

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М.П.ДРАГОМАНОВА**

МОВА Людмила Вікторівна

УДК 159.922.6.:159.923

**Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх
психологів у процесі фахової підготовки**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2003

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Уманець Любов Іларіонівна,
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова,
доцент кафедри педагогіки і психології.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор,
дійсний член АПН України
Яценко Тамара Семенівна,
Черкаський державний університет,
завідувач кафедри практичної психології;

кандидат психологічних наук, доцент
Шевченко Наталія Федорівна,
Інститут психології імені Г.С.Костюка, докторант.

Провідна установа: Інститут педагогіки і психології професійної освіти
АПН України, лабораторія психології трудової і
професійної підготовки, м.Київ.

Захист відбудеться 9 квітня 2003 року о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д.26.053.01 в Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова (01601, м.Київ, вул.Пирогова, 9).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова (01601, м.Київ, вул.Пирогова, 9).

Автореферат розіслано "5" березня 2003р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

Ю.О.Приходько

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ДОСЛІДЖЕННЯ

Актуальність теми. Національна свідомість, інтелект, психічне і фізичне здоров'я нації як особистісно значущі якості набувають сьогодні всезростаючого значення. Відродження української нації передбачає розвиток духовності, прояв творчого потенціалу особистості. У той же час, перетворення соціально-економічної та політичної сфер життя, нестабільність існування, загрозливі екологічні фактори викликають психологічне напруження у людей. Умови сучасного життя потребують від кожного самостійності рішень, ініціативності, вміння гнучко адаптуватися. нестабільність існування, соціальна незахищеність громадян порушують сімейні стосунки, виникає напруження у сфері міжособистісного спілкування, у дорослих і дітей з'являється невпевненість у майбутньому, підвищується рівень тривожності, що в свою чергу має негативний вплив на емоційно-вольову сферу та мислення. Виходячи з вищесказаного, діти та дорослі останнім часом особливо потребують кваліфікованої психологічної допомоги для вирішення виникаючих проблем. Тому саме зараз з актуальністю постає проблема підготовки майбутніх психологів, безпосереднім предметом діяльності яких виступає особистісне "я" у всій багатоскладності природних, соціокультурних, особистісних та трансперсональних смислових детермінацій. Результати професійних впливів психолога на людину багато в чому залежать від рівня загального особистісного розвитку суб'єкта психологічної діяльності, від рівня та якості його професійної підготовки.

Цілі, зміст і характер роботи психолога, методи, які він застосовує в процесі вирішення професійних завдань, визначають його власну особистість як важливий засіб його професійної діяльності. У зв'язку з цим постає питання про забезпечення розвитку особистісної самореалізації студента-психолога як важливої складової майбутньої професійної діяльності.

Поняття самореалізації є синонімічним термінам "самоактуалізація" (А.Маслоу), "інтеграція" (З.Фрейд), "індивідуація" (К.Юнг), "персоналізація", "особистісне зростання" (К.Роджерс) і позначає стійкі позитивні зміни в особистості, реалізацію її природнього потенціалу. Цей підхід є центральним у всіх основних напрямках практичної психології: глибинному (З.Фрейд, А.Адлер, Е.Еріксон, Е.Фром, К.Хорні, К.Юнг, В.Райх та ін.), біхевіористичному (Д.Уотсон, Б.Скіннер, А.Еолліс та ін.), гуманістичному (Р.Перлз, К.Роджерс, В.Франкл, Д.Морено, А.Маслоу, Дж.Олпорт, Р.Мей та ін.).

У вітчизняній психології проблема особистості та її зростання представлена концепціями Б.Г.Ананьєва, К.А.Абульханова-Славської, Л.І.Анциферової, О.Г.Асмолова, І.Д.Беха, Л.І.Божович, М.Й.Боришевського, Б.С.Братуся, Л.С.Виготського, Г.С.Костюка, О.М.Леонтєва, С.Д.Максименка, В.М.М'ясищева, С.Л.Рубінштейна, Т.М.Титаренко та ін.

Проблема підготовки психологів-практиків була предметом дослідження вітчизняних вчених: О.Ф.Бондаренка, С.В.Васьківської, П.П.Горностая, Т.В.Говорун, В.І.Карікаша, В.Г.Панка, Н.І.Пов'якель, Л.І.Уманець, Н.Ф.Шевченко, Н.В.Чепелевої, Т.С.Яценко та ін. У них висвітлюються питання актуальності особистісного зростання психолога у процесі професійної підготовки, роль активних методів навчання та конкретних інтерактивних методик у цьому процесі, вплив виховного чинника на становлення особистості майбутнього психолога, наводяться конкретні системи їх професійної підготовки у вузі, особливості підготовки до різних аспектів професійної діяльності та ін. Разом з тим, проблема вивчення впливу тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового напрямків практичної психології на ефективність підготовки майбутніх психологів є недостатньо розробленою. В доступній нам літературі не виявлено досліджень, присвячених вивченню ефективності тілесно-орієнтованої і танцювально-рухової тренінгової роботи для розвитку рівня особистісної самореалізації майбутніх психологів, хоча ця проблема є важливою для оцінки ефективності навчально-виховних планів, встановлення зв'язку між формами підготовки та рівнем особистісної самореалізації майбутніх фахівців.

Отже, недостатня розробленість у психолого-педагогічній літературі даної проблеми та потреба в удосконаленні системи професійної підготовки майбутніх психологів і визначили вибір теми нашого дослідження: "Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки". Тема входить до плану науково-дослідних робіт Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Тема затверджена вченою радою університету (протокол №11 від 26.05.1994 року) і затверджена Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології АПН в Україні (протокол №7 від 26.10.2000 року).

Мета дослідження – дослідити особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки засобами тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового тренінгів.

Об'єкт дослідження - процес фахової підготовки майбутніх психологів.

Предмет дослідження - психологічні особливості розвитку особистісної самореалізації студентів-психологів у процесі фахової підготовки засобами тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової тренінгової роботи.

В основу нашого дослідження було покладено **припущення** про те, що особливостями ефективного забезпечення процесу особистісної самореалізації майбутніх психологів може виступити форма тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової тренінгової роботи, що побудована за гуманістичними принципами та використовує нетрадиційні активні засоби фахової підготовки.

