

УДК 159.9

## ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНОЙ СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ БАРЬЕРОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

© 2009 Н.В.Дроздова

Оренбургский государственный педагогический университет

Статья поступила в редакцию 29.06.2009

В статье рассмотрены понятия стратегия, стратегия преодоления психологических барьеров, основные характеристики стратегии преодоления психологических барьеров. Изучены стратегии преодоления психологических барьеров студентов-психологов.

Ключевые слова: стратегия, стратегия преодоления, стратегия преодоления психологических барьеров, психологическая устойчивость

В психолого-педагогических исследованиях обнаруживается широкое разнообразие трактовок термина «стратегия». Он соотносится с программой, набором тактик и техник, совокупностью операций, действий, совокупностью процедур, планом действий и т.д. В общеметодологическом аспекте термин «стратегия» означает «искусное руководство, план проведения или действия, сознательно составленный набор операций для решения некоторой проблемы или достижения некоторой цели»<sup>1</sup>.

На основе проведенного теоретического анализа мы сформулировали рабочее определение понятия «стратегия преодоления психологического барьера». Стратегия преодоления психологических барьеров – множество приемов, иерархически организованных, объединенных целью и составляющих способ реализации учебной деятельности, обеспечивающий преодоление психологических барьеров. Основными характеристиками стратегии преодоления могут быть названы следующие:

1. *Целостность*, представляющая собой внутреннее единство метаплана (выдвижение гипотез, постановка целей, формирование образа учебно-профессиональной деятельности, выработка ее программы, включающей представление о специфике необходимых приемов, действий и операций, обеспечивающих достижение цели – преодоление психологических барьеров) и плана реализации (приемы, действия, операции, направленные на проверку правильности выдвинутой гипотезы, сформированного образа осуществления учебно-профес-

сиональной деятельности), воспринимающихся как единое целое.

2. *Последовательность*, проявляющаяся в определенной иерархической организации основных составляющих стратегии преодоления психологических барьеров, обусловленной рациональностью их активизации в соответствии с целью.

3. *Полнота и завершенность*. Эти две характеристики представляются нам особенно тесно связанными между собой. Полнота стратегии преодоления психологических барьеров выражается в необходимом, не лимитированном наборе психологических приемов, действий и операций, обеспечивающих завершенность стратегии. Завершенность стратегии, в свою очередь, связана с целенаправленностью, то есть с решением задачи преодоления психологических барьеров, и выражается в исчерпанности содержательного плана результата учебной деятельности<sup>2</sup>.

Для целей нашего исследования важным является мнение ученых, считающих осознанность необходимой характеристикой стратегий, мы также полагаем, что реализация выделенных функций стратегий и актуализаций их характеристик в учебной деятельности студентов возможны при условии, если стратегии являются предметом сознательного контроля субъектов деятельности<sup>3</sup>.

Выбор определенных стратегий преодоления психологических барьеров учебно-профессиональной деятельности личностно специфичен. Формы

<sup>0</sup> Дроздова Наталья Владимировна, старший преподаватель кафедры возрастной и педагогической психологии.

E – mail: [nataljadzdzd@rambler.ru](mailto:nataljadzdzd@rambler.ru)

<sup>1</sup> Краткий психологический словарь / Сост. Л.А.Карпенко; Под общ.ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – М.: Политиздат, 1985.

<sup>2</sup> Белохвостова О.И. Динамика стилей учебной деятельности студентов при преодолении психологических барьеров: Автореф. дис.... канд. психол. наук. – СПб.: 2003; Мязина М.Б. Особенности психологического барьера, возникающего в процессе профессиональной подготовки у студентов технического вуза: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб.: 2003.

<sup>3</sup> Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М.: Смысл, 1999.

стратегий обусловлены конструктивностью или не конструктивностью учебно-профессиональной деятельности и поведения студентов. Критериями конструктивности стратегии являются степень осознанности критической ситуации, использование механизмов произвольного саморегулирования поведения и деятельности в кризисных условиях, степень развития самоактуализации личности студентов, обеспечивающие оптимально продуктивный уровень выполнения деятельности<sup>4</sup>.

