

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»

Е. А. ВИНАРЧИК Е. Б. АКИНИНА

# ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПСИХОЛОГОВ

Практикум



Владимир 2019

УДК 159.9  
ББК 88  
В48

Рецензенты:

Кандидат психологических наук, доцент  
доцент кафедры менеджмента Российской академии народного хозяйства  
и государственной службы при Президенте Российской Федерации  
(Владимирский филиал)  
*К. В. Сергеева*

Кандидат психологических наук, доцент  
зав. кафедрой общей и педагогической психологии  
Владимирского государственного университета  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых  
*Е. В. Пронина*

Издается по решению редакционно-издательского совета ВлГУ

**Винарчик, Е. А.** Формирование и развитие профессио-  
нально важных качеств психологов : практикум / Е. А. Винар-  
чик, Е. Б. Акинина ; Владим. гос. ун-т им. А. Г. и Н. Г. Столето-  
вых. – Владимир : Изд-во ВлГУ, 2019. – 88 с.  
ISBN 978-5-9984-1050-5

Содержит теоретический материал по проблеме формирования профессио-  
нально важных качеств психологов, практические задания, контрольные вопро-  
сы, программу тренинга, направленную на формирование у студентов теорети-  
ческих и практических умений и навыков, необходимых для диагностики и раз-  
вития профессионально важных качеств. Отражен комплексный подход к иссле-  
дованию личностных качеств психологов, в соответствии с которым предложена  
оценка сформированности у них профессионально важных качеств, необходи-  
мых для дальнейшей успешной профессиональной реализации.

Предназначен для студентов всех форм обучения направления подготовки  
37.03.01 – Психология (бакалавриат), а также будет полезен преподавателям ву-  
зов и практическим психологам.

Рекомендовано для развития профессиональных компетенций в соответ-  
ствии с ФГОС ВО.

Библиогр.: 54 назв.

УДК 159.9  
ББК 88

ISBN 978-5-9984-1050-5

© ВлГУ, 2019

## **ВВЕДЕНИЕ**

Материал практикума разработан на основе методологических принципов психологии труда, позволяющих выработать в процессе обучения целостную систему знаний, умений и навыков профессионально важных качеств, их диагностики, развития и формирования.

Практикум был разработан и апробирован как часть научно-исследовательского эксперимента по изучению профессионально важных качеств студентов-психологов первого года обучения во Владимирском государственном университете (Владимир).

Структура издания, стиль изложения и тип заданий позволяют организовать самостоятельную исследовательскую работу студентов, в том числе в условиях дистанционного обучения. Практикум может выполнять функцию методических материалов для практических психологов и студентов психологических факультетов. В нем отражены сущность, содержание, свойства, основные характеристики таких профессионально важных качеств, как социальный интеллект, эмоциональный интеллект, коммуникативные навыки, локус контроля, социально-психологические установки, саморегуляция и самоактуализация, творческий потенциал и уровень эмпатии.

Изложенный теоретический материал направлен на усвоение студентами основных понятий, раскрывающих природу, закономерности развития и проявления профессионально важных качеств в поведении специалиста-психолога. Практическая часть содержит комплекс интересных и эффективных диагностических методик для изу-

чения уровня развития профессионально важных качеств студентов-психологов, позволяющий сформировать у обучающихся умения и навыки подготовки и проведения психологического исследования, а также трениговую программу, контрольные вопросы и список литературы для углубленного изучения темы. Подобранный теоретический и практический материал способствует формированию системного подхода к изучению и пониманию профессионально важных качеств, а также их роли в профессиональной деятельности психологов.

Практикум – прекрасное руководство для формирования профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых практическому психологу и студентам-психологам для успешной высококвалифицированной профессиональной деятельности, также может быть использован при изучении курса «Введение в профессию».

# ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

## 1. МЕТОДОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ

Существует множество трактовок термина «профессионально важные качества» (ПВК). В практикуме за основу было взято определение отечественного психолога В. Д. Шадрикова. Под ПВК он понимает «индивидуальные качества субъекта, влияющие на эффективность деятельности и успешность её освоения» [1].

Из определения В. Д. Шадрикова можно сделать вывод о том, что профессионально важные качества напрямую связаны с эффективностью субъекта. Насколько успешно человек способен реализоваться в выбранной им сфере, можно понять по тому, насколько сформированы качества, требуемые для данной работы. Исходя из этого, очень важно учитывать структуру и особенности интересующей деятельности, соотносить с ними свои способности.

Таким образом, в связи с определяющей ролью ПВК в организации деятельности необходимо рассмотреть их более подробно.

Как отмечал отечественный психолог А. В. Карпов, «ПВК представляют собой отдельные динамические черты личности, отдельные психические и психомоторные свойства (выражаемые уровнем развития соответствующих психических и психомоторных процессов), а также физические качества, соответствующие требованиям к человеку какой-либо определенной профессии и способствующие успешному овладению этой профессией» [2].

Впервые термин ПВК появился в психологии труда в начале XX века. Исследователи пришли к выводу, что для максимально эффективной работы требуются специалисты с определённым набором психических функций и способностей. Это послужило началом формирования модели профессионала и создания психодиагностических методик, с помощью которых прогнозировалась успешность будущей профессиональной деятельности претендентов на определённую должность [Там же].

Сейчас исследованиями ПВК в нашей стране занимаются такие специалисты, как Е. А. Климов, А. В. Карпов, В. Д. Шадриков и многие другие. Они работают в рамках системного подхода. Е. А. Климов пишет: «Любая деятельность реализуется на базе системы ПВК. Это означает, во-первых, что каждая деятельность требует определенной

совокупности ПВК, а во-вторых, последняя является не «механической» суммой качеств, а их закономерно организованной системой. Между отдельными ПВК устанавливаются функциональные взаимосвязи компенсаторного и содейственного типов. Сама система ПВК выступает как определенный симптомокомплекс субъектных свойств, специфичный для той или иной деятельности. Он не задан в готовом виде, а формируется у субъекта в ходе освоения им деятельности. Более того, не только для деятельности в целом, но и для ее основных компонентов (ключевых действий, основных функций и др.) также формируются специфические подсистемы ПВК» [3, с. 197].

Суть формирования подсистемы профессионально важных качеств А. В. Карпов определяет как «функциональное объединение отдельных ПВК, когда они начинают проявлять себя в режиме взаимодействия. К этому есть отдельные внутренние предпосылки, так как основные психические функции онтологически связаны друг с другом. Эта связь в ходе освоения профессиональной деятельности начинает проявляться в своей положительной роли. Таким образом, в процессе формирования психологической системы деятельности происходит своеобразная функциональная настройка психических функций на достижение целей деятельности [Там же].

А. В. Карпов выделяет две важнейшие категории профессионально важных качеств. «Во-первых, ПВК, которые характеризуются наибольшей непосредственной связью с параметрами деятельности. Они обозначаются понятием ведущих ПВК. Во-вторых, те ПВК, которые имеют наибольшее число внутрисистемных связей с другими качествами, т. е. характеризуются наибольшим структурным весом и, следовательно, занимают центральное место во всей системе качеств. Они обозначаются понятием базовых ПВК. Эти качества могут не коррелировать значимо с параметрами деятельности, однако они не менее, а часто более важны для ее реализации. Именно базовые ПВК являются основой для формирования подсистем ПВК в целом. Вокруг них и на их базе объединяются, структурируются и соорганизуются все иные качества субъекта, необходимые для обеспечения деятельности и (или) ее основных действий, функций» [4].

Изучив работы А. В. Карпова, В. Д. Шадрикова и Е. А. Климова, можно сделать вывод о том, что профессионально важные качества – структурообразующие для любой деятельности. Важно отметить за-

мечание Е. А. Климова о том, что «для некоторых видов деятельности актуальным является выделение ПВК, которые выступают таковыми в нормальных условиях ее выполнения, и тех, которые необходимы в усложненных или экстремальных условиях. Последнее объясняется тем, что экстремальные условия часто сопряжены с повышенной опасностью, угрозой и требуют от человека иных качеств и свойств, нежели те, которые необходимы в нормальных условиях. Для экстремальных условий не только характерны другие ПВК (по сравнению с нормальными), но и другие системы ПВК в целом» [5].

Комплекс профессионально важных качеств для различных профессий можно найти в специальных прикладных исследованиях или в профессиограммах, в которых в обязательном порядке указываются необходимые для определённой деятельности ПВК и антиПВК (т. е. те качества, которые могут негативно сказаться на эффективности работы) [6].

Изучив понятие «профессионально важные качества» и их основные особенности, можно сказать, что ПВК – это сложная системная структура, определяющая успешность овладения специальностью и будущую профессиональную эффективность.

## **2. ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОР ВЫБОРА ПРОФЕССИИ**

Выбор профессии – одно из главных решений в жизни человека. Отечественный психолог В. А. Бодров пишет об этом следующее: «Профессиональное самоопределение – основа самоутверждения человека в обществе. Выбор профессии определяет очень многое, а именно: кем быть, к какой социальной группе принадлежать, где и с кем работать, какой стиль жизни выбрать» [7].

Н. С. Пряжников, исследующий проблемы профориентации, на конкретном примере делает важное замечание о сложности и постоянной проверке на прочность сделанного выбора: «Сами выборы могут быть внешними и внутренними. Например, человек заявляет всем, что хочет быть психологом, но в глубине души он – обычный продавец (или бизнесмен) или кто-то еще. В итоге мы формально имеем специалиста-психолога, который только и делает, что подсчитывает «выручку» от своей психологической работы. На самом деле внешние и внутренние выборы часто сочетаются. Например, в любой психоло-

го-педагогической организации есть психологи-продавцы, психологи-надсмотрщики, психологи-журналисты (занимаются склоками), психологи-артисты, психологи-фотомодели и даже психологи-психологи. И от каждой разновидности таких специалистов есть своя польза. То есть человек, выбирая одну конкретную профессию, как бы продолжает самоопределяться в рамках этой профессии, отыскивая в ней для себя все новые и новые смыслы» [8].

Таким образом, можно сказать, что выбор профессии – это сложный, многоэтапный, длительный процесс, зависящий как от внешних условий, так и от индивидуальных характеристик личности.

В отечественной литературе выделяют четыре стадии процесса профессионального самоопределения:

1. Возникновение и формирование профессиональных намерений и первоначальная ориентировка в различных сферах труда.
2. Профессиональное обучение как освоение выбранной профессии.
3. Профессиональная адаптация, характеризующаяся формированием индивидуального стиля деятельности и включением в систему производственных и социальных отношений.
4. Самореализация в труде – выполнение или невыполнение тех ожиданий, которые связаны с профессиональным трудом [9].

Исходя из данной классификации стадий формирования профессионального самоопределения можно сделать вывод, что выбор профессии охватывает значительный период жизни человека – от возникновения профессиональных намерений до выхода из трудовой деятельности. Можно сказать, что процесс профессионального самоопределения пронизывает весь жизненный путь личности.

Э. Ф. Зеер делает акцент на том факте, что «в психологической литературе нет единого взгляда на то, как формируется выбор профессии и какие факторы влияют на этот процесс. По этому вопросу существует ряд точек зрения, в защиту каждой из которых приводятся убедительные аргументы. Несомненно, это объясняется сложностью процесса профессионального самоопределения и двусторонностью самой ситуации выбора профессии» [10].

