

ВОПРОСЫ КОЛЛОКВИУМА
по дисциплине
«Личностно-профессиональное развитие специалиста»

- 1. Основные принципы воспитания.**
- 2. Основные принципы обучения.**
- 3. Стресс. Повышение стрессоустойчивости личности.**
- 4. Общее представление о темпераменте.**
- 5. Уровни формирования способностей.**

Основные принципы воспитания. Принципы воспитания являются достаточно подвижным явлением в педагогике, они изменяются вместе с эпохой. Существуют традиционные принципы, которые формировались веками (принцип гуманизации воспитания). Специалисты также выделяют авторские принципы (А. С. Макаренко ввел принцип оптимистической гипотезы в воспитании).

Принципы воспитания – это общие положения, которыми должен руководствоваться педагог при решении основных воспитательных задач. Формирование каждого принципа – это длительный и сложный процесс, во многих случаях творческий.

Все воспитательные принципы можно обобщить. Они достаточно условны, взаимосвязаны, не следует выделять основные и второстепенные, однако нарушая их, возможна вариативность результатов воспитания.

Сознание всегда должно удерживать принципы воспитания в памяти, что позволит в реальных педагогических ситуациях не допустить ошибок. Руководствуясь принципами, важно помнить их суть, а не формулировку.

Исходные положения, в которых сформулированы требования к содержанию, организации и методам воспитания, выражаются в принципах воспитания. Охарактеризуем их.

Принцип гуманизации воспитания основан на уважении воспитанника, на доброжелательном отношении к нему. Воспитательный процесс будет успешным при сочетании требовательности и уважительного отношения. Гуманизация воспитания предполагает выделение положительных качеств личности, создание положительного воспитательного фона, атмосферы доверия и сотрудничества.

Принцип связи воспитания с жизнью и трудом. Личность воспитанника формируется прежде всего в процессе общественной деятельности. Занимаясь общественно полезным трудом, общественной деятельностью, воспитываемый приобретает опыт нравственного поведения, развивается духовно и физически, закрепляет и совершенствует моральные качества.

Принцип личностного подхода в воспитании требует от воспитателя глубоких психологических знаний для определения индивидуальных особенностей личности воспитанника. Представления о мотивах, интересах, установках, направленности личности, ценностях, идеалах дают возможность

педагогу организовывать деятельность, ведущую к успеху воспитанников. Диагностика глубинных характеристик – задача сложная, требующая времени.

Принцип педагогического оптимизма разработал известный советский педагог А. С. Макаренко. Суть данного принципа заключается в том, чтобы опираться на положительные качества воспитанника при воздействии на личность. Оптимистический психологический климат позволяет использовать юмор в убеждении, разъяснении, так как в атмосфере добродушия и взаимопонимания многие сложные воспитательные задачи решаются значительно быстрее.

По словам А. С. Макаренко, к человеку необходимо подходить с оптимистической гипотезой, пусть даже с некоторым риском ошибиться. Проектируя в воспитаннике положительное и опираясь на него, делая ставку на доверие, воспитатель тем самым приводит в движение готовность человека заниматься собственным воспитанием.

Учет возрастных и индивидуальных особенностей воспитанника. Этот принцип означает, что воспитательный процесс должен строиться на основе данных систематического и всестороннего изучения возрастных, физиологических, психологических, индивидуальных особенностей, способностей, взглядов, вкусов, привычек личности воспитанника. Индивидуальный подход в воспитании требует знания условий жизни, специфики деятельности человека. Все вышеперечисленные факторы являются необходимыми условиями успешной воспитательной работы.

Принцип «параллельного педагогического действия» также является авторским, его разработал А. С. Макаренко. По словам выдающегося педагога, не стоит преувеличивать значение целенаправленных, заранее обдуманых и специально организованных воспитательных воздействий, так как они не всегда срабатывают. Важно понимать, что кроме прямого целенаправленного воздействия, человека будет воспитывать буквально все (книги, новости из социальных сетей, фильмы, журналы и т. д.). Эффективность «параллельного воспитания» состоит в том, что личность не ощущает на себе воспитательных воздействий. Именно опосредованность подобного воспитания и нужно учитывать в целенаправленной педагогической работе.

Основные принципы обучения. В каждой науке есть свои принципы – это исходные положения теории или учения. Принципы являются динамическим понятием, они могут меняться и устаревать. В педагогике ученые большое значение придают принципам обучения, при которых возможно достижение основных целей преподавания.

Принципы обучения – это наиболее общие руководящие положения, в которых выражены требования к содержанию, организации и методике обучения.