Процесс преодоления психологических барьеров сопровождается глубокой внутренней работой по преодолению сложившихся стереотипов деятельности, смысловому образованию ситуации, требующих адекватных умственных действий, волевых установок, что повышает активность и напряженность деятельности. На процесс преодоления психологических барьеров оказывают влияние внешние и внутренние факторы. Важнейшие внутренние факторы, определяющие успешность преодоления психологических барьеров – творческая активность субъекта по осмыслению своего статуса, способов выполнения деятельности, устранение в ней противоречий, проверка возможности формирующих способов преодоления. Преодоление психологического барьера – это внутренняя работа субъекта деятельности, связанная с мобилизацией внутренних ресурсов: нахождение личностного смысла деятельности, ценности личной позиции, самоактуализации, осознания мотивов деятельности. Главная основа преодоления психологических барьеров – это восстановление нарушенного равновесия и обретение психологической устойчивости личности.

По мнению Н.А.Подьмова, психологическая устойчивость личности включает в себя устойчивость индивидуального сознания личности, проявляющуюся в резистентности психики и связанную с ее стабильностью и изменчивостью; динамические процессы, являющиеся неотъемлемой чертой устойчивости и лежащие в основе частных проявлений: эмоциональной устойчивости, стрессоустойчивости, саморегуляции психических процессов и устойчивости мотивационной сферы<sup>5</sup>.

В результате исследования психологических барьеров студентов-психологов в образовательном процессе нами выделены три составляющие, характеризующие стратегию преодоления психологических барьеров: осознание, принятие, действие. На основе данных категорий мы выделили четыре стратегии преодоления психологических барьеров студентов-психологов:

○ *Первая стратегия* – осознание, принятие ситуации, но бездействие, человек поглощен своими

эмоциональными переживаниями, и в практической деятельности остается только с ними, он не предпринимает попыток для разрешения сложившейся ситуации.

○ *Вторая стратегия* – осознание, принятие и понимание особенности ситуации, конструктивные действия исходя из сложности их возникновения. Человек относится к решению проблемы творчески, видит альтернативные способы ее решения.

○ *Третья стратегия* – отрицание ситуации, отвержение ее и бездействие. Человек не осознает почему он не получает достойной похвалы и оценки своей деятельности, ищет причины во вне.

○ *Четвертая стратегия* – осознание ситуации, принятие ее и понимание, но совершение не конструктивных действий. Человек осознает причины своего состояния и сложившейся ситуации, но он ее не разрешает, а лишь приспосабливается к данным условиям жизни и деятельности, не влияет на ускорение разрешения данной проблемы. Он принимает эти условия, но не пытается изменить в лучшую для себя сторону.

Проанализировав результаты исследования, мы выделили, что количественно стратегии преодоления психологических барьеров выражены следующим образом. Количество студентов-психологов с первой стратегией преодоления психологических барьеров 24,8%, со второй стратегией 40%, с третьей стратегией 15,2% и с четвертой 20%, то есть только 40% студентов-психологов вне зависимости от сложившейся ситуации в образовательном процессе могут самостоятельно конструктивно преодолевать возникшее препятствие. Большая же часть студентов использует неконструктивные стратегии преодоления психологических барьеров.

Рассмотрев особенности выбора стратегии преодоления психологических барьеров в группах с различной степенью их выраженности, то мы получим следующие результаты. В группе со слабо выраженными психологическими барьерами первое место занимает первая стратегия преодоления психологических барьеров, то есть большинство студентов данной группы испытывают состояние слабости, не возможности преодолеть возникшую трудность, вплоть до избегания повторения включения в аналогичную деятельность. Равнозначную позицию занимает четвертая стратегия преодоления психологических барьеров, при которой студент-психолог осознает, принимает данную ситуацию, но разрешает ее неконструктивными, неадекватными способами. Однако, имеет место и третья стратегия преодоления психологических барьеров, в результате которой студент отрицает возможность возникновения какой-либо ситуации, которая нарушила бы ход его деятельности.

