

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НАВЧАЛЬНОГО КУРСУ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ВНЗ

Тетяна ГЕРА

Copyright © 2015
УДК 159.923 : 371.32

Tetiana Gera

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF TRAINING COURSE IN EDUCATIONAL PROCESS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTION

Постановка наукової проблеми. Поширена нині філософія мінімалізму зачіпає всі сфери, у тому числі й освітню. Екологічний мінімалізм вимагає ощадного ставлення до природних ресурсів, економічний – заохочує забезпечених людей не вивищуватися марнотратством, а жити лише за необхідними потребами, особистісно центрований – обмежує спілкування наживо, запускає життєвий автопілот (звички замінюють ситуативне прийняття рішень, відбувається віртуалізація реальності через стереотипне мислення, емоційна оцінка обмежується гедонічною), доходить до заміни ідеї “залишити після себе слід” та “піти, не захаращуючи планети”; спостерігається навіть читацький мінімалізм – шукаємо короткі тексти, здебільшого прості нерозлогі речення із семи (плюс-мінус два) слів, або замінюємо текст інфографікою. Ця тенденція знайшла своє відображення і в освіті: наприклад, громіздкі в часі й у матеріально-дидактичному забезпеченні педагогічні методи поступаються коротким психотехнічним впливам, стратегії дедалі стають гнучкішими, а тактики – інтенсивнішими, що вказує на освітній мінімалізм. З огляду на це виникає потреба змішаних форм психолого-педагогічного впливу, які б не лише навчали, виховували й розвивали, а й надавали психологічну підтримку, знімали стрес, оптимізували працездатність, урегульовували групову динаміку. Йдеться про потребу задіяння психологічного супроводу в освітній процес ВНЗ через безпосереднє долучення психологічного змісту в навчальні курси (насамперед – соціогуманітарні).

Психологічний супровід освітнього процесу – це вид психологічної допомоги на конкретному етапі соціального життя (у процесі професіоналізації в умовах ВНЗ), що полягає у спрямуванні й оптимізації психологічними засобами

перебігу процесів навчання, виховання та розвитку особистості, залишаючи за нею право на вибір подальших дій і не знімаючи з неї відповідальності за свої рішення та дії. Пілотажне дослідження студентів I–III курсів педагогічного університету виявило такі актуальні проблеми освітнього процесу ВНЗ, які вимагають психологічного супроводу: адаптація першокурсників до нових умов навчання й організація власного побуту; пошук індивідуальних способів обробки великих потоків інформації, ознайомлення з новими навчальними дисциплінами (психологія, філософія, фахові предмети); реалізація у виборі оновлених життєвих цінностей відповідно до нового довілля й обраної професії; зміна усталеного способу життя, налагодження його оздоровлювального стилю; вихід із батьківської сім'ї, подолання міжпоколінних конфліктів, пов'язаних із кризою ідентичності та новим етапом розвитку батьківської сім'ї; влаштування інтимного життя, юнацькі стосунки, зміна соціальної ситуації розвитку; перехід від залежного до самостійного життя з повною відповідальністю за нього та ін. Описані студентами причини неуспішного й умови успішного навчання вдалося поділити на чотири чинники: а) здатність і вміння вчитися, особиста підготовленість студента до університету; б) внутрішні спонуки (інтерес, бажання, особисті принципи, моральні настанови тощо); в) зовнішні спонуки (заохочення та покарання, батьківське визнання, актуальність професії, ставлення викладачів, методика викладання, стипендія, ставлення друзів до навчання і груповий вплив, доступність лекцій і підручникових текстів, зручність розкладу); г) організація і зміст життя (невміння розподілити час, неналагоджений побут, неорганізованість у виконанні завдань із великим обсягом інформації, неприємне вра-

ження від аудиторії, погане транспортне сполучення з домом тощо). Проаналізувавши результати пілотажного опитування, було встановлено чотири групи психологічних шляхів покращення навчання:

1) *психологічна робота з особистістю студента*: освоєння словника, оптимізація уваги через саморегуляцію стану й налаштування, оволодіння мотиваторами і демотиваторами для таймменеджменту та подолання лінощів, вироблення індивідуального стилю навчання, формування готовності до саморозвитку;

2) *робота з особистістю викладача*: контакт, партнерство, доброзичливе ставлення до студента, спрямованість на спільний результат – компетентність майбутнього фахівця, організація спільної технології досягнення мети, вимогливість, об'єктивність, справедливість без корупції, відмова від тиску і шантажу, високий статус, підкріплений авторитетом і кваліфікованістю, компетентність у предметному матеріалі, відмова від утечі в психозахисну лояльність і від тиску для наживи;

3) *оптимізація методики викладання*: дозування й алгоритмізація інформації, міжпредметна співпраця замість конкуренції курсів, особиста значущість практичних занять, максимальна орієнтація на програму всіх учасників освітнього процесу, мінімізація вимог за допомогою робочих зошитів із друкованою основою та стандартизації лабораторних звітів і форм роботи на практичних заняттях, підсумковий іспит для узагальнення матеріалу й особистої презентації успіху;

4) *оптимізація умов студентського життя*: залучення до різних видів студентської активності для швидшої адаптації, формування побутової самозарядності й ергономіки навчання, позитивне налаштування на професію та індивідуальну самореалізацію в ній, психологічна підтримка зв'язку з батьківською сім'єю, групові домашні завдання із детальним розподілом функцій, наперед встановлений дедлайн індивідуальних завдань.

Зі всіх опитаних першокурсники найбільше потребують психологічного супроводу освітнього процесу, який охоплював би вищезазначені чотири шляхи оптимізації навчання в педагогічному ВНЗ.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із даної проблематики. Психологічний супровід освітнього процесу сукупно охоплює: а) адаптаційні процеси першокурсників [2; 18; 9; 27] і молодих викладачів [21; 10]; б) ергономіку

навчання та педагогічної взаємодії (графіки роботи, часову і просторову організацію аудиторних занять, навчальне навантаження, а також психологічну підготовку студентів і викладачів до освітнього таймменеджменту) [20; 25]; в) психологічну підтримку особистості у процесі її професіоналізації [11; 23].

Види психологічного супроводу суб'єктів педагогічного ВНЗ слушно диференціювати за предметом психолого-супровідних впливів. До першої групи таких впливів належать психологічна підтримка абітурієнтів [7; 16; 19], супровід особистісної адаптованості першокурсників [28–30] і молодих викладачів [10], психологічна підготовка випускників до державного екзамену та самостійної трудової діяльності [6]. Другу групу становлять види супроводу, спрямовані на забезпечення умов успішної освітньої підготовки до професії, а саме робота з індивідуальними програмами особистісно-професійного розвитку студентів [8; 11], професійно зорієнтований тренінг майбутніх педагогів (тренінгові програми базової працездатності, ефективного спілкування, особистісно-професійної ідентичності, креативності тощо) [3–5], психолого-просвітницька, психодіагностична та психоконсультативна робота психологічної служби університету [28; 29]. Третя група вказаних впливів охоплює допомогу студентам різних соціальних категорій і працівникам освітнього закладу (особисті та групові консультації майбутніх педагогів, професорсько-викладацького складу, обслуговувального персоналу, технічних працівників та управлінців, спрямовані на підтримку осіб із особливими освітніми потребами [26; 15], покращення психологічного клімату в колективі [22] і на профілактику професійного вигорання [17]).

