуматься о своей стратегии жизни. На этой же странице Тетради самопознания мы поместили многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF, который показывает профиль личности, ее психологический склад, к какому полюсу склоняется личность – положительному или отрицательному.

С точки зрения гуманистической психологии высшей мотивацией человека является самоактуализация. Самоактуализация – стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. Этот путь труден, он связан с переживанием страха неизвестности и ответственности, но он же путь к полноценной, внутренне богатой жизни. Поэтому студентам предлагается тест на самоактуализацию (САТ). По результатам тестирования видно, какие показатели самоактуализации не позволяют человеку максимально развить свои возможности: то ли это гибкость поведения, то ли самопринятие и т.д. (всего 14 критериев). Один из показателей самоактуализации – креативность. Этот показатель настолько важен для успешности профессиональной карьеры во многих современных профессиях, что мы предложили студентам дополнительно к САТу определить уровень и профиль своей креативности с помощью теста К. Венкера. Знать свою сильную сторону в творчестве полезно каждому специалисту: либо это критическое мышление, либо аналитическое, усердность или любознательность, чувственность или любовь к открытиям, стратегическое мышление или стремление к гармонии. Прделав такую работу по самопознанию, студент может убедиться (или нет) в справедливости слов Т. Манна в эпиграфе ко всей Тетради самопознания: «Познав себя, никто уже не останется тем, кто он есть». Убеждаются чаще те студенты, у которых уровень рефлексивности достаточно высок. Этот уровень предлагается измерить с помощью методики А.В.Карпова.

Добиться развития у студентов такого уровня является нашей идеальной целью. Личность с высокой рефлексивностью в большей степени склонна обращаться к анализу своей деятельности и поступков других людей, выяснять причины и следствия своих

действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Но целью всей проделанной работы являлось стимулирование рефлексивных процессов личности для формирования психологической готовности к профессиональной деятельности. Поэтому последним разделом Тетради мы сделали анкету «Психологическая готовность к профессиональной деятельности». Анкета составлена нами по структуре психологической готовности к деятельности, выделенной М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбовичем [3]. Студенты смогут оценить уровень своей психологической готовности к профессиональной деятельности по каждому ее компоненту: мотивационному, ориентационному, операционному, оценочному и волевому. Сложив все показатели и найдя среднее между ними, студент увидит, какова его готовность: на очень высоком уровне, на достаточном для успешной деятельности уровне или на слабом уровне.

Со студентами дневного отделения на втором этапе работы по развитию рефлексии психологической готовности к профессиональной деятельности мы проводили семинары в игровой форме с элементами тренинга. Но и взрослые слушатели высказывали пожелания продолжить работу в этом направлении. В рамках нашего исследования мы стремимся показать, что рефлексия представляет собой интегративное образование, позволяющее личности достичь успешной самореализации в профессиональной деятельности.

---

1. *Бодалев, А. А.* Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения / А. А. Бодалев. – М.: Флинта: Наука, 1998. – 168 с.

2. *Двоеглазова, М. Ю.* Структура личностной рефлексии студентов. автореф. дис. ... канд. психол. наук / М. Ю. Двоеглазова. – М., 2008. – 24 с.

3. *Дьяченко, М. И.* Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: психологический аспект / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович, В. А. Пономаренко. – Минск: Университетское, 1985. – 206 с.

4. *Карпов, А. В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов // Психологический журнал. – 2003. – Т. 24, № 5. – С. 45–57.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУДУ