

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБУЧАЮЩИХ ТРЕНИНГОВ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ**

При подготовке студентов-психологов в МГУ им. А.А. Кулешова сложилась традиция использовать психологические тренинги, в которых сочетаются задачи обучения и развития личности студентов. За это время использовались разные программы проведения тренинговых занятий, но наиболее удачным был опыт проведения цикла тренингов профессионально-личностного роста психолога, разработанного специалистами кафедры практической психологии БГПУ им. М. Танка под руководством В.И. Слепковой [4]. Вместе с тем в настоящее время наметилась тенденция к сокращению количества учебных часов, отводимых для психологического тренинга, и что особенно беспокоит – подобных занятий нет у студентов-первокурсников.

По нашему мнению, ведение в систему подготовки студентов-психологов современных обучающих тренингов отвечает актуальным тенденциям развития высшего образования, призванного обеспечить подготовку высококвалифицированных специалистов на основе новейших достижений науки, развивать способности и интеллектуально-творческий потенциал личности будущего специалиста. В условиях реализации современных образовательных стандартов, обучающие тренинги в максимальной степени способствуют формированию и развитию социально-профессиональной компетентности будущего психолога, позволяют подготовить его к решению задач в сфере профессиональной и социальной деятельности, а также задач личностного развития. При этом повышение личностных, социально-коммуникативных и профессиональных компетенций будущих психологов положительно отражается на их внутреннем состоянии, что позволяет рассматривать обучающие тренинги как современные образовательные технологии, способствующие здоровьесбережению студентов.

Как пишет О.Я. Коломинская [2], обучающие тренинги, проводимые со студентами-психологами, направлены на достижение определенных целей, в том числе, обучение технологиям проведения тренингов, повышение социально-личностных и профессиональных компетенций, обогащение личного и профессионального опыта, разрешение внутриличностных проблем.

Важно, чтобы программы обучающих тренингов для студентов-психологов имели определенную методологическую базу, поскольку именно теория и методология обучающего тренинга во многом будут определять позитивные изменения в самосознании и личности будущих психологов. Так, в основе вышеуказанной программы цикла тренингов профессионально-личностного роста психолога лежат основные положения экзистенциально-гуманистических теорий и практических подходов А. Маслоу, К. Роджерса, И. Ялома, Ф. Перлза,

а также положения о роли развивающего обучения в структурировании внутреннего пространства личности, раскрытии каналов самопознания, самопостроения и саморефлексии Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина [4]. При этом, несомненно, имелось в виду, что именно в школах экзистенциально-гуманистической направленности сложилась традиция использовать групповую тренинговую работу для профессиональной подготовки практических психологов.

И. Ялом пишет о предпочтении групповых тренинговых занятий с психологами на всем протяжении их профессионального обучения. Возможно также участие студентов в разных по ориентации психокоррекционных группах по собственному выбору. Участвуя в учебной тренинговой группе, будущий практический психолог «обучается роли лидера, в то время как сам убеждается в собственной зависимости и нереалистичности оценок могущества и знаний ведущего» [5, с. 556].

По мнению многих специалистов, обучающий тренинг имеет определенный психотерапевтический и психокоррекционный эффект. Как пишет И. Ялом, «каждый интенсивный групповой опыт содержит в себе мощный терапевтический потенциал; участники не могут участвовать в эффективно взаимодействующей группе, не могут в полной мере принять роль членов группы без терапевтического побочного эффекта» [5, с. 561]. Вместе с тем обучающий тренинг нельзя отнести к психотерапии. Хотя при его проведении решаются задачи психотерапии и психокоррекции, они не являются главными: в обучающем тренинге больше внимания уделяется объяснению содержания и динамики группового процесса.

Чтобы повысить коррекционный и психотерапевтический эффект обучающих тренингов, в нем возможно использование соответствующих приемов, например, включение в группу наблюдателя-супервизора, ко-терапевта или просмотр видеозаписей. Это обеспечивает обратную связь для студентов-психологов, участвующих в группе, помогает в раскрытии многих слепых пятен в их поведении и отношениях, например таких, как избегание конфликта, склонность к самоутверждению, страх близости и т.п.

Наибольшую опасность для практического психолога представляет видение людей «через призму собственных предрассудков». По мнению Р. Мэя, будущий практический психолог должен избавиться от многих комплексов, в том числе, комплекса мессии – спасителя человеческих душ, он должен тщательно изучить особенности этой невротической модели личности и определить, как она проявляется в нём самом [3, с. 110]. Именно обучающие тренинги дают будущим психологам шанс для интенсивной работы над собственным Я. Вместе с тем психологический опыт, полученный студентами в ходе обучающего тренинга важен не только для их личностного развития, но и для приобретения ими определенных профессиональных навыков. Только лично пережив, что такое сопротивление, страхи в группе, что значит быть объектом нападков, что означает учиться заново смотреть на себя и свою жизнь, можно понять дина-

мику группового процесса «изнутри» и перейти к осознанному оказанию помощи и поддержки другим участникам тренинговой работы, как в роли участника тренинга, так и в роли ведущего.

Как мы считаем, современная программа цикла обучающих тренингов для студентов-психологов должна состоять из *трех взаимосвязанных тематических блоков*: тренинг личностного роста, тренинг социально-коммуникативной компетентности и тренинг развития профессиональных компетенций и профессионального самосознания психолога, которые должны проводиться на всех этапах обучения. Ее реализация обеспечит ряд последовательных эффектов, необходимых для формирования личности будущего психолога. *Тренинг личностного роста* – способствует осознанию своих личностных особенностей и возможностей. *Тренинг социально-коммуникативной компетентности* – способствует оптимизации межличностных отношений. *Тренинг развития профессиональных компетенций и профессионального самосознания психолога* – дает возможность студентам осознать себя в системе будущей профессиональной деятельности. Кроме того, реализация подобной программы приобщает студентов к современным тенденциям развития психологического тренинга как активного метода социального обучения: на разных ее этапах используются упражнения разной направленности в зависимости от основного продукта тренинга: люди (тренинг личностного роста), отношения (тренинг социально-коммуникативной компетентности), задачи (тренинг развития профессиональных компетенций и профессионального самосознания психолога) [1]. Наши эмпирические исследования показали, что включение программы обучающих тренингов в общую систему профессионально-личностной подготовки психолога, значительно повышает у студентов уровень социально-коммуникативной компетентности, социально-психологической адаптации, способствует разрешению психологических проблем.

#### Литература

1. *Ильинич, Н.В.* Становление профессионального самосознания студентов-психологов в вузе – учет специфики психологического образования и личностных особенностей студентов-психологов / Н.В. Ильинич // Психология. – 2008. – № 3. – С. 48–52.
2. *Коломинская, О.Я.* Обучающий социально-психологический тренинг. – Психология – 2006. – № 3: – С. 32–36.
3. *Мэй, Р.* Искусство психологического консультирования / Р. Мей. – М.: Независимая фирма «Класс», 1994. – С. 102–111.
4. Тренинг профессионально-личностного роста психолога / сост. В.И. Слепкова [и др.], – Минск : БГПУ им. М. Танка, 2001 г. – 80 с.
5. *Ялом, И.* Групповая психотерапия. Теория и практика. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – С. 550–570.