Провідний спеціаліст психологічної служби ВНЗ не в змозі охопити таким повномасштабним психологічним супроводом кожного учасника освітнього процесу. З огляду на це, доцільною є практична, у тому числі й психолого-супровідна, спрямованість вивчення психологічних дисциплін, задекларована нами як *психологічний супровід навчального курсу*. Вочевидь психолого-просвітницькі функції можуть здійснювати не лише психологи, а й куратори, соціальні педагоги, викладачі психолого-педагогічних і професійно спрямованих дисциплін (звісно, за попередньої психологічної підготовки). Така популяризація психологічних знань є стратегічним питанням.

Тактично ж вивчення психології на першому курсі у педагогічному ВНЗ мусить супроводжуватися її безпосереднім практикуванням.

Мета статті: обґрунтування та змістово-процесне моделювання психологічного супроводу навчального курсу в умовах педагогічного ВНЗ. **Завдання дослідження:** а) аргументувати доцільність впровадження психологічного супроводу навчального курсу; б) проаналізувати запити суб'єктів освітнього процесу та психолого-супровідні можливості практичних занять із “Загальної психології” для першокурсників педагогічних спеціальностей; в) створити змістово-функціональну модель психологічного супроводу практичних занять із курсу “Загальна психологія” для майбутніх педагогів.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Під психологічним супроводом навчального курсу розуміється конкретний вид психологічних супровідних впливів на студентів, здійснюваних викладачами-психологами при викладанні / вивченні навчальної дисципліни. Це – одиничний випадок, з одного боку, психологічного моніторингу як технології цілеспрямованого нагляду за процесом професіоналізації майбутніх фахівців (послідовної діагностики нормального перебігу профосвітніх механізмів), а з іншого – активного супроводу освітнього процесу, зосередженого на здійсненні психологічної підтримки студентів із різними освітніми потребами, забезпеченні умов комфортного особистісно-професійного навчання, виховання та розвитку, формуванні в учасників освітнього процесу психологічної аутокомпетентності та самозарадності.

Для створення моделі психологічного супроводу навчального курсу потрібно провести експертизу психолого-супровідних можливостей відповідної навчальної дисципліни. Насамперед – за її змістом (наприклад, програма із загальної психології містить достатньо інформації для вироблення теоретичного підґрунтя особистісної самокомпетентності студентів, із соціальної – інтерактивно-комунікативної компетентності, з вікової – компетентності в онто-, філо-, професіо-, аксіогенетичній сферах, з педагогічної – компетентності в організації навчання і самонавчання, виховання і самовиховання, розвитку і саморозвитку). Доцільною також є експертна оцінка процесних можливостей різних видів занять із конкретного курсу (одні навчальні плани передбачають лекційні та лабораторні заняття із загальної

психології, інші – лекційні та практичні, ще інші – і лабораторні, і семінарсько-практичні).

Зміст лекцій визначається програмою навчального курсу й упредметнений у поняттях, категоріях, закономірностях, механізмах дослідження певної групи психодуховних явищ. У загальній психології уявлення, розуміння й особистісне осмислення змісту, закономірностей і механізмів прояву, функціонування та розвитку психічних явищ забезпечують засади теоретичної просвіти – підґрунтя особистісної аутокомпетентності. Зміст окремого лабораторного заняття забезпечує оволодіння методом психологічного дослідження, в тому числі й самопізнання, а зміст практичного – охоплює виконання дослідницької, ораторської, вишкільної (тренінгової), організаторської, рефлексивної та творчої діяльності студента в контексті окремої теми. Отже, практичне заняття вирізняється найширшим діапазоном змісту науково-освітньої активності майбутніх фахівців, а тому й більшою варіативністю психосупровідних впливів у різних формах роботи на різних етапах навчального процесу.

Психолого-супровідні можливості практичних занять пов'язані також із їхньою психодидактичною структурою. Організаційна та мотиваційна частини визначають психологічні засади всього заняття; вони націлені на налаштування, зняття зайвого напруження, входження особистості в навчальну проблемну ситуацію, вибір оптимального стилю пізнавальної пошукової активності [див. 31], що є прямим завданням психологічного супроводу освітнього процесу. На етапах актуалізації опорних знань, опитування та розв'язання психологічних задач відбувається особистісна децентрація з метою повного зосередження на предметі вивчення – конкретному психологічному явищі; для зліквідування особистих бар'єрів пізнання тут важлива психологічна підтримка (ситуативні засоби адекватного супроводу). При тренінговому практикуванні, оцінюванні та підведенні підсумків заняття на передній план можуть висуватися процеси групової динаміки, коли учасники групи стають один для одного відображенням, підкріпленням, засобом, стимульним матеріалом психологічного пізнання і самопізнання; для врегулювання інтенсивності та спрямованості міжособистісних і групових впливів потрібний психологічний нагляд за груповими процесами – фаховий моніторинг мікроклімату. Комплексно все зазначене й обґрунтовує психосупровідні можливості струк-

тури практичного заняття із загальної психології.

Не менш вагомим в експертизі супровідних можливостей практичних занять є вивчення їх процесних особливостей. Типовий алгоритм психодіагностичної, психотерапевтичної, психокорекційної, розвивальної, тренінгової та інших видів психодопоміжної роботи передбачає поступове входження, оптимальну кульмінацію та оптимістично натхненний поступальний вихід із проблемно зорієнтованої навчальної ситуації, що теж має місце на таких заняттях і зближує їх із техніками психологічного супроводу.

Психогігієнічні засади лекції й ергономіка викладу навчального предмета забезпечують комфортне ознайомлення з програмою курсу на теоретичному рівні. Підготовка й участь у практичних заняттях, натомість, природно викликають додаткові хвилювання у студентів, пов'язані зі старими соціально оцінними підкріпленнями. Тому актуальною (тактично) є розробка психологічного супроводу практичних занять із курсу, який би нівелював груповий тиск, дезадаптаційні особистісні прояви, не сформованість у юнака чи юнки вміння вчитися в умовах ВНЗ, комунікативну незрілість особи та інші психологічні перешкоди в навчанні. Задля цього нами змодельований психологічний супровід практичних занять із дисципліни “Загальна психологія”, що вивчається студентами педагогічного ВНЗ у першому семестрі першого курсу й об'єктивно потребує психологічної підтримки активізації адаптаційних процесів майбутніх педагогів.

Модельовання психологічного супроводу практичних занять доцільно розпочати з його змістового наповнення, що визначається не стільки навчальною програмою курсу, скільки конкретними запитам учасників-суб'єктів освітнього процесу. Пілотажне дослідження виявило такий рейтинг актуальних проблем першокурсників при вивченні загальної психології у першому семестрі: “завеликі завдання для самостійної роботи для підготовки до практичного заняття”; “погані побутові умови унеможливають якісну підготовку”; “незрозумілість лектора і тексту підручника”; “замало практичних занять”; “неприємні, холодні або загарячі аудиторії з поганою звукоізоляцією викликають небажання працювати”; “розбіжності між вимогами батьків і викладачів, що створює внутрішній конфлікт”; “сімейні труднощі, проблеми транспортного сполучення з домом”; “допомога АТО важливіша, ніж якесь

практичне заняття”; “небажання витратити особисті сили на освіту, яка не забезпечить роботою”; “невміння вчитися в умовах ВНЗ”; “високі вимоги викладачів”; “нерозуміння зв'язку між навчальним предметом і майбутньою професією”. Все це унагальнює потребу студентів у конкретно-ситуативному психологічному супроводі навчального курсу.