Відповідно до мети і гіпотези були визначені наступні **завдання** дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз проблем професійної підготовки майбутніх психологів та розвитку особистісної самореалізації як важливої складової фахової підготовки.
2. Визначити критерії розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів.
3. З'ясувати психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації: форму, структуру, засоби та види тренінгової роботи.
4. Розробити тілесно-орієнтовану і танцювально-рухову тренінгові програми як ефективно забезпечення розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки.
5. Експериментально дослідити динаміку розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів під впливом тілесно-орієнтованого та танцювально-рухового тренінгів, як інноваційної форми фахової підготовки, за визначеними нами критеріями.

Методологічною та теоретичною основою дослідження є Закон про освіту, Державна національна програма “Освіта (Україна XXI століття)”; вітчизняні концептуальні положення розвитку та формування особистості (К.А.Абульханова-Славська, Б.Г.Ананьєв, А.Г.Асмолов, Л.І.Божович, М.Й.Боришевський, Б.С.Братусь, Л.С.Виготський, Г.С.Костюк, С.Д.Максименко, В.М.Мясищев, О.Б.Орлов, С.Л.Рубінштейн); дослідження процесів самореалізації (Л.А.Коростылева, А.А.Крылова, Ю.Репецкий); дослідження формування особистості психолога (Г.С.Абрамова, О.Ф.Бондаренко, І.В.Дубровіна, Ю.М.Ємельянов, Н.І.Пов'якель, Л.І.Уманець, Н.Ф.Шевченко, Н.В.Чепелева); положення про невербальну поведінку як зовнішній вираз компонентів структури особистості, її уявлення про невербальну поведінку, як поліфункціональне і психологічне у багатозначному явищі (А.А.Бодалёв, В.А.Лабунская); положення про танець як соціокультурний феномен, що наділений соціально-психологічними, психологічними і психофізіологічними функціями (Э.А.Королёва, Э.Л.Мартинес, Е.К.Луговая); положення тілесно-орієнтованої і танцювально-рухової психологічних теорій про сутність особистості та необхідність активізації та розвитку особистісного потенціалу (І.Бірюкова, В.Н.Нікітін, А.Лоуен, В.Райх, М.Чейс, М.Уайтхаус, G.Ammon, Н.Рауне); принципи розвитку, системності, єдності теорії і практики; міждисциплінарний підхід.

Для розв'язання поставлених завдань та перевірки гіпотези використовувався комплекс теоретичних та емпіричних **методів дослідження**: аналіз науково-теоретичних джерел з проблем дослідження, класифікація, систематизація та узагальнення отриманої інформації; констатуючий та формуючий експерименти. Серед експериментальних методик були використані: 1. Шкала особистісної тривожності Ч.Спілбергера. 2. Самооцінка психічних станів за Г.Айзенком (шкала агресивності). 3. Методика діагностики рівня впевненості у собі. 4. 16-ти-факторний

опитувальник Р.Кеттелла. 5. Методика діагностики рівня емпатичних здібностей В.Бойко. 6. Методика діагностики творчого потенціалу особистості. Запровадження тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового тренінгів слугувало основою формуючого експерименту.

Організація та база дослідження. З метою отримання об'єктивних даних експериментом було охоплено 188 досліджуваних. Ними виступили студенти-психологи 4-го та 5-го курсу зі спеціальності “Практична психологія” та 4-го курсу спеціальності “Початкові класи та психологія” педагогічного факультету НПУ імені М.П.Драгоманова (м.Київ) та учасники навчальної програми підготовки психологів Психологічного центру організаційного і особистісного розвитку “НІКА” (м.Київ).

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів:

- теоретично обґрунтовані й експериментально визначені критерії особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки: низький рівень агресивності, впевненість у собі, гнучкість поглядів, емоційна стійкість, креативність, низька особистісна тривожність, емпатія, самостійність суджень, виражена сила “Я”;

- вперше серед особливостей забезпечення особистісної самореалізації студентів-психологів було виділено тілесно-орієнтований і танцювально-руховий тренінги як інноваційну форму фахової підготовки;

- визначені нетрадиційні активні засоби розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів в процесі фахової підготовки: робота з тілом, рух, танець, спеціально підібраний музичний супровід, а також показано ефективність використання цих засобів для активізації розвитку особистісної самореалізації студента-психолога під час запровадження тілесно-орієнтованої і танцювально-рухової тренінгових програм у зміст професійної підготовки.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що розроблені тілесно-орієнтований і танцювально-руховий тренінги як інноваційна форма фахової підготовки, засвідчили свою ефективність у процесі підготовки майбутніх психологів, а також у підготовці ведучих тілесно-орієнтованих і танцювально-рухових груп. Програма тренінгів може бути адаптована для використання в роботі курсів підвищення кваліфікації та перепідготовки вчителів, психологів, елементи програми можна використовувати у психологічній роботі з дітьми різного віку.

Особистий внесок у визначенні місця тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового напрямків практичної психології у процесі підготовки майбутніх фахівців, розробці теоретичних положень та експериментальному визначенні критеріїв особистісної самореалізації студентів-психологів, обґрунтуванні тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової тренінгових програм для процесу підготовки психологів та визначенні нетрадиційних активних засобів фахової підготовки для розвитку особистісної самореалізації.

Вірогідність і надійність результатів дослідження забезпечується комплексним використанням методів і методик, адекватних меті та завданням дослідження, методологічною і теоретичною обґрунтованістю вихідних положень дослідження, оцінно-якісним та кількісним аналізом одержаних даних, застосуванням методів математичної статистики.