<sup>4</sup> Подьмов Н.А. Психологические барьеры в профессиональной деятельности учителя: Учеб. пособие. – Курск: Изд-во КГПУ, 1996.

<sup>5</sup> Там же.

В группе с умеренно выраженными психологическими барьерами первое место занимает вторая стратегия преодоления (32,8%), когда студенты-психологи способны анализировать ситуацию трудности в учебно-профессиональной деятельности и выбирать конструктивный способ ее разрешения. На втором месте в данной группе четвертая стратегия (15,2%), когда студенты-психологи понимают и осознают сложившуюся трудность, но выбирают неконструктивный способ ее преодоления. Третью позицию удерживает первая стратегия (12%), то есть в случае возникновения трудности студенты-психологи принимают ситуацию как данную и смиряются с ней, бездействуют. На четвертом месте остается стратегия 3 (6,8%), когда студенты-психологи отрицают возникновение трудной ситуации.

В группе с ярко выраженными психологическими барьерами на первом месте стратегия 1 (8%), на втором месте стратегия 3 (7,6%), на третьем месте стратегия 2 (4%) и на четвертом месте стратегия 4 (1,6%). Можно сделать вывод, что студенты-психологи с ярко выраженными психологическими барьерами используют неконструктивные стратегии выхода из трудной ситуации. Данные стратегии занимают лидирующее положение в данной группе испытуемых. Выбор стратегии преодоления психологических барьеров обусловлен эмоциональным состоянием, степенью самореализации в учебной деятельности студентов-психологов, степенью осознания ими смысла образовательного процесса, в который они включены.

Для формирования конструктивной стратегии преодоления психологических барьеров студентов-психологов в образовательном процессе нами была разработана и апробирована программа, которые реализовывались в рамках психологического сопровождения основных психологических дисциплин учебного плана, а так же в качестве тренинго-

вых и индивидуальных занятий со студентами-психологами третьего курса. Конструктивная стратегия преодоления психологических барьеров определяется степенью осознанности учебной деятельности студентов-психологов, принятия студентами-психологами новых приемов учебной деятельности и практического действия с целью самореализации в учебной деятельности.

После проведения программы по формированию конструктивной стратегии преодоления психологических барьеров в экспериментальной группе студентов-психологов мы провели повторное психодиагностическое исследование и сравнили показатели первичной и вторичной диагностик в экспериментальной и контрольной группах.

Рассмотрев особенности выраженности стратегий преодоления психологических барьеров у студентов-психологов контрольной группы, мы отметили некоторые положительные изменения. Произошло снижение количества студентов с первой стратегией преодоления психологических барьеров с 29% до 26%, возросло количество студентов-психологов со второй стратегией преодоления психологических барьеров с 39% до 46%, произошло также снижение показателя выраженности третьей стратегии с 16% до 10%, но можно отметить, что увеличилось количество студентов-психологов с 4 стратегией с 16% до 18%. Математически существенных различий между данными показателями не было найдено.

В экспериментальной группе были получены следующие результаты. Снизилось количество студентов с выраженной первой стратегией с 29% до 7% ( $p < 0,01\%$ ), отмечено увеличение студентов-психологов со второй стратегией с 39% до 82% ( $p < 0,001\%$ ), проявляется тенденция к снижению по третьей с 16% до 5% ( $p < 0,05\%$ ) и четвертой стратегии с 16% до 6% ( $p < 0,05\%$ ).