Важливим питанням у створенні психологічного супроводу практичних занять є підбір психосупровідних засобів, доцільних в освітньому процесі ВНЗ. Оскільки таке заняття (навіть із психології) не має на меті замінити повноцінного моніторингу, психотерапії, психотренінгу, психокорекції та інших видів психологічної допомоги, а може лише використати короткі та прості техніки корекції стану, рефлексивні методики й засоби групової підтримки “тут і тепер”, то оптимальним, на нашу думку, видається застосування таких психолого-супровідних впливів, як майндфулнес, шерінг і робота з тематичними ментальними картами.

Майндфулнес-прийом – це вміння особистості тримати паузу в автопілотній поведінці та деструктивній мисленнєвій діяльності для усвідомлення поточного моменту. Майндфулнес орієнтовану психотерапію розробили Дж. Кабат-Зінн, З. Сігал, Дж. Тісдал, М. Вільямс як ефективний когнітивний метод запобігання рецидиву депресії, аргументуючи, що постійне перебування в думках зменшує здатність відчувати реальність [24]. Сам термін позначає усвідомленість, повноту розуму, уважність, психоекзистенційну долученість до поточного моменту, захопленість особистості своїм актуальним досвідом. Техніки усвідомленості навчають способу повнокровного буття, а не діяння. Клінічна психологія доводить, що майндфулнес покращує здатність мозку сприймати й обробляти інформацію, зміцнює імунну систему, піднімає настрій і зменшує стрес [12], що перегукується із завданнями психологічного супроводу. Тому майндфулнес дозволяє переключити увагу з попередніх когнітивних схем через перцептивне поле актуальної ситуації на готовність пізнавати новий матеріал, адже активує префронтальну кору для рефлексії та емоційно-поведінкової саморегуляції замість вербального зовнішнього мотивування. Майндфулнес-техніки переводять свідомість із високого рівня абстракції до буттєвого самоусвідомлення, допомагають переключити увагу й завершити гештальт через споглядально-ре-

лаксаційну регуляцію вражень попередньої ситуації освітнього процесу.

Шерінг – психодраматичний елемент будь-якого тренінгу, спрямований на консолідацію досвіду групи. Термін означає проговорювання особистого враження, почуттів, досвіду усвідомлення, зворотного зв'язку учасниками тренінгової групи в колі [13]. Досвід показує, що як психотренінговий і психотерапевтичний прийом він може застосовуватися на різних етапах практичного заняття із загальної психології із психолого-супровідною метою: по-перше, для проговорювання особистістю усвідомленого досвіду в групі, що забезпечує його когнітивно-вербальне узагальнення; по-друге, для надання й отримання зворотного зв'язку, спрямованого на оптимізацію емоційного клімату та врегулювання механізмів групової динаміки задля згуртування студентської групи; по-третє, для приборкання психозахисного суб'єктивізму в рефлексивній діяльності майбутніх педагогів.

Створена нами *методика тематичних ментальних карт* полягає в задіянні до освітнього процесу трьох форм роботи студентів: 1) інфографічного узагальнення дозованого навчального матеріалу в його логічній схемі (подання теми в індивідуальній чи груповій опорній схемі); 2) аналізу тематичних логічних схем і створення персональної асоціативної схеми (за допомогою інструкційної картки відбувається індивідуальне асоціювання студентами теоретичних узагальнень із теми зі своїм життєвим досвідом у формі “правопівкулевого малювання” [1; 14], колажування чи будь-якої іншої арттерапевтичної техніки); 3) аналізу асоціативних схем і формулювання конкретних завдань особистісно-професійного саморозвитку (що я хочу зробити для подальшого самопізнання? Для пізнання світу? Для пізнання людей і своєї професії?).

Під тематичною ментальною картою розуміємо персональну цілісну інфографіку освітнього і психосупровідного бінарного процесу, який охоплює логічну й асоціативну схеми теми та індивідуальні завдання особистісно-професійного саморозвитку студента.

Виходячи зі запитів учасників освітнього процесу й узагальнення психосупровідних можливостей практичних занять, а також озброївшись новітніми засобами психологічної допомоги, змодельовано психологічний супровід курсу “Загальна психологія” для першокурсників педагогічних спеціальностей.

ЗМІСТОВО-ПРОЦЕСНА МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Мета психологічного супроводу практичного заняття із загальної психології: психологічна підтримка студентів для створення оптимальних внутрішніх і зовнішніх умов їхнього особистісно-професійного розвитку та комфортного перебігу освітнього процесу.

Завдання супроводу заняття – психологічна допомога в: а) адекватній адаптації до освітнього процесу педагогічного ВНЗ (освоєння вміння вчитися та формування індивідуального стилю пізнавальної діяльності); б) згуртуванні новостворених груп першокурсників (урахування групової динаміки в організації студентського життя); в) спрямуванні особистісно-професійного розвитку майбутніх педагогів (підтримка ідентифікаційних процесів у юнаків, складання програми саморозвитку, входження у само- та життєтворчі процеси через оволодіння тайм- і лайфменеджментом); г) тьюторському консультуванні для надання загальнопсихологічним знанням особистісно-професійного сенсу (формування психологічної самозарядності, використання навчальної інформації для самоконсультування у проблемних ситуаціях, самокорекція станів, оптимізація стосунків у сім'ї та групі).

Засоби психологічного супроводу на практичному занятті із загальної психології: техніки майндфулнесу, шерінг, робота з тематичними ментальними картами.

Форми організації супроводу на занятті: по-перше, вербальні (усні та письмові) й невербальні (психогімнастика, візуалізації, арттерапевтичні вправи, тілесно зорієнтовані техніки тощо); по-друге, фронтально-індивідуальна (самостійне виконання кожним студентом інструкцій, декларованих викладачем наживо одночасно цілій групі), індивідуально-само-стійна (особиста рефлексія у щоденниках самопізнання), групова (зворотний зв'язок у колі, поділ аудиторії на мікрогрупи для виконання окремих завдань), колективна (створення тематичної ментальної карти за участю всієї аудиторії, колективна творча справа), діадні та тріадні (робота в парах і трійках).

Структура заняття охоплює десять етапів психосупровідної роботи викладача-психолога зі студентами.

1. Майндфулнес замість організаційної частини заняття. “У лівому верхньому куті

аркуша записуємо дату. Погляньмо у вікно й зафіксуємо, який пейзаж споглядаємо. Які кольори домінують? Який настрій навіює погода за вікном?

Під датою записуємо номер аудиторії. Роззирнімося навколо. Якого кольору стіни? На якій відстані від дошки сидимо? За якими столами працюємо? Яким канцелярським приладдям користуємося? У якому стані перебуваємо у цій аудиторії?

Під номером аудиторії записуємо прізвище викладача. Огляньмося на присутніх у кімнаті людей. Хто сидить поруч? Чи комфортно у цьому докільці? Які кольори, запахи, звуки, обличчя, рухи, слова, символи нас оточують? Чого я насправді хочу в цей момент?"

2. Шерінг (зворотний зв'язок) для актуалізації особистих ресурсів і пізнавальної мотивації. "Підготовкою до практичного заняття є самостійне виконання лабораторної роботи. Чи є люди, які не зробили лабораторного дослідження? Відрефлексуємо результати. Продумаймо відповіді на кожне із трьох наступних запитань та оформімо її одним коротким реченням, яке виголосимо в колі, коли надійде черга: 1. Що нового я дізнався про себе після виконання лабораторної роботи? 2. Які відкриття стосовно свого соціального оточення я зробив після виконання лабораторної роботи? 3. Як ця лабораторна підготувала мене до професії "Педагог"?"

Зараз виберіть одне із двох наступних запитань для себе й підготуйте відповідь: 1. Навіщо я прийшов сьогодні на заняття? 2. Що я хочу отримати на цьому занятті? (Хто відповів на перше питання, націлений на процес, на друге – на конкретний результат.)

Чи кожен ознайомлений з орієнтаційною основою курсу? (Орієнтувальна основа курсу містить теми, дати і плани практичних занять, перелік термінів, завдання лабораторних робіт і форми звітності до них, практичні вправи й індивідуальні завдання для самостійної роботи.)

3. Актуалізація опорних знань у контексті словникової роботи. Понятійно-категорійний апарат заняття унаявленій тематичною термінологією (тлумаченням базових термінів у робочих словниках). Перевірка активного словника здійснюється усно (фронтальне опитування), або у формі словникового диктанту (потрібно записати термін, яким позначається описуване явище).

4. Робота з тематичними ментальними картами. Студентам пропонується ознайомитися

з логічною схемою програмного матеріалу з теми (опорні логічні схеми додаються). Далі треба виконати вимоги інструкцій до складання асоціативної схеми, проаналізувати тематичні асоціації і сформулювати завдання власного особистісно-професійного саморозвитку, на решті цілісно усвідомити свою тематичну ментальну карту.

5. Майндфулнес при переході до наступного виду роботи. "Що я зараз усвідомлюю? Що зі мною відбувається? Як усе це пов'язано з моєю професійною підготовкою й особистим розвитком?"

6. Шерінг після кожної вправи практичного заняття. "Як виконання цього завдання посприяло чи завадило реалізації моїх очікувань щодо заняття?"

7. Тематичний тестовий контроль. До кожної теми розроблено закриті та відкриті навчальні тести. Психологічна підготовка до тестування полягає у попередньому ознайомленні студентів з такими видами завдань: альтернативні (так / ні), на вибір правильної відповіді із запропонованих, на вибір зайвого з переліку, на впорядкування алгоритмів (нумерування наступності етапів конкретного процесу), на встановлення взаємно однозначної відповідності між елементами двох множин, фасетні завдання тощо.

8. Підсумковий шерінг "Збір валіз". "Які відкриття про свою особистість вдалося здійснити на цьому занятті? Як це допоможе мені стати педагогом? Що я хочу зробити сьогодні на наступне заняття?"

9. Емоційне позитивне підкріплення. "Подаруймо один одному усмішку за згадку про заняття. Аплодисменти групі за роботу."

10. Майндфулнес виходу із ситуації. "Як перемінилася погода за вікном? Що змінилося в аудиторії за час заняття? Яким є моє усвідомлення цього моменту?" Завершення гештальту.

ПЕРШІ РЕЗУЛЬТАТИ АПРОБАЦІЇ ПСИХОЛОГО-СУПРОВІДНОЇ МЕТОДИКИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ІЗ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Ефективність описаних психосупровідних впливів визначалася за допомогою анкети (див. наст. сторінку).

Перші результати апробації запропонованої методики проведення практичних занять із загальної психології показали, що на останньому занятті порівняно з першим: а) до кінця

АНКЕТА
для діагностики ефективності психолого-супровідних впливів
на практичному занятті із загальної психології

1. Позначте свій рівень психологічного напруження (хвилювання):

- на початку пари: 0 _____ 10
- після першої півпари: 0 _____ 10
- після пари: 0 _____ 10

2. Ваш настрій:

- на початку пари: 0 _____ 10
- після першої півпари: 0 _____ 10
- після пари: 0 _____ 10

3. Ви налаштовані на підготовку до наступного заняття:

- позитивно;
- нейтрально;
- негативно.

4. Наскільки ця тема потрібна вам:

- для особистого життя: 0 _____ 10
- для професійної діяльності: 0 _____ 10
- для _____: 0 _____ 10

5. Коли Ви неготові до заняття,

то рівень психологічного напруження (хвилювання) становить: 0 _____ 10

6. Як часто у Вас виникає бажання втекти із практичного заняття:

- постійно;
- інколи, коли не зробив домашнього завдання;
- інколи, коли _____;
- ніколи.

7. Наскільки Ви ініціативні при виконанні домашніх завдань:

- не зацікавлений в індивідуальних завданнях, тому не виконую їх;
- виконую лише окремі завдання, якими зацікавився;
- виконую всі завдання, бо це мій обов'язок;
- виконую всі завдання, бо мені цікаво;
- сам придумую собі завдання замість обов'язкових;
- сам придумую собі додаткові завдання до обов'язкових.

8. Як Ви ставитесь до професії “Педагог”:

- негативно: це не моє;
- нейтрально: вчуся заради диплому та можливості перепрофільватися;
- нейтрально: вчуся, щоби мати хоч якусь роботу (в т.ч. у школі);
- нейтрально: не знаю, чим іще зайнятися у цей період;
- позитивно: це моє покликання.

пари знизився рівень психологічного напруження студентів на 6%; б) покращився настрій уже в першій половині заняття на 8,3%; в) збільшилося позитивне налаштування студентів на підготовку до наступного заняття на 12%; г) зросло їхнє розуміння особистої та професійної значущості кожної теми на 24,5%. Ця тенденція закріпилася вже на третє заняття, коли виявилось: 1) зменшення напруження при непідготовленості студента до теми на 3%; 2) зниження кількості пропусків занять на 5,7%; 3) зростання ініціативи студентів і зацікавленості практичними (у т.ч. тренінговими) індивідуальними завданнями на 2,7%. Загалом ставлення майбутніх педагогів до обраної професії істотно змінилось: кількість

негативних відгуків про обрану професію знизилася на 18%; кількість тих, хто сумнівався у виборі, зменшилася від 43% до 15,6% (з них лише 1,4% впевнилися в недоцільності педагогічної спрямованості власної професіоналізації). Отож позитивне налаштування студентства до психолого-педагогічних знань стало переважати у їхньому професійному самовизначенні після впровадження відповідних супровідних заходів.

ВИСНОВКИ

1. Доцільність упровадження психологічно-го супроводу навчального курсу щонайперше впливає із запитів студентів (невміння часово, просторово, змістово і технологічно організувати

освітній процес в умовах ВНЗ; несформованість індивідуального стилю пізнавальної діяльності; психологічна неготовність до особистісно-професійного само- та життєтворення) і викладачів (неадаптованість і дезадаптованість першокурсників до нових умов навчання; випадки деструктивного впливу групової динаміки на ефективність освітнього процесу; проблема комфортного психологічного клімату за різного рівня особливих освітніх потреб студентів), а також із психолого-супровідних можливостей змісту, структури і динамічної організації навчальних занять. Зміст лекцій, розкриваючи програму курсу, забезпечує теоретичне підґрунтя психологічної просвіти; лабораторне заняття – оволодіння методом психологічного дослідження; натомість зміст практичного заняття – уможливорює практику дослідницької, ораторської, вишкільної (тренінгової), організаторської, рефлексивної, творчої видів діяльності студента в контексті окремої теми.

2. Найширший діапазон змісту науково-освітньої активності студентів є на практичному занятті, звідси походить більша варіативність його психосупровідних впливів через різномістовлену роботу на всіх етапах заняття. Причому його розгалужена структура теж дає змогу застосовувати психосупровідні елементи у таких аспектах: як організаційна та мотиваційна частини, в актуалізації опорних знань, на етапі опитування та розв'язання психологічних задач, при тренінговому практикуванні, оцінюванні та підведенні підсумків заняття. Нарешті, процес входження, кульмінації та виходу з навчальної проблемної ситуації практичного заняття також відображає алгоритм психологічної роботи (у тому числі психотерапевтичної, корекційної, тренінгової тощо), що зближує його із психологічним супроводом.

2. Проаналізувавши запити учасників освітнього процесу, висновуємо про виняткову важливість конкретно-ситуаційного психологічного супроводу у формі психосупровідних впливів на практичному занятті. Рейтинг актуальних проблем першокурсників при вивченні загальної психології у першому семестрі відкриває “завеликі завдання для самостійної роботи у підготовці до практичного заняття” та “погані побутові умови”, а завершує – “невміння вчитися”, “високі вимоги викладачів” та “нерозуміння зв'язку між навчальним предметом і майбутньою професією”. Тому на основі аналізу запитів і психосупровідних можливостей практичних занять із “Загальної психології”

для першокурсників педагогічних спеціальностей обґрунтовано доцільність розробки і впровадження авторської методики викладання / вивчення цієї дисципліни.

3. Створена змістово-функціональна модель психологічного супроводу практичних занять із курсу “Загальна психологія” для майбутніх педагогів, що **націлена** на психологічну, соціально-педагогічну та психотерапевтичну підтримку студентів-першокурсників у процесі їхньої професіоналізації, створення оптимальних внутрішніх і зовнішніх умов їхнього особистісно-професійного розвитку та емоційно комфортного освітнього процесу. **Завдання** успішної особистісної адаптованості юнаків і юнок до нової соціальної ситуації розвитку, згуртування академічних груп, спрямування особистісно-професійного розвитку майбутніх педагогів і формування в них психологічної самозаданості через надання загальнопсихологічним знанням особистісно-професійного сенсу можна реалізувати **засобами** майндфулнес-технік, шерінгу та інших тренінгових елементів, а також роботи з тематичними ментальними картами.

5. **Етапи** психолого-супровідної роботи викладача психології віддзеркалені в десятирівневій **структурі** практичного заняття: 1) майндфулнес замість організаційної частини; 2) шерінг (зворотний зв'язок) для актуалізації особистих ресурсів і професійно-пізнавальної мотивації; 3) актуалізація опорних знань шляхом вербалізації сутності, змісту, структури, причинно-наслідкових зв'язків, механізмів, форм, видів досліджуваного психологічного явища і прикладів індивідуального досвіду роботи з ним; 4) фронтально-індивідуальна робота з тематичними ментальними картами (ознайомлення з логічною схемою теми, складання індивідуальних асоціативних схем, аналіз керованих асоціацій, формулювання завдань особистісно-професійного саморозвитку на основі цілісного усвідомлення такої окремої карти); 5) майндфулнес при переході з одного виду роботи до іншого; 6) шерінг після кожної вправи практичного заняття; 7) тематичний тестовий контроль для компетентісної самооцінки студентів; 8) підсумковий шерінг “Збір валіз”; 9) емоційне позитивне підкріплення; 10) майндфулнес виходу з навчальної проблемної ситуації.

З огляду на перші результати апробації, пропонується **психолого-супровідна методика проведення практичних занять із загальної психології** є перспективним складником інноваційних освітніх технологій.

1. Агрус: школа риторики й ораторства Ірини Снітинської. Тренінг “Правопівкульне малювання. Відкрий у собі художника” / Михайло Пелехатий. – Електронний ресурс. – Режим доступу на 30.06.2014: <http://shkola-agrus.com/novyny/pravopivkulmlkyvannja.html>
2. Бусигіна Н.С. Психологічний супровід процесу адаптації учнів-першокурсників професійного ліцею / Н.С. Бусигіна. – Електронний ресурс. – Режим доступу на 06.10.2014: http://mplbsp.at.ua/load/psikhologichna_skarbnichka/psikhologichnij_suprovod_procesu_adaptaciji_uchniv_pershokursnikiv/8-1-0-49
3. Гера Т.И. Пути внедрения профессионально ориентированного тренинга в систему психологического сопровождения будущих инженеров-педагогов / Татьяна Игоревна Гера // Материалы междунар. науч.-практ. конф. “Фундаментальная наука и технологии – перспективные разработки” (22 – 23.05.2013). г. Москва. SPC Academic “Fundamental science and technology – promising developments”. – North Charleston: CreateSpace, 2013. – Vol.2. – 264 p. – P.96–98.
4. Гера Т. Тренінг креативності в системі психологічного супроводження майбутніх педагогів // Педагогические условия развития личности: теория и практика (книга 3): [монографія] / Бокова А.З., Гера Т.И., Костерина И.В., Люлина В.И. и др., под ред. К.И.Хаджиалиева. – М.: Изд-во “Перо”, 2014. – 178 с. – С. 154–176.
5. Гера Т. Тренінгова методика проведення лабораторних, семінарських і практичних занять із загальної психології як засіб психологічного супроводу майбутніх педагогів: [монографія] / Тетяна Ігорівна Гера. – Дрогобич: РВ ДДПУ імені Івана Франка, 2013. – 244 с.
6. Гонза Т.В. Психологическое сопровождение выпускников при сдаче ЕГЭ / Татьяна Васильевна Гонза. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 20.05.2013: <http://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskoe-na-uki/library/2013/01/17/psikhologicheskoe-soprovozhdenie-vypusknikov-pri>
7. Грязнова Н. Проблема психологічної готовності старшокласників до зовнішнього незалежного тестування / Наталя Грязнова // Психолог. Шкілький світ. – 2009. – №13. – С. 31–32.
8. Деркач А.А. Развитие аутопсихологической компетентности государственных служащих / Анатолий Алексеевич Деркач, Людмила Анатольевна Степнова. – М.: РАГС, 2003. – 297 с.
9. Діколь О.А. Психологічний супровід адаптації першокурсників у діаді “викладач–студент” / О.А. Діколь. – Електронний ресурс. – Режим доступу на 02.10.2014: <http://www.confcontact.com/2008jule/dikol.php>
10. Євдокімова О.О. Алгоритм та технології реалізації програми психологічного супроводу викладачів вищих технічних навчальних закладів / Олена Євдокімова. – Електронний ресурс. – Режим доступу на 05.10.2014: <http://yandex.ua/clck/jsredir?from=yandex.ua%3Byandsearch%3Bweb%3B%3B&text>
11. Зеер Э.Ф. Психология профессий / Э.Ф. Зеер. – М.: Акад. проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с.
12. Каббат-Зинн Дж. Самоучитель по исцелению: Как преодолеть физическую и эмоциональную боль и выйти на более высокий уровень состояния здоровья и благополучия / Джон Каббат-Зинн. – Мн.: Попурри, 2002. – 496 с.
13. Константинова В. Шеринг – это особый вид разговора / Вера Константинова. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 05.12.2012: <http://vekkv.ru/geshtalt-terapiya/shering-eto-osobyiy-vid-razgovora/>
14. Лестер С. Мастерские правополушарного рисования / Стив Лестер. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 05.12.2013: <http://www.risovanie.ru/2012-04-07-17-53-56/5.html>
15. Луценко Ю.А. Психологічний і соціальний супровід дитини з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти / Юрій Анатолійович Луценко. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 06.10.2014: http://psyslujba.ucoz.ua/load/inkluzivna_osvita/socialnomu_pedagogu_materiali_po_inkluziji/psikhologichnij_i_socialnij_suprovod_ditini_z_osoblivimi_osvitnimi_potrebami_v_umovakh_inkluzivnoji_osviti/13-1-0-117
16. Методичні рекомендації щодо здійснення психологічного супроводу випускників загальноосвітніх навчальних закладів під час зовнішнього незалежного оцінювання та державної підсумкової атестації і профілактики стресів перед іспитами / Л. І. Рибаківа, Н. М. Нечипорук, В. В. Козачишина, Л. Л. Адамчук // Психологічна газета. – 2010. – № 10. – С. 3–18.
17. Мірошніченко О.А. Профілактика синдрому “професійного вигорання” у роботі управлінців освіти / Олена Анатоліївна Мірошніченко. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 16.10.2014: http://eprints.zu.edu.ua/10088/1/21_Мірошніченко_О.А.pdf
18. Морозюк И.Н. Психологическое сопровождение студентов-первокурсников в период адаптации к условиям ГОУ СПО (ССУЗ) / Инна Николаевна Морозюк. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 05.10.2014: <http://festival.1september.ru/articles/624335>
19. Новікова І.М. Психолого-педагогічний супровід ЗНО / Ірина Миколаївна Новікова // Психологічна газета. – 2010. – №1. – С.15–22.
20. Окулова Л.П. Педагогическая эргономика: [монографія] / Л.П. Окулова. – М.: Изд-во: Институт компьютерных исследований, 2011. – 200 с.
21. Плутина М.И. Акмеологическое сопровождение профессионального становления преподавателей высшей школы: монография / М.И. Плутина. – М.: ООО “ПКЦ Альтекс”, 2008. – 418 с.
22. Подоляк Л.Г. Психологія студентської групи / Людмила Григорівна Подоляк, Віктор Іванович Юрченко. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 10.10.2014: http://www.psyh.kiev.ua/Подоляк_Л.Г.,_Юрченко_В.І.Психологія_студентської_групи
23. Савицька О.В. Психологічний супровід професійної підготовки майбутніх психологів / О.В. Савицька. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 10.10.2014: <http://bo0k.net/index.php?bid=5443&chapter=1&p=achapter>
24. Сидорик Ю.Р. Майндфулнес-орієнтована когнітивна терапія. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 09.10.2014: <http://consult.if.ua/ua/metod/mo-ct.html>