Апробація і впровадження дослідження здійснювалися під час експериментальної роботи на педагогічному факультеті НПУ імені М.П.Драгоманова. Основні теоретичні та практичні положення обговорювалися на Всеукраїнській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми професійної підготовки практичних психологів” (Київ, 2000), третій Всеукраїнській конференції молодих науковців “Проблема особистості в сучасній науці: результати та перспективи досліджень” (Київ, 2000), Всеукраїнській науково-практичній конференції “Психологія життєвої кризи особистості: теорія і практика” (Київ, 2000), Гештальт-конференції “Бабые Лето-2000. Новые имена” (Санкт-Петербург, 2000), Всеукраїнській науково-практичній конференції “Сучасні підходи реформування освіти” (Кіровоград, 2001), II-й практической психологической конференции “Гештальт и психодрама: встреча с новыми возможностями” (Київ, 2002), на засіданнях кафедри психології і педагогіки педагогічного факультету та звітних наукових конференціях Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Результати дослідження використовувались у лекційно-практичних курсах та при складанні вузівської програми із педагогічної і вікової психології на кафедрі психології і педагогіки НПУ імені М.П.Драгоманова (довідка від 07.04.1999, № 4), при розробці тренінгів сенситивності для студентів II-III курсів факультету соціальної педагогіки та психології спеціальності “Психологія” ЗДУ (м.Запоріжжя) (довідка від 9.12.2002, № 01-10/1075), при складанні навчальної програми підготовки психологів у Психологічному центрі організаційного і особистісного розвитку “НІКА” (м.Київ) (довідка від 11.10.2002, № 01-1), у практичній роботі психологів СШ №135 (м.Київ) при проведенні тренінгової програми особистісного зростання старшокласників (9-11 класи), у практичній роботі педагогів ПК “Дозвілля” ЖЕКу 1001 Шевченківського району (м.Київ) з учасниками гуртків (довідка від 09.10.2002, №01-2) у роботі практичного психолога позашкільного закладу “АЛСКО”, викладача психології у Комерційному коледжі ”АЛСКО” у тренінгу ефективного спілкування. Зміст роботи представлено у 9 публікаціях автора.

Структура роботи. Дисертація складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури, додатків. Зміст дисертації викладений на 167 сторінках комп’ютерного набору і містить 9 таблиць і 10 рисунків загальним обсягом 19 сторінок. Додаток розміщено на 45 сторінках. Список використаних джерел нараховує 259 найменувань.

Основний зміст роботи

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми дослідження, визначено об’єкт, предмет,

мету, гіпотезу і завдання дослідження, розкрито наукову новизну, теоретичне і практичне значення роботи, особистий внесок автора, основні методологічні та теоретичні засади дослідження, використані методи, вказується сфера апробації результатів дослідження та наводяться дані про структуру роботи.

У першому розділі “Теоретичне обґрунтування дослідження психологічних особливостей забезпечення особистісної самореалізації як проблеми професійної підготовки майбутніх психологів” представлені дані теоретичного аналізу наукової літератури з проблем професійної підготовки психолога, самореалізації особистості, тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового напрямків практичної психології.

На сьогодні існуючий стан наукових досліджень з питання особистісної підготовки практичних психологів не є достатнім. Ця проблема привертає все більшу увагу як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. Це пов'язано як з усвідомленням важливості самої професії, прагненням протиставити рівень кваліфікованої психологічної допомоги стихійним, ненауковим напрямкам, так і необхідністю підвищення ефективності підготовки особистості майбутнього психолога у процесі фахової підготовки.

У підготовці майбутнього психолога, виділяють два аспекти: професійний та особистісний, які настільки взаємообумовлені та взаємопов'язані, що замикаються в єдину проблематику професійно-особистісного проектування та становлення функціональної особистості психолога. У науковій психологічній літературі вона широко представлена як загальнотеоретичними підходами (О.Ф.Бондаренко, Ю.М.Ємельянов, С.Д.Максименко, Л.А.Петровська, Н.І.Пов'якель, Н.Ю.Хряцова, Н.В.Чепелєва, Т.С.Яценко), так і частковими прикладними дослідженнями (В.В.Гусейнов, Ю.Г.Долінська, Д.А.Леонтєв, В.І.Носков, Є.С.Романова, О.П.Саннікова, Л.Г.Терлецька, Л.І.Уманець, Л.П.Шумакова).

Значна кількість досліджень присвячена формуванню професійно-значущих якостей майбутнього психолога (Г.С.Абрамова, Н.А.Амінов, Н.В.Бачманова, І.В.Дубровіна, В.Г.Панок, Л.О.Петровська, О.С.Чернишов, Н.Ф.Шевченко, та ін.)

Особлива увага у психологічній літературі приділяється активним методам навчання як засобу підготовки майбутніх психологів (О.Ф.Бондаренко, Л.В.Долинська, Ю.Н.Ємельянов, Л.А.Петровська, Л.І.Уманець, Н.Ф.Шевченко, Т.С.Яценко та ін.), які допомагають формуванню психологічної спрямованості, розвитку творчого потенціалу психолога, об'єктивації становлення позиції особистості, орієнтації людини на самовдосконалення. Розроблений Т.С.Яценко метод АСПО (активне соціально-психологічне навчання) дозволяє вивчати внутрішньодетерміновані форми “базових захистів” психологів. Засобами формування професійно-значущих якостей є всі види тренінгової роботи, що сприяють розвитку адекватної

самооцінки, побудові оптимальної стратегії поведінки у професійних контактах, гармонізації структури особистості.

Корінням джерела ідеї самореалізації, що розвивається в її сучасному варіанті, є ідеї А.Адлера, що в останніх своїх роботах поряд з терміном “прагнення до переваги” використовував термін “прагнення до самодосконалості” як взаємозамінні. Порівнюючи себе з недосяжним ідеалом досконалості, людина, на думку Адлера, постійно сповнюється почуттям, що вона нижча за нього, і мотивується цим почуттям. Згодом це універсальне прагнення, відкрите Адлером, знайшло своє відображення в концепціях самореалізації К.Хорні, самоактуалізації К.Гольдштейна й А.Маслоу. Усі ці концепції стосуються феномена самореалізації людини, в основі якої лежать потреби росту, розвитку і самовдосконалення. Тому і термін “самореалізація” часто є синонімом “реалізації своїх можливостей” і “самоактуалізації”. Усі вони описують дуже близькі явища: повну реалізацію наших справжніх можливостей (К.Хорні); прагнення людини до найбільш повного виявлення і розвитку своїх можливостей і здібностей (К.Роджерс); внутрішню активну тенденцію розвитку себе, начебто щире самовираження (Ф.Перлз); прагнення людини стати тим, чим вона може стати (А.Маслоу).

Феномен самореалізації має різні аспекти, а саме: самоактуалізація, вираження щирої природи людини, самовираження, самовдосконалення, адаптація, індивідуалізація, мотивуюча сила, воля, щастя, властивості особистості.

Для нашого дослідження інтерес представляють такі аспекти феномену самореалізації як вираження власної природи людини та властивості особистості.

А.Маслоу з приводу справжньої реалізації потенційних можливостей людини писав, що людська істота є як мінімум визначений темперамент, визначений біохімічний баланс, має власне Я, і те, що інколи він називав “прислуханням до голосу імпульсу”.