Ряд исследователей, среди которых Л. И. Шишкина, Б. С. Алишев, понимают выбор профессии как выбор деятельности: «В этом случае предметом исследования выступают, с одной стороны, харак-

теристики человека как субъекта деятельности, а с другой – характер, содержание, виды деятельности и ее объект. Профессиональное самоопределение понимается здесь как процесс развития субъекта труда. Следовательно, выбор профессии сделан правильно, если психофизиологические данные личности будут соответствовать требованиям профессии» [11].

Ряд авторов понимают выбор профессии как социальное самоопределение личности, т. е. «выбор профессии, с одной стороны, считается социально заданным, а с другой – определяется, прежде всего, социальными характеристиками профессии. Не вызывает сомнения положение о влиянии общества в целом на профессиональное самоопределение его членов, и, конечно же, с профессиональной деятельностью непосредственно связано положение личности в обществе» [Там же].

Н. С. Пряжников обращает внимание: «Выбор профессии связан с прошлым опытом личности, и процесс профессионального становления простирается далеко в будущее, участвуя в формировании общего образа «Я», определяя в конечном счете течение жизни. Этот подход требует учета широкого спектра факторов, влияющих на выбор профессии, кроме того, он позволяет сделать акцент на временном аспекте – на прошлом опыте личности и на ее представлениях о будущем. В качестве факторов выбора профессии должны быть учтены жизненные планы личности также и в других областях, например, в личной жизни» [12].

Е. А. Климов выделяет «три главные составляющие профориентации:

- 1) учет желаний работать по данной профессии («хочу»);
- 2) учет способностей и возможности освоить данную профессию, а также способности продуктивно работать в дальнейшем («могу»);
- 3) учет потребностей народного хозяйства в выбираемой профессии («надо»)). Хотя сегодня уместнее говорить о потребностях рынка, нежели народного хозяйства.

Е. А. Климов также отмечает важность в выборе профессии таких факторов, как: «1) собственные склонности и интересы; 2) способности; 3) престижность выбираемой профессии; 4) информированность о ней; 5) позиция родителей; 6) позиция одноклассников,

друзей и сверстников; 7) потребности производства (рынка); 8) наличие определенной программы действий по выбору и достижению профессиональных целей» [13].

Помимо интересов и способностей, среди основных факторов выбора профессии выделяются также темперамент и характер, уровень интеллектуальной подготовки, физические возможности, социальное окружение и условия внутри семьи. Особого рассмотрения заслуживают такие факторы, как мотивы профессиональной деятельности, жизненные ценности личности, а также прошлый опыт и представления о будущем. Ко всему прочему, в настоящее время ряд психологов говорят о значении общего уровня активности человека, его самооценки и уверенности в достижении успеха, и, что не менее важно и о чём ещё будет сказано далее, – уровня сформированности психической саморегуляции.

Н. О. Садовникова также отмечает важную роль интересов личности в процессе выбора профессии: «Наиболее изученным и всеми признаваемым фактором профессионального самоопределения являются интересы субъекта выбора профессии. Интересы традиционно считаются самым значимым мотивом выбора профессии, осознаваемым ранее и яснее всех других. Интересы обладают определенной динамикой развития. В основе структуры интересов лежат познавательные интересы, которые развиваются в учебной деятельности и характеризуются высокой динамикой, частой сменой, так как связаны с активным поиском личностью своего «Я». На базе познавательных интересов возникают интересы к профессии, к типу профессий и затем профессиональные интересы, направленные на определенный вид трудовой деятельности и отличающиеся высокой устойчивостью» [14].

Не менее значимым личностным фактором выбора профессии считаются способности. Проблема способностей обычно коррелируется с одаренностью и талантом. В профессиографической литературе представлена точка зрения К. М. Гуревича, который выделяет «три типа профессий:

I. Профессии, где каждый здоровый человек может достичь общественно приемлемой эффективной деятельности.

II. Профессии, в которых далеко не каждый человек может добиться нужной эффективности.

III. Профессии, которые по своей сущности предполагают достижение высших ступеней мастерства» [15].

Можно отметить, что только профессии III типа требуют специфических возможностей человека. В остальном подавляющее большинство профессий не предъявляют столь высоких требований к личности (профессии первой группы) или позволяют скорректировать недостаток тех или иных профессионально важных качеств (профессии второй группы).

Е. М. Борисова считает, что «концепция ориентации на формирование индивидуального стиля деятельности основана на следующих предпосылках:

1) признается, что есть стойкие, практически не воспитуемые психологические качества, существенные для успеха деятельности;

2) возможны разные по способам, но равноценные по конечному эффекту варианты приспособления к условиям профессиональной деятельности;

3) имеются широкие возможности преодоления слабой выраженности отдельных способностей за счет их упражнения или же компенсации посредством других способностей или способов работы;

4) формирование способностей необходимо вести с учетом индивидуального своеобразия личности, т. е. внутренних условий развития, наряду с учетом внешних условий (предметной и микросоциальной среды)» [16].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что профессиональное самоопределение отражает уровень личных притязаний, основанный на оценке человеком своих способностей и возможностей. Помимо прочего, выбор профессии предполагает высокую активность личности. Человеку приходится проделать серьёзную внутреннюю работу: проанализировать свои личностные ресурсы, понять, что ему интересно, какие у него есть способности, что для него ценно, а затем сопоставить всё это с требованиями профессии.

Г. С. Прыгин отмечает, что «успешность профессионального самоопределения зависит от уровня сформированности осознанной психической саморегуляции. Это качество определяется как умение без систематического контроля, помощи и стимуляции самостоятельно работать, оно связано с умением правильно оценивать свои возможности при постановке и принятии цели, уверенностью в себе,

адекватной самооценкой, умением анализировать причины успеха и неудач. Оно обуславливает:

- способность адекватно оценивать свои качества как факторы выбора профессии;
- способность изучать мир профессий, опираясь на неслучайные факторы, формировать адекватное представление о нем;
- способность выделить главное для себя при выборе профессии, т. е. сформировать индивидуальную иерархию факторов, максимально адекватно отразить ситуацию выбора профессии.

Обладающие перечисленными характеристиками были условно названы «автономными», полярная группа – «зависимыми». «Автономные» отличаются обоснованностью выбора профессии, выбором конкретной сферы труда, осознанностью своего места в жизни, знанием о мире профессий, осознанием последствий выбора профессии. Эта группа при выборе профессии в меньшей степени подвержена влиянию случайных факторов. Группа «зависимых» отличается малой самостоятельностью, подвержена влиянию случайных факторов, выбор профессии у них часто не обоснован» [17].

Исходя из слов Г. С. Прыгина можно сделать вывод, что качества субъекта выбора профессии, связанные с уровнем осознанной психической саморегуляции, степенью развития контрольно-оценочной сферы, – один из ведущих факторов выбора профессии, представляют собой своего рода сквозную характеристику профессионального самоопределения.

Как отмечает Л. И. Шишкина «возникновение избирательно-положительного отношения к профессии означает образование системы «человек – профессия», внутри которой начинается взаимодействие объекта и субъекта отношения. Понятие «отношение человека к профессии» не может быть сведено к активности, идущей от субъекта. Исследование профессиональной направленности, условий и движущих сил ее развития не может быть осуществлено в отрыве от системы воздействий, идущих от профессии. Идеальная модель соответствия между личностью и трудом должна содержать полное совпадение объективного содержания деятельности и ее личностного смысла. Во всех случаях, когда преобладающим является интерес к специфическому содержанию деятельности, сохраняется возможность углубления этого интереса» [Там же].

Таким образом, можно сделать вывод, что человек, выбравший профессию осознанно, имеет возможность личностного и творческого роста внутри неё. Профессионально развиваясь, человек раскрывает свой личностный потенциал. Поэтому такой фактор, как особенности личности, очень важен при выборе профессии.

### **3. ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПСИХОЛОГОВ**

Психолог становится компетентным, формируя и развивая в себе профессионально важные качества.

В отечественной и зарубежной литературе существует множество мнений о том, какие качества наиболее важны для успешной психологической деятельности.

Е. А. Климов среди главных профессионально важных качеств психолога выделяет «...уважительное, может быть, даже благоговейное, отношение к человеку». Также он считает необходимым соблюдение морально-этических норм, существующих в профессии [18].

М. В. Молоканов и Н. А. Аминов выделяют такие профессионально важные качества, как высокий интеллект, стрессоустойчивость и поддерживающий стиль общения [19].

По мнению отечественных исследователей А. И. Донцова и Г. М. Белокрыловой, психолога характеризуют следующие качества: «талантливый, душевный, активный, сильный, открытый, включённый, демократичный, доступный, радостный и оптимистичный» [20].

Н. Н. Обозов отмечает следующие качества психолога: общительность, контактность; динамичность и гибкость; эмоциональную сдержанность и терпимость, умение сдерживать себя, скрывать свои невольные оценки и эмоциональные реакции; высокий уровень общей культуры поведения; профессиональный такт, деликатность (уважение человека, признание его прав на свободу мысли, чувств, поведения); умение держать свою линию поведения [21].

М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбович считают важными уровень развития «Я»-концепции, самообладание, дисциплинированность, ответственность, уверенность в своих силах, решительность, организованность, инициативность и интеллектуальность [22].

Г. А. Берулава видит основными коммуникативные и интеллектуальные качества: умение выслушать другого человека, сочувство-

вать и сопереживать ему, терпимость к недостаткам других, такт, способность логически мыслить, развитие рефлексии, социального интеллекта, эмоциональной устойчивости [23].

Крупнов А. И. делает акцент на доброжелательности, справедливости, уравновешенности, требовательности, организованности и внимательности [24].

Р. В. Овчарова пишет: «Психолог должен знать свои личностные особенности, способности, возможности, сильные и слабые стороны, способы компенсации недостатков. Он должен уметь регулировать в себе профессионально важные качества: любознательность, логичность и практичность ума, рефлексивность, эмпатию, потребность в социальном контакте и социальном одобрении, коммуникабельность, эмоциональную стабильность и практичность» [25].

И. В. Дубровина в качестве профессионально важных характеристик выделяет следующие: открытость – готовность психолога быть открытым как личность для клиента; искреннюю заинтересованность, заботу о клиенте; доброжелательность – умение сохранять ровный и, безусловно, доброжелательный стиль общения; отказ от нравоучений и навязывания своего мнения; доверие к клиенту – вера в его самостоятельность [26].

Р. Мэй подчёркивает, что психолог должен уметь привлекать к себе людей, чувствовать себя свободным в любом обществе, быть способным к эмпатии. Главное для настоящего психолога – это «доброжелательность и стремление понять клиента, помочь ему увидеть себя с лучшей стороны и осознать свою ценность как личности» [27].

По мнению В. Н. Дружинина, «нет успешного психолога без высокого интеллекта. Ведь психологическая направленность ума психолога может быть реализована только на основе развитой интеллектуальной аналитико-синтетической деятельности, обеспечивающей требующийся для распознавания и понимания проблемы анализ и синтез всех данных, представленных как в явном, так и неявном виде, осуществлять сложную деятельность по интерпретации имеющегося в его распоряжении материала. Уровень интеллектуального развития психолога позволяет ему с соответствующей степенью успешности предвидеть последствия своих действий, поступков, слов, дает возможность осознать границы своей профессиональной компетенции, степень глубины проникновения во внутренний мир человека» [28].

Корсунский Е. А. выявил десять интегративных блоков личностных и профессионально важных качеств, необходимых психологу для успешной профессиональной деятельности:

1. Блок когнитивных качеств психолога, среди которых рефлексия, общекультурные знания, профессиональные знания, понимание внутреннего мира человека, интуиция, гибкость, самостоятельность, критичность, сообразительность, аналитичность, синтетичность мышления, способность прогнозировать поведение человека, проницательность, социальный интеллект.