25. Скидан С.А. Эргономические основы учебного процесса в высшей школе: [монография] / С.А. Скидан. – К.: Ред. “Бюлетеня ВАК України”, 1998. – 222 с.

26. Соціально-психологічний супровід дітей з особливими освітніми потребами. Методичні рекомендації / упор. О.В. Бондар. – Ямпіль: Відділ освіти Ямпільської РДА, 2013. – 32 с.

27. Степанова О.П. Психическая адаптация и психологическое сопровождение студентов-первокурсников на начальных этапах обучения / Ольга Павловна Степанова. – Электронный ресурс. – Режим доступа на 29.09.2014: <http://psibook.com/scholarly/psihicheskaya-adaptatsiya-i-psihologicheskoe-soprovozhdenie-studentov-pervokursnikov-na-nachalnyh-etapah-obucheniya.html>

28. Фурман А.В. Діагностичний напрям змістовлення діяльності психологічної служби університету / Анатолій В. Фурман, Тетяна Надвична // Психологія і суспільство. – 2014. – №3. – С. 69–101.

29. Фурман А.В. Психологічна служба університету: від моделі до технології / Анатолій В. Фурман, Тетяна Надвична // Психологія і суспільство. – 2013. – №2. – С. 80–104.

30. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості: [наук. вид.] / Анатолій В. Фурман. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 197 с.

REFERENCES

1. Agrus: shkola rytoryky j oratorstva Iryny Snitynskoyi. Trening “Pravopivkulne malyuvannya. Vidkryj v sobi xudozhnyka” / Мухажло Pelexatyj. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 30.06.2014: <http://shkola-agrus.com/novyny/pravopivkuln-mlkyvannja.html>;

2. Busygina N.S. Psixologichnyj suprovod procesu adaptaciji uchniv-pershokursnykiv profesijnogo liceyu / N.S.Busygina. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 06.10.2014: http://mplbsp.at.ua/load/psikhologichna_skarbnichka/psikhologichnij_suprovod_procesu_adaptaciji_uchniv_pershokursnykiv/8-1-0-49;

3. Gera T.Y. Puty vnedrennyya professionalno oryentirovannogo trenynga v systemu psixologicheskogo soprovozhdenyya budushnyh ynzhenerv-pedagogov / Tatyana Ygorevna Gera. // Materyaly mezhdunarodnoj nauchno-praktycheskoj konferencyu Fundamentalnaya nauka y technology – perspektivnyye razrabotky” (22 – 23.05.2013). g. Moskva. SPC Academic Fundamental science and technology – promising developments”. – North Charleston: CreateSpace, 2013. – Vol.2. – 264 p. – P. 96 – 98.

4. Gera T. Trenyng kreatyvnyosti v systeme psixologicheskogo soprovozhdenyya budushnyh pedagogov // Pedagogicheskiye uslovyaya razvytyaya lychnosti: teoryya y praktyka (knuga 3): monografiya / Kollektiv avtorov: Bokova A.Z., Gera T.Y., Kosteryna Y.V., Lyulyna V.Y. y dr..Pod red. K.Y.Xadzhalyeva. – M.: Yzd-vo Pero”, 2014. – 178s. – S.154-176.;

5. Gera T. Trenyngova metodyka provedennyya laboratornyh, seminarnyh y praktychnykh zanyat y zagalnoyi psixologiyi yak zasib psixologichnogo suprovodu majbutnix pedagogiv: monografiya / T. I. Gera. – Drogobych: RV DDPU imeni Ivana Franka, 2013. – 244s.;

6. Gonza T.V. Psixologicheskoe soprovozhdenye vypusnykiv pry sdache EGЭ / Tatyana Vasylevna Gonza. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupa na 20.05.2013: <http://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskoe-soprovozhdenie-vypusnykiv-pri>;

7. Gryaznova N. Problema psixologichnoyi gotovnosti

starshoklasnykiv do zovnishnogo nezaleznogo testuvannya / Nataliya Gryaznova // Psixolog. Shkilkyj svit. – 2009. – #13. – S.31-32.;

8. Derkach A.A., Stepnova L.A. Razvytye autopsixologicheskoy kompetentnosti gosudarstvennyh sluzhashchykh / Anatolij Alekseevych Derkach, Lyudmyla Anatolevna Stepnova. – M.: RAGS, 2003. – 297s.

