

Едуард Помиткін
доктор психол. наук, професор
провідний науковий співробітник
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих
імені Івана Зязюна НАПН України,
м. Київ (Україна)

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Чимало поколінь наших попередників мріяли про те, що у світі нарешті завершаться війни, люди знайдуть ліки від усіх хвороб і запанує мир. Насправді ж перша чверть ХХІ століття принесла світу й Україні чимало викликів. Серед них – екологічна криза, військові події на Сході нашої держави, пандемія COVID-19. Маємо констатувати, що світ не став безпечним і спокійним місцем, де люди здобули щастя і досягли здійснення заповітних мрій.

В екстремальних умовах життєдіяльності для особистості вкрай важливо мати стійкі внутрішні орієнтири - цінності і смисли, які допомагають свідомо долати життєвий шлях, моделювати власне майбутнє. В нагоді в цьому можуть значною мірою стати представники «допомагаючих» професій, зокрема, психологи та педагоги. Звичайно, вони мають володіти сформованими цінностями та смислами, бути справжніми професіоналами. Однак нерідко і після завершення навчання у ВНЗ студенти не розуміють своїх подальших кроків, не усвідомлюють напрямів особистісної і професійної самореалізації. Чи зможуть вони здійснювати ефективну допомогу і спрямовувати інших до особистісної самореалізації?

Для подолання цього протиріччя вже з перших років навчання у ВНЗ доцільно розвивати у студентської молоді здатність до особистісного життєпроекування. Одним із засобів означеного розвитку стала розробка і впровадження навчальної дисципліни «Психологія особистісного життєпроекування» (Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О.).

Метою викладання дисципліни є розвиток усвідомлення цінності життєвого часу, формування знань про потреби розвитку особистості на кожному віковому періоді онтогенезу та оволодіння

навичками проєктування життєвого шляху як творчого задуму особистості.

Завданнями вивчення навчальної дисципліни визначено: - оволодіння теоретичними знаннями щодо сенсу життя, його мети, життєвої місії особистості; - розуміння принципів періодизації і психологічних закономірностей життєвого шляху людини; - розробка особистісного життєвого проєкту з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей та метамотивів.

За своєю структурою дисципліна містить 5 тематичних розділів. На вступному занятті відбувається розвиток мотивації студентів для подальшого вивчення курсу. Викладач наводить аргументи та статистику, що свідчать про доцільність самопізнання і пошуку шляхів власної самореалізації у юнацькому віці.

Тема 1. – «Тривалість життя як природний, соціальний та психологічний феномени» актуалізує проблему обмеженості життєвого часу всіх живих істот на планеті та підводить до усвідомлення цінності життєвого часу людини. Студенти знайомляться з особливостями сприйняття життєвого часу людиною та визначають власне ставлення до життєпроєктування.

Тема 2. – «Життєвий шлях особистості та його періодизація» знайомить майбутніх психологів з періодами життєвого шляху рослин, тварин і людини. Студенти дізнаються про потреби розвитку особистості на різних етапах онтогенезу.

Вони здійснюють рефлексію власного ставлення до таких подій життєвого шляху як народження, дитинство, юність, молодість, зрілість, старість, завершення життя.

Тема 3. – «Призначення життєвого шляху: мрії, здібності, сенс життя та покликання людини» допомагає молоді виробити власні суб'єктивні критерії успішності життя. За допомогою тестування студенти визначають і уточнюють особистісні здібності та накреслюють шляхи реалізації особистісного потенціалу. Значна увага приділяється також оволодінню теорією мотивації і метамотивації особистості, що дозволяє розширити репертуар життєвих сценаріїв, вийти за межі мисленнєвих шаблонів і стереотипів цілепокладання.

Тема 4. – «Психологічні закономірності життєвого шляху особистості» знайомить студентів з поняттям психологічних закономірностей і специфікою їх емпіричного підтвердження.

Студенти досліджують психологічні закономірності життєвого шляху видатних представників людства, співвідносять отримані дані з власними уявленнями про важливі етапи і події життя, продовжують самопізнання на основі психологічного тестування. Вивчення теми завершується написанням есе "Моє головне життєве досягнення в майбутньому".

Тема 5. – «Життєвий шлях як творчий проєкт особистості» - занурює майбутніх психологів у психологічний зміст категорій: ретроспекція, рефлексія, усвідомлення, моделювання, життєпроєктування. Вони знайомляться з психологічною моделлю розвитку свідомості та ціннісних орієнтацій особистості.

Вивчення цих теоретичних основ є необхідною умовою свідомого особистісного та професійного самовизначення психологів, формування здатності в майбутньому здійснювати дієву допомогу клієнтам у знаходженні внутрішніх орієнтирів -цінностей і смислів, що допомагають реалізувати особистісний потенціал в екстремальних умовах.

Домашнє завдання з дисципліни виконується з метою закріплення та поглиблення теоретичних знань та вмінь, набутих студентом у процесі оволодіння навчальним матеріалом. Для успішного виконання домашнього завдання студент повинен знати психологічні закономірності життєвого шляху особистості, провести діагностику особистих нахилів, якостей і здібностей, знати основні принципи життєпроєктування.

Для виконання домашніх завдань студенти мають можливість використовувати психологічні тести, що розташовані на сайті <https://pcenter.kiev.ua/portfolio/psixologicheskie-testy-onlajn/> та заносять отримані результати до психологічної карти самопізнання. Це дозволяє майбутнім психологам по завершенні вивчення дисципліни дослідити власний психологічний профіль особистості та використати отримані результати при розробці власного життєвого проєкту. Розробка та захист студентами власного життєвого проєкту є завершальним етапом навчання, який інтегрує як особистісні, так і професійні здобутки, узагальнює отримані знання, вміння та навички.

Для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів під час вивчення дисципліни застосовуються такі методи: групова дискусія, тренінгові вправи, ситуаційні задачі тощо. Реалізація цих методів здійснюється при проведенні лекцій та практичних занять, самостійному вирішенні задач, роботі з навчальною літературою, виконанні домашнього завдання.

У цілому дисципліна «Психологія особистісного життєпроекування» розрахована на 90 год., з яких 15 лекційних, 30 практичних занять і 45 год. самостійної роботи студентів. Впровадження навчальної дисципліни «Психологія особистісного життєпроекування» в освітню практику здійснювалося на базі Національного авіаційного університету впродовж 2020-2021 рр. У ньому брали участь студенти 1 курсу спеціальності 053 «Психологія» освітніх програм «Психологія» та «Психологія бізнесу». За відгуками студентів та результатами анкетування введення цієї дисципліни було доцільним як для особистісного, так і для подальшого професійного самовизначення майбутніх психологів. Розуміння себе, власних нахилів і здібностей допомогло накреслити варіанти самореалізації, сприяло зменшенню невизначеності, а як наслідок – зниження особистісної тривожності.

Література

1. Луцький М.Г. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Інженерія програмного забезпечення. – 2011. – №1(5). – С.25-34.
2. Zinovieva, I.S., Artemchuk, V.O., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kovach, V.O., Iatsyshyn, A.V., Romanenko, Y.O., Radchenko, O.V. The use of online coding platforms as additional distance tools in programming education (2021) Journal of Physics: Conference Series, 1840 (1), art. no. 012029. DOI: 10.1088/1742-6596/1840/1/012029
3. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.