2. Блок рефлексивно-перцептивных качеств психолога, в числе которых психологическая наблюдательность, адекватность восприятия себя и других людей, способность расшифровывать невербальные реакции человека, адекватность первого впечатления, концентрация на клиенте.

3. Профессиональная компетентность психолога включает такие качества, как профессиональную образованность, профессиональные умения и навыки, владение большим объемом профессиональных ситуаций, осознание границ собственной компетенции.

4. В блоке волевых качеств личности психолога выделяют ответственность, уверенность в себе, сдержанность, способность к самоконтролю и саморегуляции поведения, способность противостоять внешнему давлению, самоорганизованность, напористость, смелость.

5. Блок ценностно-смысловых качеств психолога включает гуманистическую направленность, этические принципы, совесть, профессиональный такт, мотивационно-смысловые установки, профессиональную направленность, осознание ценности человеческой личности.

6. Блок поведенческих качеств психолога содержит творческий характер деятельности психолога, гибкость поведения, адекватность поведения, способность быстро принимать нестандартные решения, владение собой в любой ситуации, саморегуляцию поведения, терпимость к фрустрациям и неопределенности, способность схватывать ситуацию в целом, умение реально оценивать обстановку, умение быстро ориентироваться в ситуации.

7. Блок эмоциональных качеств психолога содержит эмпатию, толерантность, желание помогать людям, эмоциональную стабильность, доброжелательность, способность понимать эмоциональные состояния и чувства людей, устойчивость к стрессу.

8. Блок психологической культуры психолога включает в себя духовность, психологическую грамотность, рефлексивные способности, регулятивную культуру, эмоционально-чувственную культуру.

9. Блок коммуникативных качеств личности психолога включает умение слушать и слышать другого, коммуникативные качества речи, готовность к контактам, умение поддерживать контакты, владение способами влияния на людей, способность к самопрезентации, готовность к принятию позиции другого.

10. Профессиональная идентичность психолога складывается из пяти качеств: профессионального самосознания, профессионального самоопределения, личностной идентичности, самопринятия, самоуважения [28].

# ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

## 1. КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

Для выполнения контрольной работы необходимо провести эмпирическое исследование профессионально важных качеств по методикам, приведенным ниже. Результаты каждой методики следует оформить в виде протокола исследования.

Цели контрольной работы:

- 1) отработка умений и навыков проведения психологического исследования с помощью экспериментальных методик;
- 2) формирование умений психологического анализа результатов диагностического исследования;
- 3) закрепление теоретических знаний по темам «Методы диагностики в психологии», «Профессионально важные качества психолога».

### Требования к оформлению контрольной работы

1. Провести эмпирическое исследование по указанным ниже методикам.

2. К работе необходимо приложить протоколы проведения исследования по каждой экспериментальной методике. Протокол исследования содержит графики или диаграммы (если это необходимо), анализ полученных результатов и выводы об уровне развития изучаемого свойства (см. приложение).

3. На каждого испытуемого отдельно разрабатывается «Профессиограмма» (включает информацию о сформированных либо несформированных профессиональных качествах личности на основании протоколов по проведению экспериментальных методик, а также рекомендации по развитию слабых качеств).

4. Заключительный этап – сравнительный анализ развития профессионально важных качеств у десяти испытуемых, в котором следует отметить отличительные особенности сформированности ПВК у каждого испытуемого относительно друг друга.

## Методики диагностики профессионально важных качеств психологов

### *Методика исследования социального интеллекта (адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена)*

В 1960-е годы Дж. Гилфорд разработал первую надёжную методику для изучения социального интеллекта. Он рассматривал его «как систему интеллектуальных способностей, независимых от фактора общего интеллекта и связанных, прежде всего, с познанием поведенческой информации».

«Согласно концепции Дж. Гилфорда, социальный интеллект включает в себя 6 факторов, связанных с познанием поведения:

1) познание элементов поведения – способность выделять из контекста вербальную и невербальную экспрессию поведения;

2) познание классов поведения – способность распознать общие свойства в потоке экспрессивной или ситуативной информации о поведении;

3) познание отношений поведения – способность понимать отношения;

4) познание систем поведения – способность понимать логику развития целостных ситуаций взаимодействия людей, смысл их поведения в этих ситуациях;

5) познание преобразования поведения – способность понимать изменение значения сходного поведения (вербального и невербального) в разных ситуационных контекстах;

6) познание результатов поведения – способность предвидеть последствия поведения исходя из имеющейся информации».

Данная методика включает в себя четыре субтеста:

1. Субтест № 1 «Истории с завершением» – изучает способность предвидеть последствия поведения других людей.

2. Субтест № 2 «Группы экспрессии» – выявляет умение правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям, мимике, позам, жестам.

3. Субтест № 3 «Вербальная экспрессия» – отражает то, насколько хорошо испытуемый распознаёт различные смыслы, которые могут принимать одни и те же вербальные сообщения в зависимости от характера взаимоотношений людей и контекста ситуации общения.

4. Субтест № 4 «Истории с дополнением» – выявляет способность испытуемого распознавать структуру межличностных ситуаций в динамике.

Работа с методикой должна проводиться по стандартной процедуре: испытуемым выдают тестовый материал, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию к каждому субтесту.

*Инструкция к субтесту № 1:* «В этом субтесте вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены житейские ситуации, происходящие с персонажем Барни. Барни – это лысый мужчина, по профессии – официант. В ситуациях также принимают участие жена, маленький сын и друзья Барни, с которыми он встречается дома или в кафе.

В каждом задании слева расположен рисунок, изображающий определенную ситуацию. Определите чувства и намерения действующих в ней персонажей и выберите среди трех рисунков справа тот, который показывает наиболее правдоподобный вариант продолжения (завершения) данной ситуации. Не выбирайте рисунок для ответа только потому, что он показался вам наиболее забавным продолжением. Предлагайте наиболее типичное и логичное продолжение заданной ситуации. На выполнение субтеста отводится 6 минут».

*Инструкция к субтесту № 2:* «В этом субтесте вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены позы, жесты, мимика, т. е. выразительные движения, отражающие состояние человека. В каждом задании субтеста среди четырех рисунков справа вы должны выбрать тот, который подходит к группе из трех рисунков слева, потому что отражает сходное состояние человека. На выполнение субтеста отводится 7 минут».

*Инструкция к субтесту № 3:* «В каждом задании этого субтеста слева написана фраза, которую один человек говорит другому, а справа перечислены три ситуации общения. Причем только в одной из них фраза, приведенная слева, приобретет другой смысл. В каждом задании необходимо выбрать ту ситуацию общения, в которой заданная слева фраза приобретет другое значение, будет связана с другим намерением, нежели в двух других ситуациях. На выполнение субтеста отводится 5 минут».

*Инструкция к субтесту № 4:* «В этом субтесте вы будете иметь дело с картинками, на которых изображены истории про Фердинанда. У Фердинанда есть жена и маленький ребенок. Он работает начальником, поэтому в историях будут также принимать участие его сослуживцы.

Каждое задание состоит из восьми картинок. Четыре верхние картинки отражают определенную историю, происходящую с Фердинандом. Одна из этих картинок всегда пропущена. Вам необходимо выбрать среди четырех рисунков нижнего ряда тот, который при подстановке на место пустого квадрата сверху будет дополнять историю с Фердинандом по смыслу. Если вы правильно выберете отсутствующий рисунок, то смысл истории полностью прояснится, чувства и намерения действующих в ней персонажей станут понятными. Итак, в каждом задании необходимо найти рисунок, дополняющий по смыслу историю про Фердинанда. На выполнение субтеста отводится 10 минут» [29].

***Методика изучения эмоционального интеллекта  
(опросник «ЭМИн» Д. В. Люсина)***

Опросник «ЭМИн» был разработан Д. В. Люсиным в 2006 году. Цель методики – диагностика различных аспектов эмоционального интеллекта.

В основу опросника положена трактовка эмоционального интеллекта (ЭИ) как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. Способность к пониманию эмоций означает, что человек может распознать эмоцию, т. е. установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека; может идентифицировать эмоцию, иными словами, установить, какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для неё словесное выражение; понимает причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт.

Способность к управлению эмоциями означает, что человек может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего, приглушать чрезмерно сильные эмоции, контролировать внешнее выражение эмоций, при необходимости произвольно вызвать ту или иную эмоцию.

И способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями могут быть направлены как на собственные эмоции, так и на эмоции других людей. Следовательно, можно говорить о внутриличностном и межличностном ЭИ. Эти два варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, однако предположительно должны быть связаны друг с другом. Таким образом, в

структуре ЭИ априори выделяются два «измерения», пересечение которых даёт четыре вида ЭИ.

В окончательном виде опросник «ЭМИн» состоит из 46 утверждений, по отношению к которым испытуемый должен выразить степень своего согласия, используя четырёхбалльную шкалу (совсем не согласен, скорее не согласен, скорее согласен, полностью согласен). Эти утверждения объединяются в пять субшкал:

*Субшкала МП* (понимание чужих эмоций) – способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

*Субшкала МУ* (управление чужими эмоциями) – способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; возможна склонность к манипулированию людьми.

*Субшкала ВП* (понимание своих эмоций) – способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

*Субшкала ВУ* (управление своими эмоциями) – способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

*Субшкала ВЭ* (контроль экспрессии) – способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

Затем субшкалы группируются в четыре шкалы более общего порядка:

1) *шкала МЭИ* (межличностный ЭИ) – способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими;

2) *шкала ВЭИ* (внутриличностный ЭИ) – способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими;

3) *шкала ПЭ* (понимание эмоций) – способность к пониманию своих и чужих эмоций;

4) *шкала УЭ* (управление эмоциями) – способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Работа с опросником должна проводиться по стандартной процедуре: испытуемым выдают тестовый материал, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Вам предлагается заполнить опросник, состоящий из 46 утверждений. Читайте внимательно каждое утверждение и ставьте крестик (или галочку) в той графе, которая лучше всего отражает Ваше мнение» [29].

## ***Методика многофакторного исследования личности Р. Б. Кеттелла (многофакторный личностный опросник 16PF)***

Шестнадцатифакторный личностный опросник (16PF) был разработан Р. Б. Кеттеллом в 1949 году. Цель данной методики заключается в том, чтобы выявить основные особенности характера личности.

Методика состоит из 187 вопросов. Работа с опросником должна проводиться по стандартной процедуре: испытуемым выдают тестовый материал, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Вам будет задан ряд вопросов, на каждый из которых вы должны выбрать один из трех предлагаемых ответов, – тот, который в наибольшей степени соответствует вашим взглядам, вашему мнению о себе. Обязательно отвечайте на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Не нужно тратить много времени на обдумывание ответов. Давайте тот ответ, который первым приходит вам в голову. Необходимо отвечать приблизительно на 5 – 6 вопросов за минуту. Заполнение всего опросника должно занять у вас около 50 мин. Возможно, некоторые вопросы покажутся неясными или сформулированными не так подробно, как вам хотелось бы. В таких случаях, отвечая, старайтесь представить «среднюю», наиболее обычную ситуацию, которая соответствует смыслу вопроса, и на основе этого выбирайте свой ответ. Не следует прибегать слишком часто к промежуточным, неопределенным ответам типа «не знаю», «нечто среднее» и т. п. Отвечайте честно. Не стремитесь произвести хорошее впечатление своими ответами. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение. Ваши ответы должны соответствовать действительности – в этом случае вы сможете лучше узнать себя» [29].