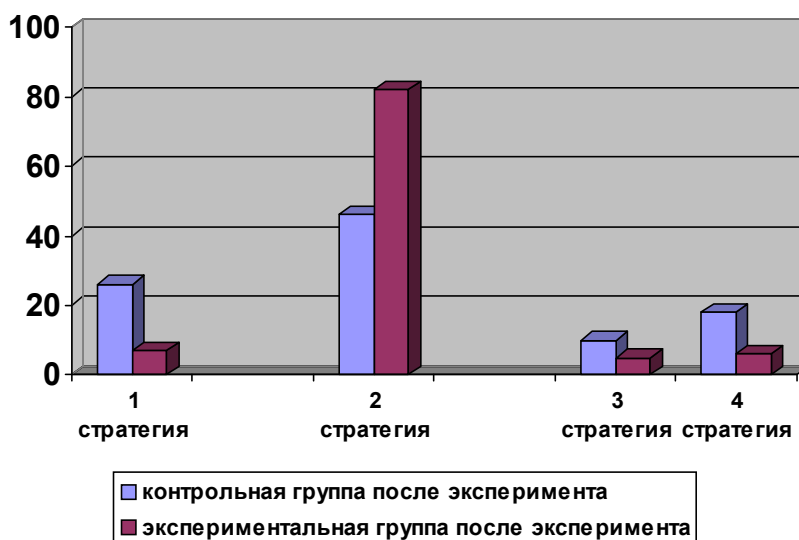


Рис.1. Стратегии преодоления психологических барьеров студентов-психологов после эксперимента

Сравнительный анализ стратегий преодоления психологических барьеров студентов-психологов в экспериментальной и контрольной группах показал (Рис. 1), что первая стратегия преодоления психологических барьеров выражена в контрольной группе у 26% студентов-психологов, а в экспериментальной у 7% (статистически различия подтверждены на 0,05% уровне значимости). Вторая стратегия более выражена в экспериментальной группе у 82% студентов-психологов, а в контрольной у 46% студентов-психологов ( $p < 0,001$ ). Третью стратегию в контрольной группе используют 10% студентов-психологов, а в экспериментальной группе 0,05% ( $p < 0,05$ ). Четвертая стратегия представлена в контрольной группе у 18% студентов-психологов, в экспериментальной группе у – 6%, что статистически имеет отличие на 0,05% уровне значимости.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в экспериментальной группе 82% студентов-психологов после формирующего эксперимента выбирают конструктивную стратегию преодоления психологических барьеров, у 18% студентов-психологов прослеживается тенденция к осознанию ситуации, переосмыслению своих возможностей, происходит стабилизация эмоционального состояния в учебной ситуации.

В контрольной группе выбор конструктивной стратегии преодоления психологического барьера у 46% студентов-психологов, а у 54% остается неконструктивная стратегия преодоления психологических барьеров, при этом сохраняется напряженное эмоциональное состояние, которое мешает самореализации студента-психолога в учебно-профессиональной деятельности.

Данные эксперимента подтверждают проведенный нами контент-анализ по результатам самоанализа практики студентов-психологов. Студентам-психологам контрольной и экспериментальной групп предлагались ориентировочные вопросы для рефлексивного анализа практики, отвечая на которые студенты давали оценку своего эмоционального состояния, цели и достигнутого результата своей деятельности, а также особенности проявления активности в момент прохождения практики, и тех способов деятельности, которые они реализовывали на практике. С помощью контент-анализа все описанные способы классифицировались по двум основаниям: конструктивные и неконструктивные.

Анализ выделенных в ходе рефлексивного самоанализа практики стратегий преодоления психологических барьеров студентов-психологов контрольной и экспериментальной группах показал, что студенты-психологи экспериментальной группы в 87% случаях отдавали предпочтение конструктивной стратегии самореализации в практической детальной в образовательных учреждениях, а в контрольной группы всего 48% студентов-психологов.

Данные результаты подтверждают проведенный нами анализ опросного метода, рассмотренного выше.

Среди названных стратегий преодоления психологических барьеров по частоте встречаемости в экспериментальной группе преобладают следующие высказывания: «для анализа проблемы мне были необходимы теоретические знания, полученные в вузе», «теоретические знания помогли правильно организовать исследование», «стараюсь анализировать проблему, находить выход из ситуации, а не искать виновных», «успех мероприятия будет зависеть от многих факторов, но, прежде всего от грамотного планирования, которое помогает предвидеть некоторые проблемы», «детям было не просто весело на моем занятии, а интересно, они задавали вопросы, был диалог», «практические навыки приходят с опытом работы, но не после завершения обучения в вузе, а в процессе», «на занятиях чувствовал себя уверенно, контролировал ситуацию», «многие проблемы в первую неделю практики возникали из-за неграмотного распределения времени, но потом я с этим справился», «стараюсь найти причину проблемы, решить ее самостоятельно, ищу подобные случаи в литературе», «сложные, нестандартные, критические ситуации рассматриваются мной как практический опыт, через который увеличивается копилка альтернативных решений», «сопровождение теоретических занятий практическими занятиями помогло мне на самостоятельной практике в образовательном учреждении, практических занятий того плана должно быть больше»