9. Dikol O.A. Psixologichnyj suprovod adaptaciji pershokursnykiv u diadi vykladach-student” / O.A. Dikol. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 02.10.2014: <http://www.confcontact.com/2008jule/dikol.php>;

10. Yevdokimova O.O. Algoritm ta tehnologiyi realizaciji programy psixologichnogo suprovodu vykladachiv vyshchyh technichnykh navchalnykh zakladiv / Olena Yevdokimova. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 05.10.2014: <http://yandex.ua/clck/jsreidir?from=yandex.ua/%3Byandsearch/%3Bweb/%3B%3B&text>

11. Zeer Э.Ф. Psixologyya professyj / Э.Ф. Zeer. – M.: Akademicheskij proekt; Ekaterynburg: Delovaya knuga, 2003. – 336 s.;

12. Kabbat-Zynn D. Samouchitel po yselenyyu: Kak preodoleet fizycheskuyu y эуосyonalnyuyu bol y vyjty na bolee vysokij uroven sostoyannya zdorovyya y blagopoluchyya. / Dzhon Kabbat-Zynn. – Mn.: Popurry, 2002. – 496s.

13. Konstantynova V. Sheryng – это osobyj vyd razgovora. / Vera Konstantynova. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupa na 05.12.2012: <http://vekkv.ru/geshtalt-terapiya/sheryng-eto-osobyiy-vid-razgovora/>

14. Lester S. Masterskiye pravopolusharnogo rysovannya / Styv Lester. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupa na 05.12.2013: <http://www.risovanie.ru/2012-04-07-17-53-56/5.html>

15. Lucenko Y.A. Psixologichnyj i socialnyj suprovod dytyny z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v umovax inklyuzyvnoyi osvity. / Yuriy Anatolijovych Lucenko. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 06.10.2014: http://psylujba.ucoz.ua/load/inkluzivna_osvita/socialnomu_pedagogu_materiali_po_inkluziji/psikhologichnij_i_socialnij_suprovod_ditini_z_osoblivymi_osvitnimi_potrebami_v_umovakh_inkluzivnoyi_osviti/13-1-0-117

16. Metodichni rekomendaciji shhodo zdiysnennyya psixologichnogo suprovodu vypusnykiv zagalnoosvitnix navchalnykh zakladiv pid chas zovnishnogo nezaleznogo ocinyuvannya ta derzhavnoyi pidsumkovoyi atestaciji i profilaktyky stresiv pered ispytamy / L. I. Rybakova, N. M. Nechyporuk, V. V. Kozachyshyna, L. L. Adamchuk / Psixologichna gazeta. – 2010. – # 10. – S. 3-18.;

17. Miroshnychenko O.A. Profilaktyka syndromu profesijnogo vygorannya” u roboti upravlinciv osvity / Olena Anatolijivna Miroshnychenko. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 16.10.2014: http://eprints.zu.edu.ua/10088/1/21_Miroshnychenko_O.A..pdf

18. Morozyuk Y.N. Psixologicheskoe soprovozhdenye studentov-pervokursnykiv v peryod adaptacyyi k uslovyam GOU SPO (SSUZ) / Ynna Nykolaevna Morozyuk. – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupa na 05.10.2014: <http://festival.1september.ru/articles/624335/>;

19. Novikova I.M. Psixologo-pedagogichnyj suprovod ZNO / Iryna Mykolayivna Novikova. // Psixologichna gazeta. – 2010. – #1. – S.15-22.

20. Okulova L.P. Pedagogicheskaya эrgonomyka: monografiya. – M.: Yzevsk: Ynstytut kompyuternykh yssledovanyj, 2011. – 200s.

21. Plutyna M.Y. Akmeologicheskoe soprovozhdenye professionalnogo stanovlenyya prepodavatelej vysshej shkoly: monografiya. / M.Y. Plutyna. – M.: OOO PKCz

Alteks", 2008. – 418s.;

22. Podolyak L.G., Yurchenko V.I. *Psychologiya studentskoyi grupy / Lyudmyla Grygorivna Podolyak, Viktor Ivanovych Yurchenko.* – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 10.10.2014: http://www.psyh.kiev.ua/Podolyak_L.G.,_Yurchenko_V.I.Psychologiya_studentskoyi_grupy

23. Savyczka O.V. *Psychologichnyj suprovid profesijnoyi pidgotovky majbutnix psychologiv / O.V.Savyczka.* – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 10.10.2014: <http://bo0k.net/index.php?bid=5443&chapter=1&p=achapter>

24. Sydoryk Yu.R. *Majndfulness-oriyentovana kognityvna terapiya.* – Elektronnyj resurs. – Rezhym dostupu na 09.10.2014: <http://consult.if.ua/ua/metod/mo-ct.html>

25. Skydan S.A. *Эргономические основы учебного процесса в высшей школе: Монография.* – К.: Редакция Вулетеня Вышхой атестациной комисийи Украйны, 1998r. – 222 s.

26. *Socialno-psychologichnyj suprovid ditej z osoblyvymy osvitynymi potrebamy. Metodychni rekomendaciyi / Upor. O.V.Bondar.* – Yampil: Vididil osvity Yampilskoyi RDA, 2013. – 32s.;

27. Stepanova O.P. *Psyhicheskaya adaptaciya u psychologicheskoe soprovozhdenye studentov-pervokursnykov na nachalnih etapah obucheniya / Olga Pavlovna Stepanova.* – Электронный resurs. – Rezhym dostupu na 29.09.2014: <http://psibook.com/scholarly/psihicheskaya-adaptatsiya-i-psihologicheskoe-soprovozhdenie-studentov-pervokursnikov-na-nachalnih-etapah-obucheniya.html>

28. Furman A.V., Nadvynychna T. *Diagnostychnyj napryam uzmistovlennya diyalnosti psychologichnoyi sluzhby universytetu / Anatolij Vasylovych Furman, Tetyana Nadvynychna // Psychologiya i suspilstvo.* – 2014. – #3. – S.69-101.

29. Furman A.V., Nadvynychna T. *Psychologichna sluzhba universytetu: vid modeli do tehnologiyi. / Anatolij V.Furman, Tetyana Nadvynychna // Psychologiya i suspilstvo.* – 2013. – #2. – S.80-104.

30. Furman A.V. *Psyhodiagnostyka osobystisnoyi adaptovanosti : [nauk. vyd.] / Anatolij V. Furman.* – Ternopil: Ekonomichna dumka, 2000. – 197 s.

АНОТАЦІЯ

Гера Тетяна Ігорівна.

Психологічний супровід навчального курсу в освітньому процесі ВНЗ.

Освітній мінімалізм спонукає пошук ресурсоощадних засобів психолого-педагогічного впливу на майбутніх фахівців. Пропонується психосупровідна методика викладання / вивчення психологічних дисциплін. У статті обґрунтовано і змодельовано психологічний супровід навчального курсу в умовах педагогічного ВНЗ. З цією метою: а) аргументовано доцільність упровадження вказаного супроводу навчального курсу; б) проаналізовано запити суб'єктів освітнього процесу і виявлено психосупровідні можливості практичних занять із загальної психології для першокурсників педагогічних спеціальностей; в) створено змістово-функціональну модель психологічного супроводу практичних занять.

Пілотажне дослідження виявило низку актуальних проблем першокурсників, з котрими вони стикаються при вивченні загальної психології у першому семестрі, які потребують психологічного супроводу. Ці запити та зміст навчальної програми визначають предметну спрямованість цього супроводу. Серед засобів його реалізації на практичних заняттях описано майндфулнес-

прийом (пауза усвідомлення поточного моменту, що використовується для попередження автопілотної поведінки та унеможливлення деструктивної мисленнєвої діяльності); шерінг (тренінг ова техніка консолідації досвіду групи через проговорювання кожним студентом у колі особистого враження, почуттів, досвіду усвідомлення, зворотного зв'язку); методику тематичних ментальних карт: триетапне створення студентами персональної цілісної інфографіки освітнього та психосупровідного процесів шляхом подання теми у вигляді логічної опорної схеми (1), індивідуальне асоціювання теоретичних узагальнень із життєвим досвідом у формі тематичної асоціативної схеми (2), формулювання конкретних завдань особистісно-професійного саморозвитку на засадах аналізу тематичних логічних та асоціативних схем (3).