## ***Диагностика межличностных отношений (ДМО) Т. Лири***

Методика диагностики межличностных отношений (ДМО) была разработана Тимоти Лири в 1954 году. Цель ДМО – определение степени выраженности коммуникативных и организаторских качеств в межличностных отношениях.

Методика включает в себя восемь шкал:

1) шкала авторитарности: лидерство – властность – деспотичность;

- 2) шкала эгоистичности: уверенность в себе – самоуверенность – самовлюбленность;
- 3) шкала агрессивности: требовательность – непримиримость – жестокость;
- 4) шкала подозрительности: скептицизм – упрямство – негативизм;
- 5) шкала подчиненности: уступчивость – кротость – пассивная подчиняемость;
- 6) шкала зависимости: доверчивость – послушность – зависимость;
- 7) шкала дружелюбия: добросердечие – несамостоятельность – чрезмерный конформизм;
- 8) шкала альтруистичности: отзывчивость – бескорыстие – жертвенность.

Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выяснение какого-либо типа отношений, расположены не подряд, а особым образом: они группируются по четыре и повторяются через равное количество определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа.

Стимульный материал теста состоит из 128 характерологических утверждений. Работа с опросником должна проводиться по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Перед вами опросник, содержащий различные характеристики. Следует внимательно прочесть каждую и подумать, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если «да», то перечеркните крестом соответствующую порядковому номеру характеристики цифру в сетке регистрационного листа. Если «нет», то не делайте никаких пометок на регистрационном листе» [29].

***Диагностика коммуникативной социальной компетентности (КСК)***  
***Н. П. Фетискина, В. В. Козлова и Г. М. Мануйлова***

Методика КСК предназначена для получения более полного представления о личности, составления вероятностного прогноза успешности её профессиональной деятельности.

Опросник включает в себя 100 утверждений, расположенных в циклическом порядке, для того чтобы обеспечить удобство отсчета при помощи трафарета. Для каждого вопроса предусмотрены три альтернативных ответа.

Работа с опросником должна проводиться по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Вам предлагается ряд вопросов и три варианта ответов на каждый из них (а, б, в). Отвечать нужно следующим образом:

- 1) сначала прочтите вопрос и варианты ответов на него;
- 2) выберите один из предложенных вариантов ответа, отражающий ваше мнение, и поставьте соответствующую букву (а, б или в) в клеточке на листе для ответов» [29].

### ***Методика исследования локуса контроля Дж. Роттера***

Методика была разработана Джулианом Роттером в 1966 году. «Под «локусом контроля» понимается устойчивая личностная характеристика, отражающая предрасположенность человека объяснять причины событий внешними или внутренними факторами. Предложенная методика выделяет два типа локуса контроля: экстернальный (ответственность за успехи и неудачи своей жизни приписывается внешним обстоятельствам) и интернальный (ответственность приписывается себе самому)».

Методика состоит из 29 вопросов. Работа с опросником проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Прочтите каждое высказывание в паре и решите, с каким из них вы согласны в большей степени. Обведите кружком одну из букв («а» или «б») [Там же].

### ***Диагностика социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере (тест О. Ф. Потемкиной)***

Цель методики – выявление степени выраженности социально-психологических установок личности.

Работа с опросником проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Ответьте на каждый вопрос «Да», если он верно опи-

сывает ваше поведение, или «Нет», если ваше поведение не соответствует тому, о чем говорится в вопросе. Поставьте «+» или «-» рядом с вопросом» [29].

### ***Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой***

Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) был разработан в 1988 году в Психологическом институте РАО в лаборатории психологии саморегуляции В. И. Моросановой. Цель методики – диагностика развития индивидуальной саморегуляции и её индивидуального профиля, включающего показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств – гибкости и самостоятельности.

Опросник состоит из 46 утверждений и работает как единая шкала «Общий уровень саморегуляции» (ОУ), которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека.

Работа с опросником проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Предлагаем вам ряд высказываний об особенностях поведения. Последовательно прочитав каждое высказывание, выберите один из четырех возможных ответов: «Верно», «Пожалуй, верно», «Пожалуй, неверно», «Неверно» и поставьте крестик в соответствующей графе на листе ответов. Не пропускайте ни одного высказывания. Помните, что не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание ваших способностей, а лишь выявление индивидуальных особенностей вашего поведения» [Там же].

### ***Самоактуализационный тест (САТ) Э. Шострома***

Эверетт Шостром разработал опросник личностных ориентаций в 1963 году. В его основе лежат идеи самоактуализации Абрахама Маслоу (чьим учеником был Эверетт Шостром) и других психологов экзистенциально-гуманистического направления. Шкалы опросника характеризуют основные сферы самоактуализации, которая интерпретируется как стремление человека к наиболее полному раскрытию и реализации своего личностного потенциала. Чем выше балл по шкале,

тем сильнее выражена та или иная особенность личности, являющаяся компонентом самоактуализации.

Методика была адаптирована сотрудниками кафедры социальной психологии МГУ, в результате создан «Самоактуализационный тест» (САТ). Он состоит из 126 пунктов, каждый из которых включает два суждения ценностного или поведенческого характера. Испытуемому предлагается выбрать то из них, которое в большей степени соответствует его представлениям или привычному способу поведения.

САТ измеряет самоактуализацию по двум независимым друг от друга базовым шкалам (ориентации во времени и поддержки).

Базовые шкалы:

1) шкала ориентации во времени (ОВ) – 17 пунктов.

2) шкала поддержки (П) – 91 пункт.

Работа с методикой проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «В каждом пункте опросника представлена пара высказываний (они не обязательно исключают друг друга). Внимательно прочитайте каждое из этих высказываний и отметьте на регистрационном бланке (обведите кружком) то из них («А» или «Б»), которое в большей степени соответствует вашей точке зрения, представлениям или привычному способу поведения» [29].

### ***Диагностика творческого потенциала личности Н. П. Фетискина, В. В. Козлова и Г. М. Мануйлова***

Цель методики – диагностика творческого потенциала и креативности.

Тест включает 18 вопросов, на каждый из которых предложено три варианта ответа. Работа с опросником проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Выберите один из предложенных вариантов поведения в данных ситуациях и запишите его в бланке ответов» [Там же].

### ***Опросник «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна***

Опросник был разработан Альбертом Меграбяном и модифицирован Н. Эпштейном. С точки зрения А. Меграбяна, «эмоциональная эмпатия – это способность сопереживать другому человеку, чувство-

вать то, что чувствует другой, переживать те же эмоциональные состояния, идентифицировать себя с ним».

Методика позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, такие ее параметры, как уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого и степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии.

Опросник состоит из 25 суждений закрытого типа – как прямых, так и обратных. Испытуемый должен оценить степень своего согласия/несогласия с каждым из них. Шкала ответов (от «Полностью согласен» до «Полностью не согласен») дает возможность выразить оттенки отношения к каждой ситуации общения. По сравнению с исходным вариантом опросника несколько изменена шкала ответов, составлены таблицы пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки.

Работа с опросником проводится по стандартной процедуре: испытуемым выдают опросник, бланк ответов, карандаш и сообщают инструкцию: «Прочитайте приведенные ниже утверждения и оцените степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как вы обычно ведете себя в подобных ситуациях» [29].

### ***Образец оформления протокола***

#### **ПРОТОКОЛ №**

**исследования профессионально важных качеств личности  
по методике «Исследование социального интеллекта»**

1. ФИО испытуемого, возраст, пол, уровень образования, дата проведения, время, место.
2. Материал, предлагаемый испытуемому.
3. Результаты исследования.
4. Качественный анализ результатов.
5. Выводы.
6. Рекомендации.
7. ФИО экспериментатора, дата.

## **2. ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ И РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПСИХОЛОГОВ**

При организации тренинга следует учитывать степень сформированности профессионально важных качеств: коммуникативных навыков, эмпатии, уровня социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной устойчивости, творческого потенциала. Способы общения тренера с участниками определяются целями и содержанием занятий. Основные формы работы, предложенные в практикуме, – это упражнения, которые предполагают активность каждого участника. Вспомогательными приемами могут быть: пример тренера, одобрение, поддержка, косвенные замечания в целях коррекции поведения участников тренинга, создание атмосферы доверия, добровольного участия и эмоционального подъема. Следует избегать прямых оценочных замечаний, нажима, перегрузок, неадекватного возможностям участников тренинга темпа.

Предложенные упражнения можно проводить со студентами на этапе получения профессии психолога, а также с людьми, уже работающими в данной профессии. Для каждой группы следует подбирать время проведения занятий, изменяя количество и темп игр в одно занятие, способы постановки целей и инструкции. Допустимо вводить повторные упражнения, направленные на закрепление навыков, создание эмоционального подъема и психологического комфорта участников группы, укрепление сплоченности группы и ускоренную адаптацию участников.

Цель тренинга – формирование и развитие профессионально важных качеств психологов.

Тренинг состоит из десяти занятий, которые проводятся еженедельно в течение 2,5 месяцев. На каждое занятие отводится 90 мин.

### **Занятие 1. Формирование и развитие коммуникативных навыков**

#### **«Знакомство»**

*Цель:* познакомиться друг с другом.

*Время проведения:* 10 мин.

*Ход проведения:* участники садятся в круг, каждый надевает бейджик со своим именем. Первый человек представляется и называ-

ет своё увлечение, второй делает то же самое и повторяет то, что сказал о себе предыдущий, и так далее, пока очередь не дойдёт до последнего участника, после чего первый повторяет всё обо всех.

### **«Зеркало»**

*Цель:* установить психологический контакт между участниками тренинга.

*Время проведения:* 10 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить по парам и встать лицом друг к другу. Один из участников совершает медленные движения. Задача другого – постараться скопировать движения партнёра, стать его «зеркалом». Затем участники меняются ролями.

*Рефлексия:* сложно ли было подстроиться под движения другого человека? Чему может научить это упражнение?

### **«Сильные стороны»**

*Цель:* формирование умения говорить и принимать комплименты.

*Время проведения:* 15 мин.

*Материал:* мягкая игрушка.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается по очереди передавать друг другу мягкую игрушку, говоря о достоинствах и сильных сторонах того, кому достаётся игрушка.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли трудности?

### **«Самопрезентация»**

*Цель:* развитие навыков самопрезентации.

*Время проведения:* 25 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается попробовать представить себя так, чтобы всем запомниться.

*Рефлексия:* трудно ли было представлять себя? Что вы чувствовали?

### **«Угадай-ка»**

*Цель:* развитие навыков невербальной коммуникации и умения задавать вопросы.

*Время проведения:* 25 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить на пары. Каждому участнику на спину прикрепляется листок бумаги с именем знаменитости. После этого группа получает следующую инструкцию: «У каждого из вас на спине прикреплен листок бумаги с именем знаменитости. Вам нужно, не снимая его, угадать, о ком идет речь. Вы не можете сами посмотреть написанное имя, но это может сделать ваш партнер. Ваша задача – узнать у него это имя, задавая ему вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет».

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли трудности?

## **Занятие 2. Закрепление коммуникативных навыков**

### **«Без правил»**

*Цель:* создание тренинговой атмосферы, развитие навыков общения.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить на пары, сесть рядом и конструировать фразу «Мне нравится, что ты...», добавляя к ней своё утверждение. Так возникает позитивный диалог. Участники дают друг другу положительную обратную связь.