На сьогодні важливим стає питання виявлення додаткових форм забезпечення розвитку особистості та самореалізації майбутніх фахівців, як факторів впливу на особистісно-професійне становлення майбутнього спеціаліста у процесі фахової підготовки.

Представники тілесно-орієнтованої школи (В.Райх, А.Лоуен, М.Фельденкрайз, І.Рольф, В.Баскаков, В.Нікітін) і танцювально-рухового напрямку практичної психології (І.Бірюкова, Р.Лабан, М.Чейс, Тр.Шооп, М.Уайтхаус, G.Ammon, Н.Рауне) намагаються подолати бар'єр психічного та фізичного, підкреслюючи значення інтеграції тіла і розуму. Зовнішні тілесні прояви і внутрішні переживання - єдине ціле. Манера і характер рухів людини відбивають її особистісні властивості. Тому вплив на емоції, зміна звичайного характеру переживань веде до зміни в рухах, пластиці, постаті людини, у зв'язку з чим змінюється її відношення до себе і свого тіла. І навпаки, вплив на рухи, зміна звичайної пластики людини приводить до зміни в його почуттях, емоціях.

Представники даних шкіл ставлять акцент на знайомстві з тілом, розуміючи розширення сфери усвідомлення індивідумом глибоких організмичних відчуттів, дослідженні того, як потреби, бажання і почуття кодуються в різних тілесних станах, і навчанні реалістичному рішенню конфліктів у цій сфері.

Основні поняття танцювально-рухового напрямку практичної психології відбивають тісні взаємовідносини між тілом (рухом) та свідомістю. Танцювальна терапія базується на припущенні про те, що манера та характер рухів відбивають особистісні особливості. Танцювальна психологічна робота заохочує вільні, виразні рухи, які сприяють розвитку фізичної рухливості та сили на фізичному і психічному рівнях. Танець і рух використовуються як процес, що підсилює емоційну, когнітивну та фізичну інтеграцію індивіда, а використання музичних творів поглиблює рівень емоційних реакцій, допомагає визволенню та відреагуванню різних відчуттів, які знаходять своє вираження в русі й пізніше усвідомлюються на когнітивному рівні, дають можливість особистісного розвитку та самореалізації.

Необхідність розвитку в Україні практичної психології ставить певні вимоги до підготовки спеціалістів цього профілю, а також досліджень, які б надавали нові експериментальні дані щодо підвищення ефективності професійного розвитку майбутнього фахівця, його самореалізації за рахунок використання різних форм роботи у процесі фахової підготовки.

У психолого-педагогічній літературі, присвяченій цій проблемі, підкреслюється значущість у діяльності психолога високого рівня самореалізації його особистості. Узагальнення представлених в науковій літературі поглядів дозволило нам виробити наступні положення:

- для дослідження рівня розвитку особистісної самореалізації студентів-психологів ми будемо використовувати наступні показники: агресивність, впевненість у собі, гнучкість поглядів, емоційну стійкість, креативність, рівень особистісної тривожності, рівень розвитку емпатії, самостійність, виражену силу “Я”;

- серед психологічних особливостей забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів ми виділяємо тілесно-орієнтовану і танцювально-рухову тренінгові програми, як інноваційні форми фахової підготовки, що спрямовані на розвиток особистості та сприяють її самореалізації.

У другому розділі “Особистісна самореалізація майбутніх психологів у процесі фахової підготовки (констатуючий експеримент)” наведені дані констатуючого експерименту, тобто дані, що були отримані під час тестування робочих (тих, що беруть участь у тренінгових програмах) та контрольних (тих, що не беруть участі в тренінгах) студентських груп; методика та процедура проведення тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового тренінгів.

Специфіка самореалізації особистості у кожній професії зумовлена особливостями цієї

професії, вимогами, які вона висуває до людини та їх поєднанням з індивідуальними характеристиками особистості, що й знаходить своє вираження в індивідуальному стилі діяльності.

Ми розглядаємо самореалізацію особистості майбутнього психолога як становлення у процесі фахової підготовки таких сторін особистості, які є першочергово необхідними для реалізації професійних завдань: низький рівень агресивності, впевненість у собі, гнучкість поглядів, емоційна стійкість, креативність, низька особистісна тривожність, емпатія, самостійність, невисокий ступень напруженості, товариськість.

Ми провели тестування за цими методиками в групах, які приймуть участь в тілесно-орієнтованому тренінгу (три підгрупи), танцювально-руховому (три підгрупи) та контрольній групі, яка не братиме участі в тренінгових програмах.

А - студенти, що беруть участь у тілесно-орієнтованій тренінговій програмі (81 респондент).

В - студенти, що беруть участь у танцювально-руховій тренінговій програмі (87 респондентів).

С - студенти, що не беруть участі в тренінгових програмах (контрольна група, 20 респондентів).

Ми отримали наступні результати:

Тривожність - індивідуальна психологічна особливість, що має прояв у схильності людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги, а також низькому порозі його виникнення; один із основних параметрів індивідуальних відмінностей. Особистісна тривожність є базовою рисою особистості і впливає на характер взаємодії особистості з оточуючим та має негативний вплив на особистісний розвиток людини.

Найбільша кількість студентів у всіх групах виявила середній рівень особистісної тривожності (А – 55%, В – 62%, С – 65%). Проте кількість студентів із високим рівнем (А – 24%, В – 21%, С – 23%) перевищує кількість студентів, що мають низький рівень особистісної тривожності (А – 21%, В – 17%, С – 12%).

В сучасній психологічній літературі агресивність розглядається як відносно стійка особистісна якість, що має вираження в готовності до агресивної поведінки. Агресивність проявляється у ворожості та активному прагненні до наступальних або насильницьких дій. Деяка агресивність є соціально допустимою і навіть необхідною для адаптації особистості в соціумі. Повна її відсутність приводить до конформності, несамотійності, нездатності прийняти активну життєву позицію. Дуже високий рівень агресивності призводить до порушення у сфері спілкування, розвитку конфліктності, нездатності до кооперації і визиває дезадаптацію

особистості.

Кількість студентів, що має середній рівень агресивності – найбільша в усіх трьох групах респондентів (А – 52%, В – 56%, С – 59%). Але кількість невитриманих студентів більша (А – 27%, В – 29%, С – 27%) ніж спокійних (А – 21%, В – 15%, С – 14%).

