

# ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ, ПОТЕНЦИАЛА И РЕСУРСОВ СТУДЕНТОВ В РАМКАХ СОЗДАНИЯ ТЕХНОЛОГИИ ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

*Королева А.В., Терещенко Г.Ф.*

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина  
Anna-valerevna@yandex.ru

В нашей статье «Проблемные аспекты личностно-профессиональной адаптации студентов вуза» был проведен анализ актуального проблемного поля современного студента первого курса, который привел к пониманию необходимости активации учащегося как субъекта образовательного процесса, способного эффективно управлять процессами своей личностно-профессиональной трансформации и социализации. Так как наиболее эффективной современной формой организации учебного процесса многими исследователями признается образовательная технология, у нас возникла идея создания технологии личностно-профессиональной адаптации первокурсников к профессии и определены основные задачи данной технологии. Целью данной статьи является проработка первой задачи сформулированной в нашей статье как «понимание собственных личностных особенностей, умений использовать собственные ресурсы, потенциал и резервы, а так же усвоение инструментов их рекреации» [1; с. 11].

Для четкого понимания направления работы по решению этой задачи целесообразно уточнить, что мы будем понимать под «личностными особенностями», исходя из специфики нашей работы. Во-первых, уточнение этого термина привело нас к выводу о необходимости его замены на «личностно-психологические особенности». Так как разрабатываемая нами технология преимущественно ориентирована на групповую работу, для понимания специфики контингента целесообразно ориентироваться, в первую очередь, на психологические возрастные особенности студентов. Однако так же наша цель заключается в помощи студентам осознать личностные особенности, которые особо ярко проявляются при сопоставлении личностью себя с некой «нормой». Вместе с тем эти знания позволят нам приступить к конструированию и наполнению нашей технологии. Исходя из этих уточнений, необходимо определить и охарактеризовать психолого-возрастные особенности рассматриваемой возрастной группы, а затем рассмотреть, каким образом целесообразно организовать помощь студентам в осознании и работе со своей личностью.

Студенты первого курса чаще всего поступают в вуз после окончания школы, поэтому нас будет интересовать возрастная группа 17-19 лет. Этот период определяется исследователями как окончание подросткового периода и начало ранней юности. Теоретический анализ исследований позволил нам дать обобщенную характеристику выделенной возрастной группы. Это сенситивный период для осознания своей индивидуальности и уникальности, возникновения и реализация желание подтвердить и проверять их, что может помочь в подтверждении правильности выбранной профессии как возможности самореализации. Поэтому, как уже было отмечено выше, в нашей технологии первичным этапом будет оказание помощи студентам в понимании индивидуальных особенностей на фоне «нормы» и сопоставлении их с выбранной профессией для закрепления выбора профессии как самостоятельного и осмысленного.

Юноши уже причисляют себя к взрослым, поэтому референтная группа расширяется и включает старших взрослых, через общение и эмоциональный контакт с которыми они стремятся к получению подтверждения своего нового статуса. В случае неполучения такого подтверждения, испытывают внутреннюю напряженность, тревогу, несостоятельность. Во многом это связано с еще одной особенностью – юношеским максимализмом, порождающим видение мира через крайности «черное-белое», при котором незначительное несоответствие субъективному идеалу может привести к глубокому разочарованию и негативизму. По этой же причине юноши часто имеют завышенную самооценку, вследствие чего ставят нереалистичные цели, терпят неудачи и разочаровываются сами в себе. Однако прямое назидательное руководство для них недопустимо, но они с открытостью относятся к тому, что старшие взрослые предлагают свою «помощь на равных», которая выражается в проявлении интереса к личности юноши, его мнению, взглядам, убеждениям в виде диалогического обсуждения.

Немаловажное значение для разработки нашей технологии имеет понимание поколенческих особенностей современных первокурсников, т.к. именно оно может помочь нам понять и использовать для работы психологические особенности. «Поколение Z» - такое название

присвоено людям, родившемся после 1995 г. Главной их отличительной особенностью является естественное принятие цифрового мира: для них это не новшество к которому надо адаптироваться, а неотъемлемая часть реальности, с которой они росли и осваивали ее одновременно с природным и социокультурным миром.

С одной стороны, это дает им преимущество перед предыдущими поколениями, т.к. они с большей готовностью принимают новые идеи, инновации, технологии во всех сферах, более многозадачны и самостоятельны в поиске, обработке информации, открыты для демонстрации своей личности и стремятся к самовыражению, активно используя в том числе цифровое пространство; они стремительны и готовы к позиции «сделай сам» фактически во всех областях жизни.