*Рефлексия:* трудно ли было вести подобный диалог? Чему может научить это упражнение?

### **«Путник и его тень»**

*Цель:* развитие умения подстраиваться под другого человека.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить на пары. Один участник – «путник», другой – его «тень». «Путник» идёт, а за ним движется его «тень». Затем участники меняются ролями.

*Рефлексия:* сложно ли было подстроиться под движения «путника»? Что вы ощущали?

### **«Танец»**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения, раскрепощение, развитие способности к самовыражению.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается встать в круг. Под музыку один из них демонстрирует какое-либо танцевальное движение, а остальные стараются повторить его.

*Рефлексия:* удалось ли вам раскрепоститься? Какие возникли трудности?

### **«Локомотив»**

*Цель:* развитие чувства ответственности.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* звучит ритмичная музыка. Участникам тренинга предлагается встать друг за другом. Первый участник – «локомотив», все остальные – «вагоны». У «вагонов» глаза закрыты. «Локомотив» берёт ответственность за движение состава. Каждому участнику важно попробовать обе роли.

*Рефлексия:* удалось справиться с заданием? Какие возникли трудности?

### **«Завтрак с героем»**

*Цель:* формирование умения убеждать собеседника.

*Время проведения:* 30 мин.

*Материал:* бумага, карандаши.

*Ход проведения:* участникам предлагается представить следующую ситуацию: каждый из присутствующих может позавтракать с абсолютно любым человеком. Затем нужно записать имя выбранного героя, разделить на пары и решить, с кем из двоих героев состоится встреча. На обсуждение даётся несколько минут. После этого пары объединяются в четверки, которым, в свою очередь, нужно выбрать лишь одного героя. Далее четвертки объединяются между собой и в течение нескольких минут выбирают одного героя, с которым будет проходить встреча.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли трудности? Почему был выбран именно этот человек? Легко ли было прийти к компромиссу?

## **Занятие 3. Формирование и развитие эмпатии**

### **«Я тебя поддерживаю»**

*Цель:* развитие способности понять и поддержать другого человека.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается свободно двигаться по аудитории с закрытыми глазами. Ведущий следит, чтобы никто не ударился. Затем по команде ведущего участники останавливаются и открывают глаза. Им нужно встать лицом к тому, кто оказался ближе всех. Таким образом происходит разделение по парам. После ведущий читает инструкцию: «Представьте, что встретили незнакомца, по стойте и посмотрите друг другу в глаза». Далее участники снова закрывают глаза и двигаются по аудитории. Ведущий опять всех останавливает, и все образуют пары с теми, кто стоит рядом. Ведущий читает следующую инструкцию: «Представьте, что перед вами лучший друг». Снова все закрывают глаза и ходят по аудитории. Снова ведущий останавливает всех, и по команде участники делятся на пары. Следующая инструкция: «Представьте, что встретили злейшего врага». Снова все закрывают глаза и ходят по аудитории. Ведущий вновь всех останавливает, члены группы открывают глаза, делятся на пары. Последняя инструкция: «Представьте, что перед вами человек, у которого случилась беда. Вам нужно его успокоить». Участники выполняют предложенное задание.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли трудности?

### **«Твои эмоции»**

*Цель:* развитие способности понимать эмоциональное состояние партнера.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* одному из участников предлагается выйти из аудитории. В это время остальные выбирают любое эмоциональное состояние и пытаются изобразить его. Ведущий зовёт участника и тот должен определить, кто какое изображает эмоциональное состояние.

*Рефлексия:* сложно ли было определить эмоциональное состояние другого человека? Чем вы руководствовались при определении?

### **«Передача чувства»**

*Цель:* развитие способности понимать и проявлять чувства.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается сесть в круг, закрыть глаза и передать по кругу какое-либо чувство без слов, используя лишь прикосновения к сидящему рядом участнику. Участник,

воспринявший чувство, передаёт его следующему. Не обязательно повторять движения предыдущего участника, главное – суметь передать то же чувство, что и он. В конце чувство возвращается к тому, кто его отправил. Происходит обсуждение, начиная с первого участника, кто какое чувство передал, какое принял, где, возможно, произошло искажение.

### **«Отражение»**

*Цель:* развитие навыков распознавания эмоционального состояния другого человека.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить на пары. Один из участников пары становится «зеркалом», а второй – его «отражением». «Отражение», оказавшись перед «зеркалом», может вести себя раскрепощённо. «Зеркало» как можно точнее повторяет все движения и выражения «отражения».

*Рефлексия:* какие трудности возникли в процессе выполнения упражнения? Удалось ли понять и воспроизвести чувства вашего партнера?

### **«Я тебя понимаю»**

*Цель:* формирование навыков понимания другого человека по невербальным проявлениям.

*Время проведения:* 30 мин.

*Ход проведения:* участники делятся на пары. Затем в течение нескольких минут описывают состояние партнёра в данный момент. Тот, чье состояние описывают, должен подтвердить либо опровергнуть предположения.

*Рефлексия:* трудно ли было понять эмоциональное состояние партнёра? На что вы обращали внимание, когда составляли мнение о настроении другого участника?

## **Занятие 4. Закрепление навыков эмпатии**

### **«Эмпатическое слушание»**

*Цель:* формирование навыка эмпатического слушания.

*Время проведения:* 30 мин.

*Ход проведения:* участники делятся на пары. Один участник в течение минуты высказывается на волнующую его тему, второй внимательно слушает. После этого второй участник в одном предложении передаёт суть проблемы и испытываемых чувств говорящего. Затем роли в паре меняются.

*Рефлексия:* каково чувствовать себя в роли слушателя? Что было самым сложным? Каково чувствовать себя в роли рассказчика? Как вы себя чувствовали, когда человек составлял предположения о том, что вы ощущали?

### **«Ситуации»**

*Цель:* развитие навыков адаптации к различным эмоциональным ситуациям.

*Время проведения:* 20 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается сесть по кругу. Участник, чьё имя называет ведущий, придумывает ситуацию, в которой остальные участники должны попробовать себя представить. Затем ведущий называет имя следующего участника.

*Рефлексия:* что вы чувствовали в разных ситуациях? В какой из ситуаций вам было проще себя представить, а в какой труднее?

### **«Жесты»**

*Цель:* развитие способности к пониманию состояния человека по его жестам.

*Время проведения:* 20 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается встать в круг и каждому по очереди выполнить движение, которое отражает его внутреннее состояние. Основная задача – постараться понять состояние другого человека, вчувствоваться в него.

*Рефлексия:* трудно ли вчувствоваться в состояние другого человека? Что вы испытывали?

## **Занятие 5. Формирование и развитие социального интеллекта**

### **«Невербальный контакт»**

*Цель:* развитие навыков невербальной коммуникации.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* одному участнику предлагается выйти из аудитории. В это время группа должна определить человека, который будет показывать желание вступить в контакт. Вернувшись, участник должен определить, кто хочет начать с ним разговор. При этом все могут использовать только невербальные средства.

*Рефлексия:* легко ли было понять, кто хочет вступить в контакт? По каким признакам вы поняли, кто хочет с вами пообщаться?

### **«Моя реакция»**

*Цель:* формирование навыков адекватного реагирования в различных ситуациях.

*Время проведения:* 25 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается показать в заданной ситуации неуверенный, уверенный и агрессивный тип ответов.

- Друг хочет поговорить с вами, а вам надо спешить.
- Родители устроили вам встречу с незнакомым человеком без предупреждения.
- Люди, сидящие перед вами в театре, громко разговаривают.
- Сосед просит у вас одолжить ему денег.

*Рефлексия:* как вы реагировали в различных ситуациях? Как вы считаете, какой тип реакции наиболее адекватен в каждой ситуации?

### **«Угадай смысл диалога»**

*Цель:* формирование навыков прочтения невербального языка.

*Время проведения:* 15 мин.

*Материал:* видеоролик.

*Ход проведения:* участники просматривают отрывки из фильма без звука. После этого они пытаются угадать смысл диалога по выражению лиц, позам, жестам.

*Рефлексия:* сложно ли было понять смысл видеоролика, не имея звукового сопровождения? На что вы обратили внимание?

### **«Всеобщее внимание»**

*Цель:* развитие вербальных и невербальных средств общения.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается привлечь внимание окружающих, не прибегая к физическим воздействиям.

*Рефлексия:* как вам удалось привлечь внимание? Как вы думаете, какие средства общения наиболее важны?

### **«Шапка»**

*Цель:* развитие способности эффективного общения посредством различных видов коммуникаций (вербальной и невербальной), а также умения улавливать и анализировать невербальные сигналы других людей.

*Время проведения:* 25 мин.

*Материал:* шапка, листы бумаги.

*Ход проведения:* участники садятся по кругу. Ведущий берёт шапку и пустые карточки (разрезанные листы бумаги). Каждому участнику предлагается придумать семь слов и записать их на карточках (пишется одно слово на одной карточке). После все карточки кладут в шапку.

Ведущий читает инструкцию: «Упражнение проходит в 3 этапа: на 1-м этапе – вербальное объяснение; 2-м – невербальное объяснение; на 3-м – требуется назвать одно слово, которое ассоциируется с данным объектом. По команде участник, который держит шапку, вытаскивает карточку и пытается объяснить значение слова слева. Сосед пробует угадать слово. На разгадку слова выделяется 30 с, задача разгадывающего – понять как можно большее число карточек. После шапка передаётся следующему по часовой стрелке участнику. Далее таким же образом проходит второй этап, только объяснение происходит невербально. Затем переходят к третьему этапу.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли трудности?

## **Занятие 6. Формирование и развитие эмоционального интеллекта**

### **«Какой я»**

*Цель:* развитие навыка самоанализа и определения собственного эмоционального состояния.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам тренинга предлагается разделить на пары. Суть упражнения – внимательно смотреть друг на друга, но ничего не говорить до того момента, пока ведущий не скажет «Стоп».

*Рефлексия:* что вы чувствовали во время упражнения? Почему возникли те или иные чувства? О чём вы думали в этот момент?

### **«Какой ты»**

*Цель:* развитие способности определения эмоционального состояния другого человека.

*Время проведения:* 20 мин.

*Материал:* фотографии людей, выражающих различные эмоции; бумага, карандаши.

*Ход проведения:* ведущий показывает участникам тренинга фотографии людей, выражающих различные эмоции. Участникам предлагается посмотреть на изображения и записать названия эмоций, которые, по их мнению, переживает человек на фотографии. После все фотографии обсуждаются и анализируются ошибки в определении эмоций.

### **«Передача эмоций»**

*Цель:* формирование способности передавать различные эмоциональные состояния.

*Время проведения:* 15 мин.

*Материал:* мячик.

*Ход проведения:* участникам предлагается сесть в круг. Первый участник старается вызвать в себе отрицательную эмоцию и, назвав её, перекинуть мяч другому участнику. Мяч должен оказаться у каждого участника. После первый участник вызывает в себе положительную эмоцию и делится ей с другим участником, перекидывая ему мяч.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие возникли сложности?

### **«Твоя эмоция»**

*Цель:* формирование и развитие способности анализировать эмоциональное состояние другого человека.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* ведущий читает инструкцию первому участнику: «Пожалуйста, посмотрите на своего соседа и расскажите о его состоянии». Далее участник, чьё состояние описывали, говорит, насколько это описание соответствует действительности, и обращается к следующему участнику. В упражнении должны быть задействованы все.