Впевненість у собі - переживання людиною власних можливостей, як адекватних тим завданням, які перед ним стоять у житті, так і тим, як і він ставить

перед собою сам. Це особистісна якість, яку характеризує незалежність поглядів, прагнення до самостійних рішень, дій, багатство емоційних реакцій.

У кожній групі кількість студентів з високим (А – 21%, В – 19%, С – 19%) та дуже високим (А – 14%, В – 16%, С – 15%) рівнем впевненості у собі менша, ніж кількість студентів з дуже низьким (А – 7%, В – 7%, С – 6%), низьким (А – 7%, В – 7%, С – 9%), швидше низьким ніж високим (А – 21%, В – 24%, С – 19%) та вкрай високим (А – 7%, В – 6%, С – 4%) рівнем впевненості у собі.

16-ти факторний опитувальник Р.Кеттелла відносять до числа методик, що вивчають особистість по цілому ряду взаємопов'язаних характеристик, переслідуючи мету оцінити розвиненість певних особистісних якостей, що складають наступні фактори: 1 - товариськість-замкнутість; 3 - емоційна стійкість; 4 - незалежність-підлеглість; 6 - виражена сила "Я"-безпринципність; 11 - прямолінійність-гнучкість; 12 - тривожність-спокій; 14 - самостійність-впливовість; 16 - напруженість-релаксація.

У групі А по 3-му, 11-му, 12-му, 16-му факторах переважають середні показники прояву особистісних якостей (3 – 43%, 11 – 71%, 12 – 64%, 16- 57%), по 1-му, 4-му, 6-му, 12-му факторах переважають низькі показники (57%, 41%, 42%, 39%).

У групі В по 4-му, 6-му, 11-му, 12-му, 14-му та 16-му факторах виявлено середні показники критеріїв особистісної самореалізації (4 - 62%, 6 - 46%, 11 – 69%, 12 - 62%, 14 - 45%, 16 - 46%), по 1-му фактору переважають низькі стени (50%), по 3-му – високі (61%).

У групі С по 3-му, 4-му, 6-му, 11-му, 12-му, 14-му та 16-му факторах виявлено середні показники критеріїв особистісної самореалізації (3 - 65%, 4 - 47%, 6 - 48%, 11 - 57%, 12 - 64%, 14 - 49%, 16 - 59%), по 1-му фактору переважають низькі стени (57%).

Одною з головних вимог до індивідуально-психологічних особливостей психолога є здатність до емпатії (розуміння почуттів інших людей). За визначенням емпатія (від грецької, *empathia* - співпереживання) - розуміння емоційного стану, проникнення-відчуття у переживання іншої людини

За нашими даними, у досліджуваних занижений (А – 36%, В – 31%, С – 28%), та дуже

низький (А – 24%, В – 27%, С – 27%) рівень емпатії переважають над середнім (А – 29%, В – 25%, С – 31%) і високим рівнем (А – 11%, В – 17%, С – 14%) розвитку емпатичних здібностей.

Творча особистість – особистість, що характеризується високим рівнем розвитку творчих здібностей, творчим потенціалом та схильністю до творчої діяльності. Творчу особистість відрізняє високий рівень життєвої енергії, стійка увага, незалежність судження, впевненість у собі.

Усі три групи респондентів виявили найбільшу кількість учасників із середнім рівнем творчого потенціалу (А – 67%, В – 61%, С – 62%), кількість студентів, що мають показники значного творчого потенціалу (А – 19%, В – 27%, С – 21%), переважає над тими, хто показав незначний творчий потенціал (А – 14%, В – 12%, С – 17%).

Отже ми дослідили стан дотренінгового розвитку особистісної самореалізації студентів-психологів, які беруть участь у тренінгових програмах та студентів з контрольної групи. Можемо сказати, що вони мають різні рівні розвитку особистості, але більшість респондентів виявили середні показники розвитку критеріїв особистісної самореалізації. Також ми розробили тілесно-орієнтовану і танцювально-рухову тренінгові програми, які згідно нашої гіпотези мають виступити фактором забезпечення розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів. Завдяки особливій структурі тренінгових програм є можливість діагностики (виявлення непродуктивних форм поведінки з метою самопізнання), корекції (самовдосконалення), формування (саморозвиток) та закріплення нових стратегій поведінки. Переведення їх із форми діяльності в факт особистісного розвитку дозволяє студентам відчувати себе упевнено, знизити рівень тривожності та агресивності, творчо підходити до вирішення питань, що постають на життєвому шляху, тобто самореалізуватись.

У третьому розділі “Експериментальне дослідження використання тілесно-орієнтованої й танцювально-рухової тренінгових програм для розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів” наведено результати експериментального дослідження якісних і кількісних показників критеріїв особистісної самореалізації студентів-психологів, а саме агресивності, впевненості у собі, гнучкості поглядів, емоційної стійкості, креативності, рівню особистісної тривожності, рівню розвитку емпатії, самостійності (незалежність суджень), вираженої сили “Я”.

Під час формуючого експерименту ми провели тілесно-орієнтовану і танцювально-рухову тренінгову роботу з майбутніми психологами. У програмі “Усвідомлене тіло - шлях до внутрішньої та зовнішньої гармонії” брав участь 81 учасник, у програмі “Танець - сила і гармонія життя” - 87 учасників)

Мета психологічної роботи під час тілесно-орієнтованого тренінгу була наступна: зняття м'язових затисків; вивчення і корекція невербальних форм спілкування; усвідомлення мови власного тіла; корекція комунікативних властивостей; звільнення емоційної сфери; розвиток

гармонійної особистості.

Це досягалось через роботу за наступними напрямками:

1. Усвідомлення своїх проблем у вигляді тілесних аналогів.
2. Звільнення від м'язових напружень (від так званих "затисків"). Звільнення від тілесних затисків, відповідно до теоретичних положень тілесно-орієнтованої психотерапії, - це один із непрямих шляхів до звільнення від затисків психологічних, тому що тілесні породжуються психічними.
3. Зосередження уваги, переключення уваги, привернення уваги до себе тощо.
4. Уява і фантазування, які є необхідною ланкою творчого пошуку, наповнюють подібні рухи людини різноманітним і, головне, усвідомленим змістом.
5. Спілкування і взаємодія з усвідомленням невербальних засобів спілкування (міміки, рухів і т.п.) і його змісту (контексту, підтексту, атмосфери).
6. Імпровізації як завершення циклу занять (розвивають здатність учасників робити свій вибір, враховуючи власні можливості та бажання, планувати дії, використовуючи свої внутрішні ресурси і креативність).