С другой стороны, их многозадачность часто приводит к фрагментарности присутствия в мире реальном и цифровом, они принимают большое количество новшеств с восторгом, но не способны критически оценить их, т.к. не имеют четкой ориентированной на объективность критериальной структуры оценки. Они с большим трудом способны удерживать внимание на больших объемах информации, стремятся получать короткие порции, но насыщенной смыслом информации. Демонстрация личности часто связана не с реализацией, а со стремлением создать одобряемый образ, некоего персонажа отвечающего новым трендам. Что является, по сути, подлогом, в который многие из них начинают верить как в свою реальную личность. Естественно реальная личность при этом не анализируется, не рефлексирована, а, следовательно, не развивается, а мнимая постоянно меняется в зависимости от трендов, что приводит к дестабилизации психической жизни. При этом растет недоверие к предыдущему поколению, т.к. оно воспринимается как устаревшее, застывшее, не развивающееся. Такая позиция затрудняет общение и передачу социокультурного опыта, т.к. этот опыт оформлен в неудобную для представителей «поколения Z» форму.

Такие особенности нынешнего поколения студентов первокурсников приводят нас к необходимости активно использовать цифровой мир, в частности социальные сети, а именно создать сообщество в социальной сети с постоянно обновляющимися новостями с информацией или заданиями, непосредственно относящимися к предстоящему занятию, закреплению полученных знаний и навыков или повторению предыдущего. Но работа по проверке и упрочнению усвоенных компетенций должны проводиться при непосредственном контакте в аудитории с постоянной обратной связью, критикой, вызовом для вскрытия внутренних конфликтов и проработке навыков работы с ними. Так же из приведенной выше информации, очевидна необходимость пристройки или модернизации имеющихся у студентов нейронных сетей, отвечающих за критическую оценку. Придание ей универсальности для использования как для работы с внешними задачами (работа с информацией, оценка явлений и событий и пр.), так и с внутренними (самооценка, рефлексия, личностный рост и пр.). Важно иметь в виду установку Z «сделай сам», исходя из которой это поколение нуждается не в четких алгоритмах и правилах, а в инструментах и мотивации на использование эмоционального интеллекта для их адекватного применения.

Ориентирование на эти особенности привело нас к выбору интерактивной модели обучения. Так как она, во-первых, подразумевает постановку и реализацию конкретных реалистичных целей, что может помочь студенту в работе по преодолению неадекватной самооценки и юношеского максимализма, а во-вторых, нацелена на активацию всех участников образовательного процесса, установление партнерских, субъект-субъектных отношений.

Раскрытие личностных особенностей позволяет приступить к исследованию ресурсов, потенциала и резервов.

«Ресурс - это необходимые для жизни человека источники, запасы, средства и предпосылки» [2]. В рамках нашей работы нам интересна классификация человеческих ресурсов С. Хобфолла:

- а) материальные объекты (доход, дом, одежда) и нематериальные (желания, цели);
- б) внешние (социальная поддержка, семья, друзья, работа, социальный статус) и внутренние, интраперсональные переменные (самоуважение, профессиональные умения, навыки, способности, интересы, достойные восхищения черты характера, оптимизм, самоконтроль, жизненные ценности, система верований и др.);
- в) психические и физические состояния;

г) волевые, эмоциональные и энергетические характеристики, которые необходимы (прямо или косвенно) для преодоления трудных жизненных ситуаций или служат средствами достижения лично значимых целей [3; с.49].

Исходя из целей нашей работы, мы будем целенаправленно индивидуально работать над раскрытием и оптимизацией использования всех приведенных выше ресурсов по схеме:

1. поиск;
2. распознавание;
3. понимание;
4. описание;
5. личностные особенности использования;
6. соотношения с процессом профессионализации.

Что касается материальных объектов, здесь будет прорабатываться вопрос о стиле, имидже и их актуальном состоянии и соответствии или приведении в соответствие с выбранной профессией, их рассмотрение как элементов приобщения к миру профессии через внешнюю идентификацию. Так же планируется работа по развитию навыков и умений целеполагания.

Работа с внешними ресурсами в рамках нашей технологии, в первую очередь, будет нацелена на помощь в понимании индивидуальных предпочтений в использовании студентом видов этих ресурсов, а так же на закрепление установки на будущую профессию/работу как одного из ведущих ресурсов в этом блоке.

Работа с внутренними, интраперсональными переменными в большей степени связана с процессом профессионализации: на наш взгляд, должен быть сделан упор на возможность расширения этого ресурса в процессе профессионального обучения. Здесь в качестве ресурса необходимо рассмотреть понятие о компетенциях, компетентностном подходе, вызывая внутреннюю мотивацию к отслеживанию их формирования и развития именно как внутреннего ресурса.

В понимании психических и физических состояний как ресурсов, на наш взгляд, студентам поможет изучение основных психосоматических концепций и дальнейшая выработка практических навыков управления ими через комплекс индивидуальных и групповых упражнений.

Волевые, эмоциональные и энергетические характеристики для работы студентов с ними так же требуют уточнения в субъективном и объективном понимании каждого из них в отдельности и в интегрированном понимании, что будет обеспечено теоретической информацией. Практическая же работа над их активацией и развитием подразумевает не только понимание, но и тренировку через комплекс упражнений.