*Рефлексия:* как вы определяли эмоциональное состояние другого участника? На что вы ориентировались? Какие возникли трудности?

### **«Актёр»**

*Цель:* формирование и развитие способности выражать различные эмоциональные состояния; развитие выразительности поведения.

*Время проведения:* 25 мин.

*Материал:* карточки, на которых обозначены различные эмоциональные состояния.

*Ход проведения:* участникам раздаются карточки, на которых прописаны различные эмоции. Затем все по очереди изображают эмоции, указанные на их карточках.

*Рефлексия:* сложно ли было изобразить предложенное эмоциональное состояние? На что вы обращали внимание при его определении?

## **Занятие 7. Закрепление навыков распознавания эмоций и управления ими**

### **«Угадай эмоцию»**

*Цель:* развитие способности распознавать эмоциональное состояние.

*Время проведения:* 35 мин.

*Ход проведения:* участники делятся на две группы. Им предлагается выбрать любое чувство и придумать, как его можно показать. Сначала одна группа изображает выбранное чувство, а вторая отгадывает, что это за чувство. Затем группы меняются.

*Рефлексия:* трудно ли было работать в группе?

### **«Передача чувств»**

*Цель:* развитие способности распознавать эмоциональное состояние.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается встать друг за другом. Первый участник передает второму без помощи слов какое-либо чувство, второй человек передаёт третьему это же чувство и т. д. Последний участник рассказывает, какое чувство ему передали. Группа сравнивает его ощущение с тем, какое чувство было передано первым участником.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие сложности возникли?

### **«Презентация»**

*Цель:* развитие способности выражать своё эмоциональное состояние и управлять им.

*Время проведения:* 40 мин.

*Материал:* листы бумаги, цветные карандаши.

*Ход проведения:* участникам предлагается нарисовать рисунок, отражающий их эмоциональное состояние. После того как участники закончат, тренер просит каждого по очереди выйти и представить свой рисунок.

*Рефлексия:* сложно ли было отразить на рисунке своё эмоциональное состояние? Что вы чувствовали, когда представляли свою работу?

## **Занятие 8. Формирование и развитие эмоциональной устойчивости**

### **«Концентрация на дыхании»**

*Цель:* развитие концентрации и выработка эмоциональной устойчивости.

*Время проведения:* 10 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается сесть прямо, выпрямить спину, закрыть глаза и сосредоточиться на дыхании, наблюдая за возникающими ощущениями.

*Рефлексия:* трудно ли было сохранять концентрацию на дыхании? Как вы сейчас себя чувствуете?

### **«Концентрация внимания»**

*Цель:* развитие внимания и достижение эмоционального равновесия.

*Время проведения:* 10 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается выбрать любой объект и зафиксировать свое внимание на нём в течение 5 мин.

*Рефлексия:* трудно ли было сохранять концентрацию на выбранном объекте?

### **«Кино»**

*Цель:* развитие стабильного самосознания.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается закрыть глаза и представить, что они смотрят фильм о том, что сегодня с ними происходило. При этом важно просто наблюдать, не давая никакой оценки событиям.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие трудности возникли?

### **«Цвет моего настроения»**

*Цель:* проанализировать своё настроение после упражнений на концентрацию и развитие самопознания.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участники по очереди рассказывают о своём эмоциональном состоянии и обозначают, каким цветом они могли бы выразить своё настроение.

### **«Коллективный счет»**

*Цель:* развитие навыка рефлексии и эмоциональной устойчивости.

*Время проведения:* 40 мин.

*Ход проведения:* ведущий предлагает участникам вспомнить наиболее яркие примеры ситуаций, связанных с эмоциональным напряжением. Это могут быть примеры из кино и литературы, из житейского или профессионального опыта, а также вымышленные ситуации. Желающие приводят свои примеры. После каждого примера необходимо обсудить, какие негативные эмоции возникли в данных ситуациях и почему.

*Рефлексия:* после того как все желающие выскажутся, участники обсуждают, как им удастся восстанавливать свои силы после напряженных ситуаций. Обратите внимание на высказывания относительно отдыха, смены обстановки, физических упражнений.

## **Занятие 9. Раскрытие творческого потенциала**

### **«Изобрази слово»**

*Цель:* раскрытие творческих способностей.

*Время проведения:* 15 мин.

*Материал:* список слов.

*Ход проведения:* участники произвольно двигаются по классу. Когда ведущий хлопает в ладоши и называет слово, они останавливаются и изображают заданное слово. Используются слова: *море, счастье, мама, работа, школа, дружба, любовь, удача.*

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие трудности возникли?

### **«Один предмет»**

*Цель:* развитие творческого потенциала.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* участникам предлагается за несколько минут придумать различные способы использования одного предмета.

*Рефлексия:* трудно ли было найти различное применение для одного предмета? Какие способы применения предмета вы выбрали? Чему учит это упражнение?

### **«Что здесь общего?»**

*Цель:* развитие творческих способностей и навыка поиска нестандартных решений.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* ведущий предлагает участникам два слова, которые обозначают максимально отличные друг от друга предметы. Задача участников – найти между этими двумя объектами как можно больше сходных признаков.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие трудности возникли?

### **«Что это?»**

*Цель:* развитие творческого потенциала.

*Время проведения:* 15 мин.

*Ход проведения:* ведущий рассказывает, что в одной фантастической книге встретил неизвестное слово, и называет любое выдуманное сочетание звуков (*храбыс, тубалька, фырень*). Задача участников – пофантазировать и придумать, что это за объект, описать его, рассказать о свойствах, внешнем виде, пользе или вреде.

*Рефлексия:* удалось ли справиться с заданием? Какие трудности возникли?

### **«Метод фокальных объектов»**

*Цель:* развитие креативности.

*Время проведения:* 30 мин.

*Ход проведения:* участники делятся на группы. Задача каждой группы – усовершенствовать и доработать предложенную ведущим

простую вещь, например ручку. Это и есть фокальный объект (помещенный в фокус). К нему «прилагаются» три любых случайных предмета (часы, расчёска, мобильный телефон). Выполнение упражнения включает в себя следующие этапы: 1) участники должны выписать основные свойства дополнительных предметов; 2) скомбинировать эти свойства с фокальным объектом; 3) рассмотреть несколько вариантов и выбрать самый интересный; 4) обсудить варианты всех команд.

### **Занятие 10. Закрепление специальных умений**

*Цель:* подведение итогов тренинга специальных умений.

*Время проведения:* 90 мин.

*Материал:* ватманы, ножницы, клей, фломастеры, ручки, цветные карандаши, старые журналы и газеты.

*Ход проведения:* участникам предлагается разделить на команды и подумать, какие качества необходимы в профессии психолога. Каждая команда путём обсуждения выбирает одно качество и изображает его в коллаже. После участники представляют свои работы, рассказывают, почему именно это качество важно для успешной психологической деятельности и почему они предпочли изобразить его именно таким образом.

*Рефлексия:* В конце занятия обсуждают проведённую тренинговую работу. Каждый участник рассказывает, что ему запомнилось и чему он смог научиться за 10 занятий.

### **3. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ ПО ОЦЕНКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ПСИХОЛОГОВ**

#### **Задание 1**

Вам предложен список вероятных функций психолога. Из этого списка выберите те, которые имеет право осуществлять практический психолог. Какие функции и почему находятся вне его компетенции? Кто в таком случае должен выполнять эту работу? Ответы обоснуйте.

1. Лечить психические заболевания с помощью лекарственных препаратов.

2. Давать клиентам дельные советы по интересующим их вопросам.

3. Оказывать поддержку клиентам в трудных жизненных ситуациях.

4. Оказывать помощь клиентам в стрессовых для них ситуациях.

5. Оказывать помощь в адаптации клиентов после перенесенных жизненных кризисов.

6. Способствовать максимальному раскрытию психологических качеств и способностей клиента.

7. Осуществлять судебно-медицинскую экспертизу.

8. Выводить клиентов из депрессии и суицидальных состояний.

9. Обучать клиентов самопознанию.

10. Устанавливать медико-психиатрический диагноз.

11. Заниматься профилактикой возникновения ситуаций психологического неблагополучия.

12. Наталкивать клиентов на принятие правильного решения в ситуациях выбора из нескольких вариантов.

13. Оказывать помощь в профориентации подростков и юношей.

14. Способствовать формированию навыков психогигиены у клиентов.

15. Помогать клиентам обнаружить сильные стороны их личности.

16. Обучать клиентов эффективным технологиям защиты психического здоровья.

17. Обучать клиентов брать личную ответственность за события в их жизни.

## Задание 2

Из приведенного списка высказываний выберите те, которые принадлежат квалифицированному психологу. Ответы обоснуйте.

1. Я имею уникальный талант понимания людей.
2. Вы не изменитесь до тех пор, пока не примите себя таким, какой вы есть на самом деле.
3. Давайте вместе постараемся посмотреть на ваши проблемы другими глазами.
4. Я, конечно же, помогу вам изменить себя к лучшему.
5. Этот вопрос не в моей компетенции, но, думаю, другой психолог вам обязательно поможет.
6. Вы слишком уж серьезно относитесь к тому, что с вами происходит.
7. Вы слишком сопротивляетесь, сами не замечая этого, и мне трудно начать работу.
8. Вы, несомненно, можете положиться на мои профессиональные знания и многолетний опыт работы.
9. Вы обнаружили проблему, потому что столкнулись с реальностью. До этого не было жалоб, потому что вы предпочитали жить в выдуманном мире.
10. Как же это возможно, чтобы такой молодой и красивой женщине в голову приходили мысли о смерти?

## Задание 3

Ниже приведен перечень психологических ситуаций. Определите, с какой проблемой в каждом из случаев сталкивается психолог. Каковы дальнейшие действия психолога в каждой из ситуаций? Какие профессионально важные качества психолога здесь могут быть задействованы?

1. Подросток в возрасте тринадцати лет поступил в больницу с резко выраженным сдвигом в форме асоциального поведения. В процессе психологического исследования были выявлены следующие моменты: наличие значимых отношений с отцом, переживание психологической травмы, ситуация потери дружбы с отцом. Подросток демонстрирует подобное поведение для привлечения внимания.
2. К психологу обратились родители ребенка трех лет и четырех месяцев. Внезапно он стал проявлять негативизм в поведении: дерет-

ся, агрессивно реагирует на любые отказы, кричит, топает ногами, бросается на пол и бьется в истерике.

3. Подросток совершает побег из дома. До этого он отличался исключительно положительным поведением и имел отличные отношения со своим окружением. Родители обнаружили мальчика в компании бомжей в одном из подвалов. Это было причиной обращения к психологу за помощью.

4. К психологу обратилась мама мальчика четырех лет. Ребенок посещает детский сад. Мальчик застенчив, играет практически всегда один, плачет по любому поводу, на занятиях отвечает на вопросы шепотом, болезненно реагирует на замечания воспитателя.

5. К психологу обратился школьный учитель со следующей проблемой. Девятый класс вдруг стал «неуправляемым». Учитель чувствовал скрытое организованное сопротивление учащихся любым педагогическим воздействиям. Это проявлялось в виде ригидного поведения, скуки, отсутствия эмоционально-заинтересованного отношения учащихся к учебному процессу, молчания на уроках. При этом случаев открытого сопротивления группы или кого-то из лидеров класса замечено не было.