Принцип научного обучения обеспечивает соответствие учебных знаний современному состоянию развития научной мысли. Содержание образования

определяется наукой, следовательно, научные знания составляют основу каждого учебного предмета. Они могут с разной глубиной отражать действительность, когда передают закономерности окружающего мира. Эти знания оказывают решающее влияние на умственное развитие человека. В методах преподавания необходимо отражать методы научного познания, развивать мышление обучающихся, применять новейшую научную терминологию.

Принцип системности и последовательности. Системность знаний, будучи объективной предпосылкой для развития любой науки, предполагает такое изложение научного материала, чтобы создавалось четкое, логически связанное представление о его построении. Отсутствие системы в познавательной деятельности не позволяет отразить схему взаимосвязи предметов и явлений окружающего мира, а значит, и построения учебного материала. Системность основана на возрастных психологических особенностях и зависит от особенностей мыслительной деятельности, в связи с чем может быть направлена на формирование определенной структуры мыслей, необходимой для дальнейшего усвоения учебного материала.

Принцип доступности как основополагающий в дидактике предполагает понимание сути знаний. Обучение, недоступное его пониманию, теряет смысл. Однако, стремясь понятно излагать материал, следует избегать его упрощения. Язык науки сложен, но им необходимо овладеть. Принцип доступности призван регулировать меру трудности освоения нового материала. Он реализуется при связи с принципами научности, системности, сознательности, наглядности и активности обучения. Процесс преодоления посильных трудностей в учебной деятельности способствует формированию комбинаторики мышления и обеспечивает доступность понимания. Доступность определяется возрастом, индивидуальными особенностями, а также жизненным опытом.

Принцип наглядности впервые получил теоретическое обоснование у Я. А. Коменского в XVII в. Наглядность обучения – один из факторов, влияющих на характер усвоения учебного материала. Чаще всего в процессе обучения используют зрительную наглядность – иллюстрации, схемы, презентации, таблицы, карты. Современные информационные технологии позволили широко внедрить аудио- и видеоматериалы. Важно использовать наглядность в дистанционном обучении, когда процесс педагогического общения носит опосредованный характер. В некоторых психолого-педагогических исследованиях данный принцип стали называть принципом комплексного чувственного восприятия, подчеркивая значение вовлеченности в учебную деятельность всех органов чувств человека для восприятия целостного образа.

Принцип сознательности и активности был выдвинут прогрессивными педагогами XVII–XVIII вв. Я. А. Коменским, Ж.-Ж. Руссо, а затем раскрыт ими и их последователями в педагогической науке. В актуальности знаний формируется сознательность и активность личности в процессе обучения. Любая научная теория должна проецироваться на

конкретные жизненные обстоятельства.

В процессе реализации данного принципа необходимо обеспечить понимание обучаемым каждого слова, термина, каждого задания. Практическая реализация принципа состоит в четком понимании целей и задач обучения. Следует использовать все виды и формы познавательной деятельности, формировать понимание причинно-следственных связей, использовать в обучении практические ситуации, требовать самостоятельного видения, понимания и осмысления. В преподавании нельзя подавлять активность обучаемых, а эффект обучения будет выше, если знания представляют ценность для аудитории.

Принцип прочности предполагает, что прививаемые знания, умения и навыки должны закрепляться на длительное время. Основой прочных знаний является их системность и последовательность. Кратковременное запоминание может быть моментом в структуре познавательной деятельности, но не определяющей стороной обучения. Данный принцип требует выделения главного на перспективу, отрыв его от второстепенного. Память человека имеет избирательный характер. В основе такой работы должен лежать строгий отбор основных фактов, явлений и правил, законов, подлежащих изучению. Чем интереснее материал, тем прочнее он сохраняется в памяти.

Кроме перечисленных принципов следует остановиться также на *принципе идентификации*. Его сущность проявляется в том, что знания и умения преподавателя становятся собственными для обучаемых. В новой информации каждый обучаемый должен увидеть свой собственный смысл. Принцип идентификации позволяет адаптировать новые знания и умения к индивидуальности каждого человека. Ключевую роль в данном процессе играют ассоциативные связи и междисциплинарный диалог.

Особое внимание заслуживает *принцип гуманистической направленности*. В основе педагогического взаимодействия находится человек с его задатками и способностями. Индивидуально-личностные особенности определяют выбор содержания, методов и приемов преподавания. Уважение со стороны педагога – главное условие эффективного обучения.

Незнание принципов, нежелание следовать их требованиям, неправильное их понимание не отменяют их существования, но делают весь процесс обучения ненаучным, противоречивым и малоэффективным.

Стресс. Повышение стрессоустойчивости личности.

Стресс – это неспецифический ответ организма на любые предъявленные требования, который направлен на преодоление возникших трудностей. Слово «стресс» на английском языке (stress) обозначает усилие. Этимология данного термина подчеркивает значение напряжения организма при преодолении стресса.

Термином «дистресс» определяют исключительно отрицательное влияние стресса на человека. В научный оборот данный термин ввел

выдающийся канадский ученый Ганс Селье, разработавший уникальную концепцию стресса как приспособительной реакции организма при воздействии стрессогенов (экстремальных факторов), которую изложил в своей известной научной работе «Стресс без дистресса».

Г. Селье выделил три *фазы* в динамике стрессовой реакции:

1) фаза тревоги, когда возможна мобилизация сил и ресурсов организма;

2) фаза сопротивления, демонстрирующая действия и реакции, вызванные стрессом;

3) фаза истощения, когда ресурсы организма снижаются.

Важно подчеркнуть, что в данной схеме может не быть третьей фазы.

Стрессовая ситуация, с которой мы успешно справились, не приводит к снижению адаптационных возможностей организма, а повышает нашу самооценку, положительно влияет на наше настроение. Стресс без фазы истощения не приводит к дистрессу – чрезмерному напряжению.

Г. Селье доказывал научному сообществу, что стресс является неотъемлемой частью нашей жизни, поэтому необходимо научиться правильно реагировать в стрессовых ситуациях.

Среди распространенных *причин* профессионального стресса можно выделить следующие:

- стресс в ситуации конкуренции;
- стресс, вызванный страхом совершить ошибку;
- информационная перегрузка или недогрузка;
- неблагоприятный социально-психологический климат в коллективе;
- неблагоприятные условия труда (холод, жара в помещении, постоянный шум, который отвлекает сотрудников);
- неправильная организация работы, неопределенность заданий руководителя, плохо сформулированные обязанности сотрудников;
- постоянный страх потерять работу.

Способы формирования стрессоустойчивости. Развитие стрессоустойчивости позволяет личности справиться с негативным воздействием стресса на организм. Для ряда профессий (например, врач скорой помощи, пожарный) такая характеристика, как стрессоустойчивость, – это профпригодность.

Стрессоустойчивость – способность человека сохранять высокие показатели психологического функционирования при возрастающих стрессовых нагрузках. Важно подчеркнуть, что любой человек обладает определенным запасом психологической устойчивости, но только ее уровень будет разным. Стрессоустойчивость развивается при целенаправленной работе.

Основными видами профессионального стресса (дистресса, так как он имеет отрицательное влияние на здоровье человека) считают информационный, эмоциональный и коммуникативный.

Вид профессионального стресса	Характеристика
Информационный	Связан с недостатком, быстрой сменой или перегруженностью информацией
Эмоциональный	Возникает при реальной или предполагаемой опасности, проявляется в негативных эмоциях (страх потери работы, чувство вины из-за невыполненной работы)
Коммуникативный	Возникает в процессе коммуникации при сложностях делового общения

В условиях стресса необходимо наблюдать за своими эмоциями, словами и поступками, искать способы «остановить» нежелательные реакции (сделать паузу в общении), переводить свою энергию в другую форму. Важно не бороться со стрессом, а научиться управлять собой в стрессовой ситуации, чтобы снизить вероятность перерастания стресса в дистресс.

Общее представление о темпераменте. Индивидуально-психологические различия людей отмечали еще философы Античности. *Темперамент* представляет собой систему показателей, характеризующих динамические особенности психики и поведения индивида.

Темперамент можно назвать биологическим фундаментом личности, так как важнейший фактор, определяющий его, – это характеристика нервной системы. На формирование темперамента и на его проявление влияют как наследственные свойства, так и социокультурная среда. В поведенческих реакциях, демонстрирующих преобладающий темперамент, отражаются преимущественно врожденные аспекты.

Определяющими для темперамента являются характеристики нервной системы. Именно темперамент отражает динамические аспекты поведения, которые имеют преимущественно врожденный характер.

Холерика отличает высокая работоспособность, повышенная активность. Холерический темперамент характеризуется высокой энергичностью, резкостью, стремительностью. Реактивность холерика явно преобладает над активностью, что формирует реакцию эмоциональной взрывчивости. Необуздан, нетерпелив, вспыльчив. Более устойчив в своих интересах, поэтому доделывает работу до конца. Чаще холерики экстраверты.

В стрессовых ситуациях у холериков слабый самоконтроль по причине повышенной эмоциональности. Неуравновешенность нервной системы предопределяет цикличность в смене активности и упадка сил (чередование циклов подъема настроения и уныния).