В рамках нашей технологии мы планируем перейти к работе с ресурсами сразу после работы с личностными особенностями студентов, подготовив, таким образом, не только фундамент, но и раскрыв ресурсы, которые можно использовать как для работы, так и для последующего самостоятельного использования студентами в повседневной жизни. Однако ресурсы - это то, что наличествует, но то, что возможно для приобретения, находится в потенциале, что и нашло отражение в формулировке рассматриваемой в данной статье задачи.

В психологическом значении потенциал личности - «это существующие в скрытом виде возможности человека, которые при определенных условиях могут актуализироваться, проявиться, обнаружиться» [4; с. 44]. Как и в предыдущих блоках нашей технологии, здесь необходима проработка для студентов теоретического блока, позволяющего объективировать свои знания о потенциале личности, при этом особого выделения требует теория «зоны ближайшего развития» Л.С. Выготского. Мы планируем проведение диагностики зоны ближайшего развития и конструирование по результатам индивидуально-целесообразной программы развития личностного потенциала.

В прямой связи с личностными ресурсами и потенциалом находится понятие «психологический резерв». Однако наше исследование этого термина привело нас к пониманию, что оно находится в столь близкой связи с понятием «потенциал личности», что рассматривать его отдельно нецелесообразно.

Что касается усвоения инструментов рекреации, то это относится к личностным ресурсам. Вопросами рекреации занимается рекреология – «наука об отдыхе, восстановлении сил человека, израсходованных в процессе труда» [5]. Это относительно новое направление, однако очень актуальное т.к. базируется на теории баланса работы и жизни (Work-life balance) - концепции, включающей необходимость расстановки правильных приоритетов сфер жизнедеятельности в трудовой деятельности (карьера и амбиции, профессионализация и достижения), а также в иных

сферах (отдыха и досуга, семьи и дружеского общения), что напрямую связано с тематикой нашей технологии и логически продолжает тему ресурсов в ракурсе возможностей их восстановления и развития.

При работе в этом направлении теоретическая информация может быть дана минимально для ознакомления, т.к. в большей степени вопрос рекреации подразумевает индивидуальную работу по выявлению личностных интересов и предпочтений в области отдыха для нахождения хобби. Групповая работа проводится в виде командных игр, целью которых являются именно игровые действия для получения положительных эмоций, психологической и физической разрядки, чувства сопричастности. Так же целесообразно сформировать инструментарий из психологических и физических упражнений, способных помочь быстро восстановить потраченный ресурс и закрепить его у студентов на уровне навыков.

Проведя подробное рассмотрение первой задачи нашей технологии, мы пришли к следующим выводам. Необходимо переформулировать первую задачу следующим образом «понимание индивидуальных личностно-психологических особенностей, выработка на основе знаний умений и навыков использования собственного потенциала и ресурсов, а так же инструментов их рекреации».

В целях оптимизации использования доступного ресурса для обучения в рамках нашей технологии мы планируем перенести теоретическую информацию в цифровое пространство, поделив порционно и проверяя ее преимущественно в том же пространстве, а так же прохождение несложных диагностических заданий. В аудиторное время проводить: игровые упражнения по раскрытию, тренировке и использованию уже самостоятельно усвоенной теоретической и личностной информации, выработке на основе их умений и навыков с привязкой к формируемым, таким образом компетенциям. А также обязательна индивидуальная работа, нацеленная на диагностику и консультирование по конкретным, формулируемым студентом запросам, но в рамках пройденного на момент консультации материала. Это укладывается в выбранную нами на основе практической целесообразности интерактивную модель обучения.

Приобретая все более четкие формы, наша технология очевидно приходит к необходимости включения еще одного компонента «разработки индивидуальной образовательной траектории», который может помочь придать нашей деятельности большую четкость, структурированность и понятность как для студентов, так и для нас, наглядно отражать результаты, придать большую практическую и перспективную ценность нашей технологии. Однако это требует подробного теоретического рассмотрения, выходящего за рамки целей данной работы.

### **Литература**

1. Шаршов И.А., Королева А.В., Прокудин Ю.П. Проблемные аспекты личностно-профессиональной адаптации студентов вуза // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки. 2019. Т.24. № 182. С. 7 – 13.
2. Соловьева С.Л. Ресурсы личности. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. № 2. URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 30.06.2018).
3. Hobfoll S., Shirom A. Stress and burnout in the workplace // R. Golembiewski (ed.). Handbook of organization behavior. N.Y., 1993. P. 41–60.
4. Зеер Э.Ф. Психологическая оценка профессионально-личностного потенциала субъекта предпринимательской деятельности. Екатеринбург, 2009.
5. Прохоров Б.Б. Экология человека. Понятийно-терминологический словарь. Ростов-на-Дону, 2005. URL: [https://human\\_ecology.academic.ru/1703](https://human_ecology.academic.ru/1703)