6. К психологу за консультацией обратилась мама мальчика в возрасте трех с половиной лет. Имеются разногласия с мужем в вопросе воспитания сына. Папа постоянно говорит мальчику, что он трус, что если он не научится давать сдачи, то его все будут бить. В свою очередь ребенок, приходя из садика, спокойно рассказывает родителям, что его побили, а сдачи сдать он забыл. По поведению мальчика и его разговорам понятно, что он не хочет давать отпор обидчику из-за того, что будут ругаться воспитатели. Мама утверждает, что с детства говорила сыну о том, что драться нельзя, даже ругалась, если он проявлял агрессию, общаясь с другими детьми. Папа считает, что мама воспитала труса и «маменькиного сынка». Маму интересует, как правильно воспитывать мальчика этого возраста, как сделать так, чтобы он вырос смелым и в нужной ситуации смог постоять за себя.

7. К психологу обратилась мама девочки Вики в возрасте трех с половиной лет. Семья полная, есть пятимесячная сестра. Воспитанием занимается мама, девочка только начала посещать детский сад. Вика спокойная, послушная, развитая девочка, но периодически стали слу-

чаться бурные истерики. Поводом для них в основном является нарушение какого-либо правила, которое она во что бы то ни стало решила выполнить. Например, папа снял ей ботинок, не развязав шнурки. Бабушка боится с ней сидеть, потому что не знает, чем всё может закончиться. По словам мамы, она воспитывает ее свободно, старается минимизировать запреты. Бабушка не согласна с подобным воспитанием, обвиняет в истериках Вики маму, говорит, что та её балует. Мама старается не потакать истерикам, но склонна думать, что это не просто капризы, что Вика сама страдает от этого. Мама утверждает, что похожие истерики наблюдались и до рождения сестры, но характер ситуаций был другим (например, кто должен вынимать из ванны после купания и др.).

8. К психологу обратились родители мальчика шести лет. Ребенок постоянно грызет одежду – воротник рубашки или куртки, перчатки. Если попросить не делать этого, он соглашается и прекращает, но через некоторое время начинает снова.

9. К психологу за консультацией обратилась мама девочки пяти с половиной лет. Мама не знает, как научить дочь поддерживать порядок в своем шкафу. У нее много разных игрушек, красок, карандашей и т. п. Через некоторое время игрушки оказываются разбросанными по всему дому. Папу это очень раздражает, он грозит выкинуть игрушки, если девочка их не уберет. Мама защищает дочь, якобы ей трудно самой справиться, надо помочь. Но мама не знает, как правильно это сделать, и просит совета психолога.

10. К психологу обратилась мама девочки в возрасте трех лет и десяти месяцев. В последнее время дочка стала часто грубить, кривляться, огрызаться, может даже кинуться на родителей с кулаками, если сделать ей замечание и т. д. Мама интересуется, как при подобных вспышках гнева ей с мужем следует себя вести, особенно в том случае, если в присутствии родителей ребенок начинает проявлять агрессию по отношению к бабушке или дедушке.

11. К психологу обратилась мама мальчика четырех лет. Он часто пытается обратить на себя внимание своих ровесников, настойчиво навязывая им свою дружбу. Родители и воспитатели пытаются объяснить ему, что если дети не хотят играть, не стоит насильно заставлять их это делать. Сын соглашается, но в следующий раз все повторяется опять. Он может обнять ребенка и нечаянно повалить его. Воспитате-

ли хвалят мальчика, он хорошо развит и всё схватывает на лету, но слишком импульсивен.

12. К психологу обратилась мама мальчика семи лет. Учится в первом классе. Проблема в том, что ребенок не хочет ходить в школу, отказывается самостоятельно выполнять домашние задания, при их выполнении постоянно просит помощи. Папа называет его лентяем. У мамы нет времени заниматься с сыном, говорит, что поздно приходит с работы, всех кормит, убирается и т. п.

13. К психологу обратилась мама девочки двенадцати лет. Дочь перестала её слушаться, отказывается ходить в школу с аккуратной прической. Целыми днями сидит в Интернете. Стала плохо учиться и огрызается на любое замечание.

#### Задание 4

Ниже приведен фрагмент из книги Патриции Корнуэлл «В объятиях смерти». Проанализируйте приведенный текст. Попробуйте объяснить, почему герой данного фрагмента считает свои переживания непреодолимым препятствием к осуществлению профессиональной психологической деятельности. В каких профессионально важных качествах герой испытывает дефицит? Можно ли ему помочь и что для этого нужно сделать?

<...> – Они не могут понять меня. Почему я бросил психологию, например... У меня степень магистра. И что же? Я работал санитаром, а сейчас я работаю на мойке... В детстве я мечтал быть психологом, социальным сотрудником, может быть, даже психиатром... Все это пришло ко мне так естественно. Вот кем я должен был стать. Вот к чему меня подталкивали мои способности.

– Но ты не стал, – напомнила я ему. – Почему?

– Потому что это разрушило бы меня, – сказал он, отводя глаза. – Я не могу контролировать то, что происходит со мной. Я слишком остро чувствую проблемы других людей и склад их ума, причем настолько, что моя собственная личность теряется, задыхается. Я не понимал, насколько все это значительно, пока не провел какое-то время в судебном отделении. Для душевнобольных преступников. Это было частью моего исследования – исследования для диссертации. – Он все более заводился. – Я никогда не забуду Френки. Френки был параноидальным шизофреником. Он до смерти забил поленом

свою мать. Я пытался понять Френки. Я мягко вел его через всю его жизнь до тех пор, пока мы не достигли того зимнего вечера. Я сказал ему: «Френки, Френки, что это было? Что нажало кнопку? Ты помнишь, что происходило в твоей голове, в твоей душе?» Он сказал, что сидел у огня, как сидел всегда, наблюдая за догорающим пламенем, когда «они» начали ему нашептывать. Они шептали ужасные, обидные вещи. Когда его мать вошла, она посмотрела на него так же, как всегда, но на этот раз он увидел «это» в ее глазах. Голоса стали такими громкими, что он не мог думать, и в следующий миг он уже был мокрым и липким, а у нее больше не было лица. Он пришел в себя, когда голоса затихли. Я не мог уснуть много ночей после этого. Всякий раз, закрывая глаза, я видел Френки, плачущего, покрытого кровью своей матери. Я понимал его. Я понимал, что он сделал. С кем бы я ни говорил, какую бы историю ни слушал, это действовало на меня всегда одинаково.

– ...Ты когда-нибудь чувствовал, будто убиваешь кого-то?

– Все когда-нибудь это чувствуют... Каждый человек способен на это. Абсолютно каждый. У меня нет пистолета или чего-то еще э... опасного. Потому что я не хочу стать жертвой побуждения. Если вы можете представить себе, как что-то делаете, если можете установить связь с механизмом, который стоит за деянием, то дверь трескается. Это может случиться. Реально каждое отвратительное событие, которое происходит в мире, сначала было задумано в голове. Мы не хорошие или плохие, не те или другие. – Его голос дрожал. – Даже у тех, которых относят к душевнобольным, есть свои собственные причины совершать то, что они делают.

### **Задание 5**

Определите, какие из приведенных реплик психолога соответствуют каждой из пяти фаз консультирования (структурирование; сбор информации в контексте обозначенной темы и выделение основной проблемы; осознание желаемого результата; выработка альтернативных решений проблемы клиента в свете его желаний, возможностей и личностных особенностей; переход к действиям):

«Здравствуйте!»

«Вы хотите...»

«Давайте вместе определим круг возможных действий»

«Расскажите еще немного о...»  
«И что же?»  
«Вы так и сказали?»  
«Правильно ли я понял, что...»  
«Это было необычно, не так, как всегда?»  
«Вы так реагировали и раньше?»  
«Что привело вас в консультацию?»  
«Давайте уточним»  
«Давайте познакомимся»  
«Расскажите об этом поподробнее»  
«Давайте вернемся к самому началу»  
«Что именно вы почувствовали в этот момент?»  
«Когда вы это почувствовали впервые?»  
«Попробуем разобраться вместе в том, что случилось»  
«Меня зовут...»  
«Это было именно...»  
«Вот вы говорили...»  
«Вам сейчас это трудно принять, но...»  
«Потребуется время и терпение, чтобы это изменилось»  
«Изменяясь сам, вы обязательно измените других и их отношение к вам»  
«Давайте разберемся, почему вышло именно так...»  
«Так вы говорите, было так...»  
«Я понимаю, вам трудно говорить об этом»  
«Может быть, поговорим еще раз о...»  
«Да-да»  
«Кажется, я начинаю вас понимать»  
«Так вы говорите, что...»  
«Как часто это с вами бывает?»  
«Я уверен, вы справитесь с этим»  
«Я чувствую вашу решимость»  
«Слушаю вас...»  
«Представьте себе...»  
«Вам не хочется с этим соглашаться...»  
«Давайте мысленно пройдем...»  
«Я предлагаю вам следующее...»  
«Выбор за вами»

«У вас обязательно получится»  
«Вы сможете это изменить»  
«Давайте вернемся в ту ситуацию и мысленно проиграем ее еще раз...»  
«Давайте чуть изменим ракурс...»  
«Что вам было сделать труднее всего?»  
«Вы, наверное, не раз обдумывали это...»  
«Давайте решим, что еще мы можем сделать для этого»  
«Сможете ли вы...»  
«Вы готовы делать это?».

### **Задание 6**

Прокомментируйте приведенные ниже распространенные мнения о психологах, определите отличия позиции консультирующего психолога от позиций врача, педагога, юриста, социального работника, священника. Покажите специфику собственно психологических функций.

1. В бытовом сознании психолог и есть врач, что-то вроде врача-человеческих душ. Врач помогает в случае страданий физических, а психолог должен помогать в случае психических, душевных страданий.

2. Станный современный гибрид «педагог-психолог», вызывающий у многих идиосинкразию, основан на убеждении, что педагог и психолог занимаются, по сути, одним и тем же – воспитывают и перевоспитывают других людей, оказывают формирующие воздействия на личность.

3. Психолог, как и адвокат, юрист, смотрит на клиента с точки зрения его прав, обязанностей и интересов. Так, школьный психолог тоже защищает интересы школьника перед администрацией школы, родителями. А если он работает в системе консультаций «Брак и семья», то должен «мирить» разводящихся супругов и вообще часто выступает в роли третейского судьи.

4. Психолог – это социальный работник, ведь он представляет интересы клиента в социуме: он участвует в разрешении социальных конфликтов по поводу дележа жилплощади, по поводу того, кто и как должен ухаживать за престарелыми родителями, выступает на процессах по лишению родительских прав и т. д.

5. Психологи в современном обществе несут те же функции, которые раньше выполняли исповедники, священники. Они выслушивают клиента, утешают его, ободряют, «отпускают грехи» тем, что рационализируют их, оправдывают в глазах клиента их неблагоприятные действия, подсказывают пути выхода из сложных ситуаций, дают советы.

### Задание 7

Проанализируйте, какие из высказываний психолога ориентированы: а) на воздействие на клиента; б) манипулирование; в) управление; г) формирование. Ответы обоснуйте.

1. Надо разобраться вам с ним – кто за что отвечает. – Да ладно, вернемся к этому позже.

2. Неужели вам хочется мне об этом говорить столько раз!

3. Вы же знаете, что перед вами ребенок, почему вы ее нагружаете взрослыми проблемами?

4. Ваши опасения мне ясны, но что вы делали, чтобы их не было? Делали что-нибудь?

5. Вы говорите, что все ее не любят. Думаю, что это преувеличение.