В контрольной группе отмечались следующие реакции студентов-психологов и способы преодоления психологических барьеров: «на практике можно отдохнуть от теоретических курсов, тем более между ними нет никакой связи», «на практике ты предоставлен сам себе, никто тебе не помогает, проблемы решать должен сам», «не хватает знаний, но ведь я еще только на третьем курсе, потом все будет по другому», «эмоционально очень сложно, так как дети тебя не понимают, такое ощущение, что все делают тебе назло», «объяснить ничего невозможно особенно учителям, они не помогают, не предупреждают об особенностях детей», «техники и методики использовал, какие есть у психолога, ведь он профессионал, поэтому знает, что нужно», «думаю, что многие ошибки можно себе простить, так как это первая практика», «испытываю раздражение из-за непонимания», «не могу достичь цели, так как не понимаю ее», «испытываю напряжение, не знаю, как выйти из ситуации», «нестандартные ситуации были везде и всюду, разрешить их практически невозможно – нет опыта», «очень часто возникала паника, но затем благополучно все само собой разрешалось», «я здесь для галочки, все, что я делаю никому не нужно, поэтому можно не волноваться»,

«надеюсь, что последующие практики не будут столь большими и нам будут больше помогать».

Сравнивая экспериментальную и контрольную группы, можно отметить, что большинство ответов экспериментальной группы связано с конструктивной стратегией преодоления психологических барьеров. Студенты-психологи ориентированы на самостоятельное проведение работы. Отмечается самостоятельное продолжение работы над своим эмоциональным состоянием, умением анализировать, контролировать, оценивать результаты своей практической деятельности и способы его достижения. Они считают, что необходимо уметь грамотно анализировать, возникающие ситуации, а так же доводить дело до положительного завершения.

Студенты-психологи экспериментальной группы адекватно воспринимают трудности, возникающие в момент практики, рассматривают различные варианты выхода из них, понимают собственную ответственность за разрешение возникших трудностей, принимают помощь со стороны, активно взаимодействуют с педагогами и психологами.

У контрольной группы в процессе прохождения практики возникают сложности с оценкой трудных ситуаций, так как их эмоциональное состояние окрашено негативными переживаниями: напряжение, страх, стресс, агрессивность, раздражение, паника. Ситуация не разрешается ими, а переадресуется более профессиональным, с точки зрения студентов-психологов, специалистам. Они больше описывают свое состояние, нежели способы действия в ситуации.

Таким образом, в ситуации психологического барьера студенты-психологи, с кем была проведена комплексная формирующая работа, адекватно анализируют собственную учебную деятельность, имеют положительное отношение к учебной деятельности, осознают собственную ответственность и значимость. Анализ собственной учебной деятельности помогает проявлять студентам-психологам активность в учебной деятельности, понимать ее смысл и целесообразность, оценивать и контролировать учебную деятельность.

## FORMING OF CONSTRUCTIVE STRATEGY OF OVERCOMING OF PSYCHOLOGICAL BARRIERS OF PSYCHOLOGY STUDENTS IN EDUCATIONAL PROCESS

© 2009 N.V.Drozdova<sup>o</sup>

Orenburg state pedagogical university

In the article are considered the following concepts: «strategy», «strategy of overcoming of psychological barriers», «the basic characteristics of strategy of overcoming of psychological barriers»; strategy of overcoming of psychological barriers of psychology students are explored.

Key words: strategy, strategy of overcoming, strategy of overcoming of psychological barriers, psychological stability.

---

<sup>o</sup>*Drozdova Natalya Vladimirovna, Lecturer of department of age and pedagogical psychology.  
E-mail: [nataljadzdv@rambler.ru](mailto:nataljadzdv@rambler.ru)*