Змістово-функціональна модель психологічного супроводу практичних занять із загальної психології націлена на психологічну підтримку студентів для створення оптимальних внутрішніх і зовнішніх умов їхнього особистісно-професійного розвитку та комфортного перебігу освітнього процесу. Вона передбачає такі форми супроводу, як вербальні та невербальні, фронтально-індивідуальні, самостійні, групові, колективні, діадні та тріадні. Структура заняття охоплює десять етапів психосупровідної роботи викладача-психолога зі студентами: 1) майндфулнес замість організаційної частини; 2) шерінг для актуалізації особистих ресурсів і пізнавальної мотивації; 3) актуалізацію опорних знань за допомогою словникової роботи; 4) роботу з тематичними ментальними картами; 5) майндфулнес при переході до наступного виду роботи; 6) шерінг після кожної вправи практичного заняття; 7) тематичний тестовий контроль; 8) підсумковий шерінг; 9) емоційне позитивне підкріплення; 10) майндфулнес виходу із ситуації. Перші результати апробації пропонованої методики підтвердили ефективність описаних психосупровідних впливів, а саме зниження психологічного напруження студентів, покращення їхнього настрою, збільшення позитивного налаштування на підготовку до наступного заняття, зростання розуміння особистості та професійної значущості кожної теми, зниження кількості пропусків занять, самовивільнення індивідуальними завданнями, позитивне налаштування на професійно-педагогічну самовизначеність.

АННОТАЦИЯ

Гера Татьяна Игоревна.

Психологическое сопровождение учебного курса в образовательном процессе вуза.

Образовательный минимализм мотивирует поиск ресурсосберегательных средств психолого-педагогического влияния на будущих профессионалов. Предлагается психосупроводительная методика преподавания / изучения психологических дисциплин. В статье обосновано и смоделировано психологическое сопровождение учебного курса в условиях педагогического вуза. С этой целью: а) аргументирована целесообразность внедрения психологического сопровождения учебного курса; б) проанализированы запросы участников образовательного процесса и выявлены психосупроводительные возможности практических занятий по общей психологии для первокурсников педагогических специальностей; в) создано содержательно-функциональную модель психологического сопровождения практических занятий.

Пилотажный опрос определил актуальные проблемы первокурсников, с которыми они сталкиваются при

изучении общей психологии в первом семестре. Эти запросы и содержание учебной программы определяют предметную направленность этого сопровождения. Среди средств его реализации на практических занятиях описаны майндфулнес-приём (пауза осознания текущего момента, которая используется для предупреждения автопилотного поведения и избегания деструктивной мыслительной деятельности); шеринг (тренинговая техника консолидации опыта группы через проговаривание каждым студентом по кругу личного впечатления, чувств, опыта осознания, обратной связи); методика тематических ментальных карт: трехэтапное создание студентами персональной целостной инфографики образовательного и психосопроводительного процессов с помощью презентации темы в виде логической опорной схемы (1), индивидуальное ассоциирование теоретических обобщений с жизненным опытом в форме тематической ассоциативной схемы (2), формулирование конкретных задач личностно-профессионального саморазвития на основании анализа тематических логических и ассоциативных схем (3).

Содержательно-функциональная модель психологического сопровождения практических занятий по общей психологии направлена на психологическую поддержку студентов для создания оптимальных внутренних и внешних условий их личностно-профессионального развития и комфортного протекания образовательного процесса. Она предусматривает такие формы сопровождения, как вербальные и невербальные, фронтально-индивидуальные, самостоятельные, групповые, коллективные, диадные и триадные. Структура занятия предусматривает десять этапов психосопроводительной работы преподавателя-психолога со студентами: 1) майндфулнес вместо организационной части; 2) шеринг для актуализации личностных ресурсов и познавательной мотивации; 3) актуализацию опорных знаний с помощью словарной работы; 4) работу с тематическими ментальными картами; 5) майндфулнес при переходе к следующему виду работы; 6) шеринг после каждого упражнения практического занятия; 7) тематический тестовый контроль; 8) обобщающий шеринг; 9) эмоционально положительное подкрепление; 10) майндфулнес выхода с учебной ситуации.

Первые результаты апробации предложенной методики подтвердили эффективность описанных психосопроводительных влияний, а именно снижение психического напряжения студентов, улучшение их настроения, возрастание понимания личной и профессиональной значимости каждой темы, снижение количества пропусков занятий, самоосвобождение инициативы студентов и заинтересованности практическими индивидуальными заданиями, позитивный настрой на профессионально ориентированную педагогическую самоопределенность.

ANNOTATION

Gera Tetiana.

Psychological support of training course in educational process in higher education institution.

Educational minimalism encourages the search resource-saving means of psychological and pedagogical effect on future professionals. It is proposed psycho-accompaniment methods of teaching/learning psychological disciplines. In the article it is grounded and modeled psychological support of learning course in conditions of pedagogical universities. With this goal: a) argued advisability of implementation of said support learning course; b) analyzed requests of subjects of educational process and identified psycho-accompaniment opportunities of practical lessons from general psychology for freshmen of pedagogical specialties; c) created content-functional model of psychological support of practical lessons.

Pilot study found a number of actual problems of first-year students with whom they face in the study of psychology in the first semester which needs a psychological support. These requests and content of learning program determine the subject orientation of this support. Among the means of its implementation in practical classes is described mindfulness-reception (pause of awareness of the current moment which is used to prevent autopilot behavior and prevent destructive mental activity); sharing (training technique of consolidation of experience of group through saying of each student in the circle of personal impressions, feelings, experience, awareness, feedback); method of thematic mental maps: student's three-steps creation personal holistic infographic of educational and psycho-accompanying process by submitting topics as a logical reference scheme (1), individual associating of theoretical generalizations with life experience in the form of thematic associative scheme (2), formulating concrete tasks of personal and professional self-development on the basis of analysis of thematic logic and associative schemes (3).

Content-functional model of psychological accompaniment of practical training of general psychology focuses on psychological support of students to create the optimal internal and external conditions of their personal-professional development and a comfortable flow of the educational process. It provides the following forms of accompaniment as verbal and nonverbal, front-individual, independent, group, collective, dyadic and triadic. The structure of classes includes ten stages of psycho-accompaniment work of teacher-psychologist with students: 1) mindfulness instead of organizational part; 2) sharing for actualization of personal resources and cognitive motivation; 3) actualization of basic knowledge with help of dictionary work; 4) work with thematic mental maps; 5) mindfulness through transition to the next kind of work; 6) sharing after each exercise of practical lesson; 7) thematic test control; 8) final sharing; 9) emotional positive support; 10) mindfulness of output of the situation. The first results of approbation of proposed method have confirmed and showed the effectiveness of described psycho-accompaniment effects such as reducing psychological stress of students, improve their mood, increase of positive setting to prepare for the next lesson, increase of understanding of personal and professional importance of each theme, reducing the number of absence, self-release of individual tasks, positive attitude to professional and pedagogical self-determined.

Надійшла до редакції 29.12.2014.