Метою танцювально-рухового тренінгу було: усвідомлення відчуттів тіла, особистісного простору, власних особливостей та потреб, відносин з партнерами; спільна діяльність в групі та розвиток уміння знаходити своє місце в ній для ефективної взаємодії з іншими, розвиток творчого відношення до життя.

Танцювально-руховий тренінг складається з наступних етапів:

- формування безпечного простору та дослідження відносин з навколишнім світом, для розвитку більш ефективних засобів взаємодії з оточуючим середовищем;
- самоусвідомлення людини шляхом дослідження реакцій свого тіла і його дій;
- розвиток навички розуміти мову свого тіла та оточуючих людей;
- розвиток самоповаги, самоприйняття, глибинної довіри до себе та життєвого шляху, розвиток постійного контакту з власними життєвими ресурсами;
- інтеграція ресурсів, що виникли у нову гармонійну психологічну цілісність людини;
- розвиток творчого потенціалу для активної реалізації власних намірів, бажань, для активізації всіх сфер життя людини.

Основними засобами, що забезпечували ефективність результату роботи були: робота з тілом, виразні рухи, танець (індивідуальний, діадний, групова імпровізація), спеціально підібраний музичний супровід.

Типова групова сесія містить у собі три частини: розігрів, розвиток і завершення, (така структура характерна і для інших видів групової роботи: психодрама, гештальта і т.д.). Ведучий

направляє спонтанність рухів учасників, розвиває їх.

По закінченню тренінгової роботи було проведено порівняльний аналіз якісних і кількісних показників критеріїв особистісної самореалізації, отриманих до проведення тренінгів і після впровадження тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової тренінгових програм у процес фахової підготовки майбутніх психологів (див. табл. 1).

Таблиця 1.

Якісно-кількісна характеристика результатів тренінгової роботи

Критерії особистісної самореалізації	Група ТОТ Кількісні показники позитивних змін (%)	Група ТРТ Кількісні показники позитивних змін (%)	Контрольна група Кількісні показники позитивних змін (%)
Особистісна тривожність	28	10	-
Агресивність	31	33	1
Впевненість у собі	37	37	-
Емпатія	32	30	1
Креативність	16	35	2
Гнучкість поглядів	15	14	1
Емоційна стійкість	4	25	1
Виражена сила “Я”	3	30	2

Заміри в контрольній групі було зроблено за всіма показниками, що і під час констатуючого експерименту. Показники рівня розвитку критеріїв особистісної самореалізації студентів-психологів, що не брали участі в тренінговій програмі, залишились майже на тому рівні, що і під час перших замірів. В результаті: рівень розвитку упевненості у собі, самостійності, вираженої сили “Я”, гнучкості поглядів, емоційної стійкості, емпатії та креативності виявився нижчим у контрольній групі, рівень тривожності та агресивності – вищим, у порівнянні з учасниками груп, що брали участь у тренінговій програмі.

Таким чином, можна дійти висновку, що в експериментальному дослідженні підтверджена ефективність використання тілесно-орієнтованої і танцювально-рухової форми тренінгової роботи для забезпечення розвитку особистісної самореалізації майбутніх практичних психологів. Танцювально-рухова тренінгова програма пропонує такі види роботи (спонтанний рух у просторі, рівновага, внутрішній рух та його усвідомлення, імпровізація, символічна рольова гра, музичний

супровід та емоційно-руховий відгук, індивідуальний, діадний та груповий танець), які мають вплив на розвиток особистісних якостей, що є важливими для професійної діяльності майбутніх фахівців. Низький та середній рівень особистісної тривожності, впевненість у собі, творчий підхід до роботи, розвинута емпатія та особистісна зрілість підвищують ефективність професійного розвитку.

Підводячи підсумок формуючого експерименту, що був спрямований на експериментально-статистичне обґрунтування ефективності використання тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового тренінгових програм для забезпечення процесу підготовки майбутніх психологів, можна з достатнім ступенем певності стверджувати наступне: у показниках критеріїв особистісної самореалізації (упевненість у собі, самостійність, сила “Я”, гнучкість поглядів, емоційна стійкість, емпатія, креативність, тривожність та агресивність) студентів, що брали участь у тілесно-орієнтованому (ТОТ) і танцювально-руховому (ТРТ) тренінгах, сталися позитивні зміни (за використаними методиками відносно попередніх даних за цими ж методиками).

Таким чином, результати проведеного експериментального дослідження підтвердили гіпотезу про те, що тілесно-орієнтований і танцювально-руховий тренінги, як новітня форма фахової підготовки, можуть забезпечити ефективний розвиток особистісної самореалізації майбутніх психологів.

ВИСНОВКИ:

У дисертації наведено теоретичне узагальнення і нове вирішення проблеми психологічних особливостей особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки, що виявляється у визначенні критеріїв особистісної самореалізації, виділенні тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового тренінгів як інноваційної форми фахової підготовки, визначенні нетрадиційних активних засобів підготовки, що забезпечують розвиток особистісної самореалізації майбутніх психологів.

1. Проблема забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів є важливою складовою процесу фахової підготовки. Виділено критерії особистісної самореалізації майбутніх психологів: а) низький рівень особистісної тривожності; б) низький рівень агресивності; в) виражена сила “Я”; г) гнучкість поглядів; д) розвинута емпатія; е) високий рівень креативності; ж) впевненість у собі; з) емоційна стійкість; і) самостійність (незалежність суджень).

2. Серед інноваційних форм фахової підготовки, що забезпечують розвиток особистісної самореалізації майбутнього фахівця, було виділено тілесно-орієнтовану та танцювально-рухову тренінгову роботу. Завдяки особливій структурі тренінгових програм, ми маємо можливість діагностики (виявлення непродуктивних форм поведінки з метою самопізнання), корекції (самовдосконалення), формування (саморозвиток) та закріплення нових стратегій поведінки,

переведення їх із форми діяльності в факт особистісного розвитку, що дозволяє студентам відчувати себе упевнено, знижує рівень їхньої тривожності та агресивності, активізує творчі можливості, тобто дозволяє самореалізуватись. Людина, що самореалізується, не залежить від схвалення чи несхвалення оточуючих, вона реалізує власну природу, а не власну Я-концепцію.