Сангвиник энергичен и активен, способен эффективно контролировать свою экспрессию. Сангвиника отличает высокая психическая активность,

выраженность моторики и динамических свойств эмоциональности, эмоции легко меняются. Находчив в споре, часто обладает высокой стрессоустойчивостью. Высокая пластичность проявляется с быстрым изменением настроений и интересов, поэтому может быстро бросить свой проект, если он стал для него неактуальным. Среди сангвиников намного больше экстравертов, чем интровертов.

Быстро устанавливает и развивает социальные контакты. Сангвиник часто выступает инициатором в общении, может стать хорошим организатором при целенаправленном развитии способностей. Командная работа сангвиникам нравится, они легко адаптируются к людям и новым условиям, так как оптимистичны, проявляют выдержку. В стрессовой ситуации сангвиник активно защищает себя, проявляется «реакция льва», он борется за нормализацию обстановки.

Флегматик обладает малой чувствительностью и эмоциональностью. Неэмоционален и спокоен. Мимика флегматика обычно невыразительная, бедная в проявлении эмоций. Упорен и работоспособен при выполнении монотонной работы. Особенно терпелив, но медленно приспосабливается к новой и необычной обстановке. Сложно формирует социальные контакты, малообщителен. Не склонен к перемене работы, привычного образа жизни, окружения. Как правило, флегматики интроверты.

Флегматики не любят работать в группах, они сложно переключаются на новый вид деятельности. Для флегматичного темперамента свойственна низкая активность поведения, спокойствие моторики, ригидность.

Меланхолик выделяет высокая чувствительность, чрезмерная обидчивость, неуверенность в себе, мнительность. Неэнергичен, быстро утомляется, работоспособность не самая высокая по причине замедленного темпа психических процессов. Чаще всего меланхолики – это интроверты. Меланхолический темперамент связан с низкой активностью в поведении, замкнутостью, сдержанной моторикой, с особо глубокими переживаниями. Меланхолики часто направлены «вовнутрь». В стрессовой ситуации меланхолики демонстрируют «реакцию зайца», т. е. они не в состоянии бороться за нормализацию обстановки. Высокая чувствительность часто помогает меланхоликам развивать их интеллектуальные и художественные способности.

Теория темпераментов помогает лучше понимать окружающих людей, но она очень условна. Не бывает человека, который всю свою жизнь демонстрирует реакции только одного типа темперамента. В каждом из нас сочетаются все темпераменты, важно выделить доминирующие, так как они способствуют успешному выполнению деятельности, могут влиять на взаимоотношения с окружающими людьми.

Руководитель должен учитывать доминирующие типы темпераментов сотрудников при формировании команды или в ситуации, когда от психологической совместимости будет зависеть успех общего проекта. Тип темперамента накладывает отпечаток на особенности общения, что также

необходимо учитывать в профессиональной деятельности. Своей коммуникабельностью и быстротой реакций отличаются холерики и сангвиники, а у меланхоликов и флегматиков могут возникнуть сложности при общении с незнакомыми людьми, они просто могут растеряться в незнакомой обстановке.

К условиям монотонного труда лучше адаптируются меланхолики и флегматики, а у сангвиников и холериков будут психологические сложности при кабинетной, регламентированной атмосфере. Безусловно, каждая личность может приспособиться к своей профессиональной деятельности, что в ряде случаев снимает напряжение. Главное для психологов – индивидуализация предъявляемых требований, что позволяет личности продемонстрировать высокую продуктивность и сопротивляемость утомлению и переутомлению.

Уровни формирования способностей. Социальные условия, в которых развивается личность, оказывают непосредственное влияние на развитие актуальных и потенциальных способностей. Актуальные способности развиваются у человека при занятии конкретным видом деятельности, а потенциальные способности могут актуализироваться при изменении социальных условий. Например, студент в группе лучше всех справляется с задачами по высшей математике. Его математические способности всем известны, они являются актуальными. Этот студент записался в шахматную секцию, где очень быстро освоил основные шахматные комбинации. Способности к шахматам были потенциальными, они проявились только в ситуации занятия данным видом спорта. С точки зрения психологических способностей, помимо актуальных способностей к математике, у студента актуализировались его потенциальные способности к шахматам.

Способности всегда проявляются в деятельности, однако не всякая деятельность будет развивать личность. Есть примеры, когда определенный вид деятельности может затормаживать развитие личности. Личность с художественными способностями, которая занимается монотонным и однообразным трудом, будет деградировать в эстетическом плане. Для этого человека нужны ситуации успеха в творчестве, идеи и образы, вдохновляющие на новые и нестандартные решения.

