

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ МЕТОДОМ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Сингаївська І.В.,

*к.психол.н., доцент, директор ННІ психології,
ВНЗ «Університет економіки та права, м. Київ, Україна,*

e-mail: irinas@krok.edu.ua,

ORCID: orcid.org/0000-0001-6802-0081

Величезну роль в підготовці сучасних фахівців у закладі вищої освіти відіграє застосування активних методів навчання. Адже успішний професіонал повинен бути здатним приймати нові сміливі рішення, творчо розв'язувати проблеми колективу (як виробничі, так і особистісні). Тому одним з важливих завдань при викладанні психологічних дисциплін майбутнім фахівцям різних спеціальностей є підвищення їх психологічної компетентності.

Під психологічною компетентністю особистості ми розуміємо наявність необхідних психологічних знань, умінь і навичок та здатності їх використання адекватно до різних життєвих ситуацій. Головною метою розвитку психологічної компетентності студентів повинен стати процес усвідомлення ними можливостей своєї особистості, усвідомлення своїх взаємостосунків з оточуючими людьми, формування здатності їх розвивати, поліпшувати, конструктивно взаємодіяти з людьми. Якщо сказати стисло, то головною метою розвитку психологічної компетентності особистості є здатність активного, творчого оволодіння своїм внутрішнім світом і оточуючими її соціально-економічними умовами [1].

Виділимо деякі складові частини психологічної компетентності, які сприяють особистісному зростанню студента:

1. позитивне сприйняття оточуючої дійсності, управління власним психічним станом, настроєм; подолання стереотипів негативного самосприйняття;
2. підвищення самооцінки, впевненості в собі, власних силах і можливостях;
3. вміння викликати симпатію в оточуючих, встановлювати позитивні міжособистісні взаємостосунки;
4. аналіз власних бажань, прагнень, потреб, домагань; орієнтація на реальні життєві цілі, яких можливо досягти.

Також важливим є розвиток емоційного інтелекту студентів: вміння розуміти власні емоції та емоції інших людей; вміння керувати своїми емоціями та впливати на емоції інших тощо [2].

Розвиваючи названі складові психологічної компетентності, студент зможе стимулювати власне особистісне зростання, вдосконалювати себе, а також гармонізувати свою взаємодію з оточуючим світом і людьми – однокурсниками, товаришами, викладачами, батьками тощо.

Однією з особистісних особливостей, що значною мірою впливає на вищеназвану здатність студента, є локус контролю. Локус контролю – це якість,

що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам: випадку, долі, оточуючим людям, обставинам (екстернальний, зовнішній локус контролю) або власним здібностям і зусиллям (інтернальний, внутрішній локус контролю).

Експериментально доведено, що внутрішній (інтернальний) локус контролю є соціально схвалюваною цінністю – ідеальному “Я” завжди приписується внутрішній локус контролю. Крім того, особистість з інтернальним локусом контролю має менший ступінь ризику в плані виникнення внутрішньоособистісних конфліктів, а також є більш здатною попереджувати міжособистісні конфлікти. Схильність до зовнішнього (екстернального) локусу контролю проявляється поряд з такими рисами, як неврівноваженість, прагнення відкласти реалізацію своїх намірів на невизначений термін, тривожність, підозрілість і агресивність.

Таким чином, високий рівень інтернальності пов'язаний з відчуттям людиною власної сили, гідності, відповідальності за події, що відбуваються, з самоповагою, соціальною зрілістю та самостійністю особистості.

Оскільки локус контролю – це не вроджена властивість, а така, яка формується в процесі життя, властивість суб'єктивна, тобто така, яка залежить від думок особистості і бачення нею власної ролі в житті, – локус контролю можливо змінити. Доклавши зусилля, можна підвищити рівень інтернальності і зменшити екстернальність. Підвищити інтернальність можливо шляхом психокорекційного впливу на особистість. Сприятливо вплинути на особистість в цьому плані здатні активні методи навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг особистісного зростання. Допоможе підвищити інтернальність і робота особистості над собою, самовдосконалення.

Вдосконалити психологічну компетентність, розвинути інтернальний локус контролю може спеціальна соціально-психологічна підготовка. Дієвим методом у цьому плані є соціально-психологічний тренінг.

Такий тренінг дає змогу діагностувати стан психологічної компетентності студентів, виявити їх психологічні проблеми, особистісні якості, особливості взаємодії з людьми. Приймаючи участь у тренінгу, студент пізнає особливості сприймання іншими людьми його особистісних якостей, поведінки та комунікативних умінь. Тренінг має дві фази – діагностичну та корекційну. Це дає можливість психологу, який проводить тренінг, діагностувати стан психологічної компетентності кожного учасника, накреслити шляхи вдосконалення кожного.

Під час діагностичної фази соціально-психологічного тренінгу повинні бути виконані ряд завдань:

1/ самопізнання учасників тренінгу – пізнання ними своїх особистісних якостей, комунікативних особливостей, рефлексія власного спілкування та поведінки;

2/ отримання “зворотнього зв'язку” від інших учасників тренінгу, тобто інформації про те, як інші люди сприймають кожного учасника тренінгу як особистість, його вміння спілкуватися з людьми;

3/ зовнішня діагностика – пізнання психологом-тренером, що проводить групову роботу, особливостей особистості та комунікативних якостей кожного учасника [3].

Під час корекційної фази соціально-психологічного тренінгу відбувається виправлення недоліків кожного учасника, накреслюються шляхи розвитку психологічної компетентності.

Проведення соціально-психологічного тренінгу дає позитивні результати. Студентам вдається виробити у себе такі групи якостей:

1) вміння розумітися в людях: здатність швидко і вірно оцінити їх психологічні особливості, сильні та слабкі сторони; розуміти їх настрій, думки, почуття;

2) комунікативні якості: доброзичливість, повагу до інших, емпатію, вміння помічати в людях позитивне, справедливість, такт, доступність, комунікабельність тощо;

3) вміння впливати на людей: переконувати, повести за собою;

4) ініціатива: активність, самостійність, сміливість, підприємливість;

5) вміння спиратися на колектив: рахуватися з думкою колективу, прислухатися до людей.

Наявність цих якостей особистості робить студентів більш привабливими, закріплює їх статус в системі міжособистісних стосунків, сприяє особистісному та професійному зростанню.

Список використаних джерел:

1. Бондарчук О. І. Модель особистісного розвитку студентської молоді / Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія: психологічні науки : Збірник наукових праць: у 2 т. Чернігів: ЧДПУ, 2009. Вип. 74. Том 1. С. ф49–56.
2. Шульдик А. В., Шульдик Г. О. Діагностика емоційного інтелекту студентів-психологів / Психологічний журнал. Випуск 2. Умань: УДПУ ім. П. Тичини, 2019. С. 122–125.
3. Сингаївська І. В. Соціально-психологічний тренінг особистісного зростання як метод розвитку життєвої компетентності особистості // Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство / Науково-методичний збірник. К.: Контекст, 2000. С. 122–125.