3. Виділено нетрадиційні активні засоби забезпечення процесу розвитку особистісної самореалізації майбутніх психологів в процесі фахової підготовки, а саме: 1) тілесний досвід як складова людського існування, умова його повноти і цільності; 2) фізичне здоров'я людини як загальний енергетичний фон, передумова успішного рішення особистісних проблем та можливості реалізувати свій життєвий потенціал; 3) робота з тілом, рухами (використання тіла в цілях самопізнання, саморозвитку, саморозкриття); 4) використання цілющої сили танця; 5) спеціально підібраний музичний супровід. Також виділено наступні види роботи: спонтанний рух у просторі, внутрішній рух та його усвідомлення, аутентичний рух, імпровізація (рух від внутрішнього імпульсу), символічна рольова гра, емоційно-руховий відгук, індивідуальний, діадний та груповий танець. Таким чином під час тренінгової роботи забезпечується суттєвий позитивний вплив на особистість майбутнього фахівця, має активний вплив на становлення особистості як суб'єкта спілкування, розвиток невербальних компонентів спілкування.

4. Розроблені та запропоновані тілесно-орієнтована та танцювально-рухова тренінгові програми, були створені в результаті глибокого аналізу проблеми самореалізації, вивчення літератури з питань тілесно-орієнтованого і танцювально-рухового напрямків практичної психології та практичної експериментальної роботи. Тренінгова форма роботи ефективно забезпечує розвиток особистісної самореалізації учасників, завдяки тому, що:

а) створює психологічну атмосферу захищеності для кожного учасника, в якій людина легко розкриває свої глибинні можливості;

б) працює досвідчений психолог-ведучий, озброєний новітніми технологіями психологічної роботи, гуманістично спрямований на всебічну підтримку учасників, що дає їм власний приклад самореалізації особистості;

в) дозволяє усім учасникам вправлятися у засвоєнні нових більш ефективних форм поведінки, переживати емоції успіху, що закріплюють цей досвід у структурі особистості.

5. Проведення роботи за розробленими програмами виявило позитивні зміни, що сталися у показника рівня розвитку критеріїв особистісної самореалізації майбутніх психологів. Якісно-кількісна характеристика позитивних результатів тренінгової роботи у групі студентів, що брали участь у тілесно-орієнтованому тренінгу, наступна: по критерію особистісна тривожність – 28%, агресивність – 31%, упевненість у собі – 37%, емоційна стійкість – 4%, емпатійні здібності – 32%, креативність – 16%, виражена сила "Я" – 3%, гнучкість поглядів - 15%. Якісно-кількісну

характеристику позитивних результатів тренінгової роботи у групі студентів, що брали участь у танцювально-руховому тренінгу виявлено таку: по критерію особистісна тривожність – 10%, агресивність – 33%, упевненість у собі – 37%, емоційна стійкість – 25%, емпатійні здібності – 30%, креативність – 35%, виражена сила ”Я” – 30%, гнучкість поглядів - 14%.

6. Результатом кількісного та якісного аналізу отриманих під час дослідження показників став висновок про те, що використання в тренінговій роботі різних методичних заходів (спостереження, рефлексія, ідентифікація) озброює студентів новим психолого-педагогічним інструментарієм для майбутньої професійної діяльності. Запропоновані тренінгові програми можуть бути адаптовані для викладання на курсах підвищення кваліфікації вчителів та перепідготовки практичних психологів, фрагменти програм можна використовувати у психологічній роботі з дітьми різного віку.

Разом з тим, ми усвідомлюємо, що проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективу її дослідження вбачаємо у поглибленому аналізі цілісної системи забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки, використовуючи різні форми та засоби роботи, у подальшому пошуку і конкретизації її критеріїв та методів і методик їх вивчення.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ ВІДОБРАЖЕНО У ТАКИХ ПУБЛІКАЦІЯХ АВТОРА:

1. Мова Л.В. Використання тілесно-орієнтованих методів у формуванні особистісних якостей майбутніх психологів // Педагогіка і психологія. – 1997. – № 2(15). – С. 124-132.

2. Мова Л.В. Використання тілесно-орієнтованих психотехнік в розвитку особистості практичного психолога // Психологія: Збірник наукових праць. Випуск 3(6). – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 1999. - С. 301-305.

3. Мова Л.В. Особливості застосування тілесно-орієнтованих методів в підготовці майбутніх психологів // Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. / За ред. Максименка С.Д. - К.: “Любіть Україну”, 2000. – Т.2, ч.1. – С. 91-94.

4. Мова Л.В. Ефективність використання тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової тренінгових програм в процесі підготовки практичних психологів //Актуальні проблеми психології. Том 1.: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. – К.: Інститут психології імені Г.С.Костюка АПН України, 2002 – Ч. 4. – С.107-113.

5. Мова Л.В. Танцювально-руховий тренінг як умова особистісної самореалізації практичних психологів в процесі професійної підготовки // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка АПН України / За ред. Максименка С.Д. – К.: 2002. – Т.IV, ч.3 – С.155-159.

6. Мова Л.В. До питання про проблему використання тілесно-орієнтованих психотехнік під час підготовки практичних психологів в умовах педвузу // Персонал. – 2000. – № 5 (59). Приложение № 10 (15). – С. 151-152.

7. Мова Л.В. Танцювально-руховий тренінг як активний метод сикокорекції особистісних якостей майбутніх практичних психологів. Наукові записки. – Вип. 32. Ч.1. – серія: Педагогічні науки. – Кіровоград: РВЦ КДПУ імені В.Винниченка, 2001. – С. 165-167.

8. Мова Л.В. Усвідомлене тіло – шлях до внутрішньої та зовнішньої гармонії. Методичні рекомендації. – К.: ННЦ “НІТ” НПУ імені М.П.Драгоманова, 2000. – 28 с.

9. Мова Л.В. Застосування інноваційних форм фахової підготовки для забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів // Актуальні проблеми психології. Том 1.: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. – К.: Інститут психології ім.Г.С.Костюка АПН України, 2002. – Ч.8. – С. 167-171.

АНОТАЦІЇ

Мова Л.В. Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки. Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук зі спеціальності 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова. - Київ, 2003.