Развитие способностей может осуществляться с разной продолжительностью. Людям с выраженными задатками легче развить способности, их формирование происходит значительно быстрее.

Способности – это такие психологические особенности человека, от которых зависит успешность приобретения знаний, умений, навыков, но которые сами к наличию этих знаний, навыков и умений не сводятся.

При анализе способностей необходимо учитывать свойства нервных процессов, работоспособность, процессы возбуждения и торможения. Невозможно полностью отрицать природные предпосылки способностей, врожденные особенности мозга или организма в целом, которые непосредственно демонстрируют задатки.

Задатки – естественные предпосылки способностей, являющиеся индивидуально-природной предпосылкой процесса развития способностей. Именно задатки оказываются условиями успешного выполнения деятельности. Например, задатки интеллектуальных способностей связаны с функциональной деятельностью мозга, с кровоснабжением мозга, которое содействует повышению работоспособности, улучшению памяти и внимания.

На основе одних и тех же задатков могут развиваться разные способности. Абсолютный музыкальный слух и чувство ритма может позволить развить способности для деятельности дирижера, танцора, композитора, певца и т. д.

При наличии задатков возможно создать условия для успешного раскрытия способностей. Задатки – это предпосылки для развития способностей. Именно задатки влияют на скорость развития способностей, однако определенной деятельностью можно заниматься и без особых задатков. Например, в Японии при поступлении в музыкальную школу не проверяют музыкальный слух учеников. Японские педагоги убеждены, что отсутствие музыкального слуха не мешает обучению. При трудолюбии и настойчивости ученики смогут развить музыкальный слух, хотя первоначально их задатки были слабо выраженными.

К **специальным способностям** относят теоретические и практические, которые, в свою очередь, делятся на художественные, музыкальные, литературные и т. д. **Общие способности** позволяют человеку продуктивно овладевать определенной деятельностью. Личность с развитыми общими способностями отличается легкостью к обучению, творчеству, общению.

Выраженные общие способности психологи называют одаренностью, которая проявляется в творчестве и учебе. Одаренную личность выделяет собранность, постоянная готовность памяти, беглость речи, гибкость мышления, настойчивость в достижении цели, способность генерировать новые идеи. Основная задача педагогов и психологов на современном этапе – создать все условия для всестороннего развития личности, для воспитания из одаренного ребенка успешного взрослого человека, развивающего всю свою жизнь одаренность, способного самосовершенствоваться и саморазвиваться.

Для воспитательного процесса творческих студентов преподавателю необходимо понимать их психологические особенности, что позволит корректно и профессионально реагировать в определенных педагогических ситуациях. Например, личности с литературными способностями отличаются развитым художественным вкусом, эмоциональностью, впечатлительностью, развитым воображением, высоким уровнем интеллекта, особой наблюдательностью, независимостью суждений, сверхчувствительностью к проблемам, оригинальностью и гибкостью мышления. Индивидуальный творческий стиль авторов определяется убеждениями и мировоззренческими установками, эстетическим отношением к языку, неординарностью мыслительного процесса. Определяющее значение для формирования литературного вкуса оказывает культура чтения.

Мастерство – это совершенство в определенной деятельности, связанное с репродуктивной активностью. Именно мастерство раскрывается в сумме готовых умений и навыков. Например, мастерство педагога позволяет ускорить ход времени во время занятия, поэтому студентам иногда кажется, что пара пролетела незаметно, очень быстро. Мастерство предполагает психологическую готовность личности к творческим и нестандартным решениям.

Первоначально словом «талант» называли меру серебра. В психологии **талант** – это высокий уровень развития специальных способностей (художественных, музыкальных, актерских и т. д.). Определение талантов связано с потребностями исторической эпохи. В какие-то периоды нужны военные таланты, в другие времена обществу необходимы инженерные таланты. Отдельная способность еще не является талантом, поэтому талантливых людей выделяет совокупность, сочетание способностей.

Гений – это личность, творящая на основе бессознательной активности, которая выходит из-под контроля саморегуляции. Подобное определение гениальности дал известный психиатр Ч. Ломброзо: «Особенности гениальности по сравнению с талантом в том отношении, что она является чем-то бессознательным и проявляется неожиданно». В европейской истории специалисты насчитывают только около 400 гениев, изменивших эпоху. В частности, гениями называют Леонардо да Винчи, Рафаэля (титанов эпохи Возрождения), М. В. Ломоносова, А. С. Пушкина, имена которых известны во всем мире.