В роботі досліджено феномен самореалізації, виділено критерії та динаміку розвитку особистісної самореалізації студентів-психологів, визначено серед факторів забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів тілесно-орієнтовану і танцювально-рухову тренінгову роботу, як інноваційну форму фахової підготовки. Використання розроблених тілесно-орієнтованих та танцювально-рухових тренінгових програм дозволяє забезпечити розвиток самореалізації особистості майбутніх психологів завдяки нетрадиційним активним засобам тренінгової роботи, а саме: роботи з тілом, руху, танцю, спеціально підібраного музичного супроводу. Доведено доцільність та ефективність використання запропонованих тренінгових програм під час підготовки студентів-психологів.

Ключові слова: самореалізація, критерії особистісної самореалізації, тілесно-орієнтована і танцювально-рухова тренінгові програми, нетрадиційні активні засоби фахової підготовки.

Мова Л.В. Психологические особенности обеспечения личностной самореализации будущих психологов в процессе профессиональной подготовки. Рукопись.

Диссертация на соискание научной степени кандидата педагогических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. Национальный педагогический университет имени М.П.Драгоманова. - Киев, 2003.

Диссертация посвящена проблеме изучения особенностей процесса обеспечения личностной самореализации будущих психологов в процессе их профессиональной подготовки.

Необходимость развития в Украине практической психологии выдвигает определённые требования к подготовке специалистов данного профиля, а также исследованиям, которые давали бы новые экспериментальные материалы о повышении эффективности профессионального развития будущего психолога, его личностной самореализации, использовании различных форм работы в процессе профессиональной подготовки.

На основе анализа и обобщения психологической литературы по проблемам подготовки будущих психологов, самореализации личности, телесно-ориентированного и танцевально-двигательного направлений практической психологии обоснована актуальность темы исследования и сформулированы положения относительно самореализации личности будущего психолога. В психолого-педагогической литературе по проблеме подготовки будущих психологов подчеркивается значимость для деятельности психолога наличие определённых личностных качеств, уровень развития его личности и самореализации. Обобщение представленных в литературе взглядов позволило разработать следующие положения:

- для исследования уровня развития личностной самореализации студентов-психологов выделены критерии личностной самореализации студентов-психологов, а именно: низкий уровень личностной тревожности, агрессивности, коммуникабельность, гибкость взглядов, развитая эмпатия, высокий уровень креативности, уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, самостоятельность;

- среди психологических особенностей обеспечения личностной самореализации будущих психологов в процессе учебной деятельности особое место занимают телесно-ориентированная и танцевально-двигательная тренинговые программы, которые выступают формой целенаправленного формирования личности и развития её самореализации.

Среди методов, которые способствуют развитию самореализации личности студента-психолога выделены нетрадиционные активные, а именно: работа с телом, движение, танец, специально подобранное музыкальное сопровождение. Благодаря этим методам обеспечивается

эффективная глубинная психологическая работа со студентами-психологами в процессе телесно-ориентированного и танцевально-двигательного тренингов.

Благодаря специальной структуре тренинговых программ существует возможность диагностики (определение непродуктивных форм поведения с целью самопознания), коррекции (самоусовершенствования), формирования (саморазвитие) и закрепления новых стратегий поведения, перевод их из формы деятельности в факт личностного развития, что позволяет студентам чувствовать

себя уверенно, иметь низкий уровень тревожности и агрессивности, творчески решать вопросы, которые появляются на жизненном пути, т.е. самореализоваться.

Человек, который самореализуется, не зависит от одобрения или нет окружающих, он реализует собственную природу, а не Я-концепцию.

Телесно-ориентированная и танцевально-двигательная тренинговые программы были созданы в результате глубокого анализа проблемы самореализации, изучения литературы по вопросам телесно-ориентированного и танцевально-двигательного направлений практической психологии и практической экспериментальной работы. Как показали результаты исследования, тренинговая работа обеспечивает развитие самореализации участников благодаря тому, что:

а) создаёт психологическую атмосферу защищенности для каждого из участников, в которой человек познаёт себя и легко раскрывает собственные глубинные возможности;

б) работает опытный психолог-ведущий, вооруженный новыми технологиями психологической работы, гуманистически направленный на всестороннюю поддержку участников, который даёт им собственный пример самореализации личности;

в) позволяет всем участникам упражняться в усвоении новых более эффективных форм поведения, переживать эмоции успеха, которые закрепляют этот опыт в структуре личности, способствуют её развитию и самореализации.

В диссертации доказана эффективность использования разработанных тренинговых программ в процессе подготовки будущих психологов. Предложенные программы позволяют обеспечить развитие личностной самореализации студентов-психологов: снижается уровень личностной тревожности, агрессивности, увеличивается уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, уровень креативности, эмпатии, развивается коммуникабельность, самостоятельность, гибкость взглядов.

Ключевые слова: самореализация, критерии личностной самореализации, телесно-ориентированная и танцевально-двигательная тренинговые программы, нетрадиционные активные методы профессиональной подготовки.

Mova Ludmila Viktorovna. Psychological peculiarity of the ensuring of the personality self-realisation in the vocational process. Manuscript.

Dissertation for scientific degree of candidate of Psychological Science on Speciality of 19.00.07 – pedagogical and age psychology M.P.Drahomanova National Pedagogical University. - Kyiv, 2003.

Dissertation is devoted to the problem of studying peculiarity process of ensuring of the personality self-realisation of future psychologist in the vocational training. In the dissertation is reveal the essence of the self-realisation specific of the future psychologists, select a criterion and dynamic development peculiarity self-realisation of student-psychologists in the time of vocational training, define between of personality self-realisation of future psychologists body oriental and dance-moving training work. For the peculiarity of the development self-realisation future psychologists person there was making and trying body-oriental and dancing-moving training programs in the studying process with the using untraditional active methods. There are work with the body, moving, dancing and a special chose music. In the time of teaching student-psychologist it was proved the expedient and effectiveness of the training program which was suggest.

Key words: self-realisation, criterion peculiarity self-realisation, body-oriental and dancing moving training program, untraditional active methods of the vocational training.

Підписано до друку 10.02.2003. Формат 60x84/16
Зам.75. Наклад 100 прим. Віддруковано з оригіналів.

Друкарня
СП “Інтертехнодрук”
м. Київ, вул. Михайлівська 13 А,
тел.: 462 06 56