6. Постарайтесь припомнить все, до мелочей, я помогу вам в этом, вот мое задание...

7. Как человек я вас понимаю, но вы сами сказали, что не чувствуете себя человеком. Давайте сменим тему.

8. Было бы неплохо узнать мнение и другой стороны. Вы можете проанализировать его мысли, а не свои...

9. Вы говорите, что вы не психолог, но ведь на уровне простого здравого смысла понятно, что если ребенку трудно, то ему надо помогать, а не ругать, его надо жалеть, а не наказывать.

10. Об этом трудно говорить. Попробуйте узнать себя в этих заданиях...

11. Вы не можете говорить? Давайте помолчим, а потом предпримем новую попытку.

12. Вы не могли бы лучше сосредоточиться на вопросах?

13. Хорошо, больше ничего не говорите, я сама вас буду обо всем спрашивать.

14. Кто вам сказал, что ребенок должен быть таким, каким его кто-то хочет видеть? Пусть даже это и близкие люди.

15. Вы уже успели сказать ей, что не любите ее?

16. Это был желанный для вас ребенок?

17. Она вам никогда не говорила, что боится потерять вашу любовь?

18. Вам надо точно отвечать на мои вопросы – я еще раз вам это повторяю.

19. Вы лучше настройтесь на себя, тогда нам будет легче говорить.

20. Мне было бы понятнее, если бы вы говорили последовательно.

### **Задание 8**

Проанализируйте по приведенным высказываниям те позиции, которые психологи занимают по отношению к другому человеку. Какие из них вы находите оптимальными и почему?

1. Психолог – это профессия, формирующая личностные качества человека.

2. Психолог – это профессия, которая изучает душу человека, его мысли, эмоции. Психолог должен помогать людям.

3. Психолог – это профессия, необходимая в современной школе для нормальной практической работы.

4. Психолог – это профессия, позволяющая оказывать помощь людям, не знающим выхода из тупиковой ситуации, находить причины стрессов, недовольства людей собой и окружающими.

5. Психолог – это профессия, которая мне нужна, она моя, я хочу понимать людей глубже, чем понимаю сейчас.

6. Психолог – это профессия, предполагающая знание законов, особенностей психики разных типов людей и умение пользоваться своими знаниями для того, чтобы корректировать отношения, нежелательные моменты в поведении и мироощущении личности в сторону их улучшения.

7. Психолог – это профессия, требующая ответственности, терпимости, знания о другом человеке, о себе и т. п.

8. Психолог – это профессия одержимых душой и увлеченно-вдохновенных людей, человековедение.

9. Психолог – это профессия, которая позволяет глубже понять мотивы поступков и осознать все внутренние процессы, происходящие как с самим собой, так и с другим лицом.

10. Психолог – это профессия, которая помогает людям познать себя, найти свое место в жизни.

11. Психолог – это профессия, которая дает возможность правильно помогать людям в решении их проблем, разбираться в самих себе, самораскрываться, самоутверждаться.

12. Профессия психолога требует высокого уровня знаний (как профессиональных, так и общекультурных), а также таких качеств, как тактичность, внимательность.

### Задание 9

Какие из предложенных директив, на ваш взгляд, заданы профессиональным психологом, а какие – непрофессиональным и почему?

1. Вам обязательно нужно провериться у психиатра.
2. Вы должны ежедневно подходить к зеркалу и говорить себе: «Я умная, я красивая, я счастливая!»
3. Я считаю, что вам крайне важно изменить внешность.
4. Никогда не поздно начать все сначала, вам об этом надо подумать...
5. Вы похожи сейчас на колючего ежика, думаю, что вам это и самой не очень нравится...
6. Хотелось бы предложить вам следующее...
7. Думаю, что вы согласитесь со мной: вам надо предпринять следующее...
8. Ваши чувства должны немедленно измениться!
9. Скорее всего, вам надо заняться не самоедством, а самоизучением...
10. Представьте себе, что ваши чувства узнали все люди, которых вы любите. Разве после этого вам не захочется их выразить по-другому?
11. Никогда больше ему этого не говорите, я вам категорически запрещаю!
12. Вам необходимо выбрать для себя новые способы выражения чувств к нему.
13. Я огорчена, что вы не смогли справиться со своими желаниями.

14. Я знаю, что вы примете верное для себя решение. У вас есть для этого все основания.

15. У вас есть все данные, чтобы принять верное решение и понять его последствия.

16. Почему бы вам не заняться этим сразу сейчас?

17. Я хочу предложить вам такой вариант, может быть, он вас устроит...

18. Никто за вас это не сделает, делайте это сами, именно вы и вы сами это сделаете...

19. Прекратите истерику, замолчите!

20. Я собираюсь предложить вам несколько вариантов, но выбирать будете вы сами.

21. Нельзя повторять это без конца – это не сеанс черной магии.

22. Думайте о себе иначе!

### **Задание 10**

Какой принцип работы психолога раскрывается в приведенном примере? Можно ли его считать универсальным?

<...> Хороший врач отличается от плохого тем, что старается устранить причину болезни, а не борется с симптомами. Подобно ему квалифицированный консультант всегда стремится разобраться в причинах трудностей клиента...

Такой способ работы с проблемой нашел блистательное применение в психоанализе. Согласно положениям, использующим психодинамическое понимание причинности, каждое явление имеет свои детерминанты. Всякая психологическая реальность, выступающая причиной развития определенных особенностей, в свою очередь имеет причины, спровоцировавшие ее формирование. Правильнее говорить о причинно-следственных цепочках, которые, пересекаясь и разветвляясь, уходят в раннее детство, внутриутробный период развития, а иногда даже в детство родителей. Чем дальше психолог продвинется в поиске первоисточков, тем полнее будет картина генезиса дисгармоний...

Например, молодому человеку кажется, что он стеснительный, поэтому у него трудности в общении, не позволяющие ему познакомиться с девушкой. Такое видение своей проблемы обуславливает и психологический запрос: «помогите преодолеть стеснительность», или... «помогите изменить черты характера». Однако это только «верхний слой» психологической проблемности. Если решать задачу так, как ее ставит клиент, то, не разобравшись с детерминантами ситуации, можно не достичь цели.

В описанном примере... никакой стеснительности как черты характера не было, точнее, юноша чувствовал себя стесненно лишь в определенных обстоятельствах. Причина его... проблем заключалась в том, что несколько лет назад парня постигла неудача в интимных отношениях с девушкой и та не слишком корректно повела себя (высмеяла его). Впоследствии у юноши сформировался страх интимности. Знакомясь с девушкой, он подсознательно избегал продолжения и углубления отношений с ней, боясь, что... повторится предыдущая ситуация психотравмы. Несомненно, в этом случае юноша нуждается в совсем иной помощи, чем «коррекция черт характера».

Можно попытаться выделить и более глубокий уровень психологических проблем юноши. Почему, например, ситуация интимной неудачи оказалась для него такой травмирующей? Какие особенности его личности, сформировавшиеся к тому времени, способствовали этому? Причину нужно искать в условиях его воспитания, в стиле взаимоотношений в семье, в отношениях между родителями и ребенком.

## КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Выдающиеся профессиональные психологи России.
2. Выдающиеся профессиональные зарубежные психологи.
3. Понятия «психологическая культура» и «психологическая грамотность».
4. Развитие компетентного общения как одно из направлений оказания психологической помощи.
5. Саморегуляция личности психолога во взаимодействии.
6. Психологические основы деятельности психолога-педагога.
7. Психологические особенности деятельности психолога-диагноста.
8. Психологические особенности деятельности психолога-консультанта.
9. Основные направления работы практического психолога.
10. Понятие «социально-психологический тренинг».
11. Понятие «психолого-диагностическая методика».
12. Идеальная модель личности психолога.
13. Основные особенности профессиональной деятельности психолога-практика.
14. Научная и педагогическая деятельность профессионального психолога.
15. Нормативно-правовая основа деятельности практического психолога.
16. Психология как профессия. Задачи и основные этапы деятельности практического психолога.
17. Основные направления деятельности практического психолога.
18. Профессиональный этический кодекс психолога.
19. Принципы организации психологической службы.
20. Нормативный статус психолога: права и обязанности, цели деятельности.
21. Формы учета деятельности и отчетность психологов.

22. Понятие о психологической помощи.
23. Виды задач, решаемых в процессе оказания психологической помощи.
24. Психологическое сопровождение: цели, содержание, этапы развития, функции.
25. Модели психологических служб.
26. Психолог в образовательных учреждениях: история вопроса, организация психологической службы в образовании.
27. Задачи и виды деятельности практических педагогических психологов в России.
28. Подготовка профессиональных психологов в России.
29. Внутренняя мотивация профессиональной деятельности.
30. Проблема коммуникативной компетентности.
31. Индивидуальный стиль деятельности.
32. Профессиональная деформация.
33. Профессионально-личностное становление психолога.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение вопросов, затронутых в практикуме, способствует формированию и развитию профессионально важных качеств студентов-психологов.

Существует множество трактовок термина «профессионально важные качества» (ПВК). Разработанная отечественным психологом В. Д. Шадриковым теория формирования ПВК включает определение профессионально важных качеств как индивидуальных качеств субъекта, влияющих на эффективность деятельности и успешность её освоения.

Изучив различные точки зрения отечественных и зарубежных специалистов, были выделены следующие основные требования к личностным качествам психолога:

1. Психолог должен иметь высокие интеллектуальные способности. Очень важны такие характеристики, как внимательность, хорошая память, развитое логическое мышление, грамотная речь, проницательность, рассудительность, широкий кругозор и стремление к саморазвитию.
2. Психологу следует обладать хорошо развитыми коммуникативными навыками, высоким уровнем эмпатии, эмоционального и социального интеллекта.
3. Большое значение для успешной психологической деятельности имеют такие характеристики, как ответственность и интернальность.
4. Психолог должен быть эмоционально устойчив, спокоен и тактичен. Значим высокий уровень саморегуляции.
5. Психологу необходимо быть гибким, вариативным и творческим.

## СПИСОК БИБЛИОГРАФИЧЕСКИХ ССЫЛОК

1. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека [Электронный ресурс]. М. : Ин-т психологии РАН, 2013. 464 с. URL: [https://lib100.com/common\\_psychology/psihologiya\\_deyatelnosti\\_i\\_sposobnosti\\_cheloveka/html/](https://lib100.com/common_psychology/psihologiya_deyatelnosti_i_sposobnosti_cheloveka/html/) (дата обращения: 20.03.2018).
2. Карпов А. В. Психологический анализ трудовой деятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие. Ярославль : ЯрГУ, 1999. 258 с. URL: <http://www.lib.uniya.ac.ru/edocs/iuni/20050505.pdf> (дата обращения: 20.03.2018).
3. Психология труда : учеб. и практикум для акад. бакалавриата / А. В. Карпов [и др.] ; под ред. А. В. Карпова. 3-е изд., перераб. и доп. М. : Юрайт, 2016. 364 с.
4. Карпов А. В. Общая психология [Электронный ресурс] : учебник / под общ. ред. проф. Л. В. Карпова. М. : Гардарики, 2005. 232 с. URL: <https://studfiles.net/preview/1620397/> (дата обращения: 21.03.2018).
5. Климов Е. А. Психолог : Введение в профессию [Электронный ресурс]. М. : Академия, 2007. 208 с. URL: <https://studfiles.net/preview/2234557/> (дата обращения: 22.03.2018).
6. Романова Е. С. 99 популярных профессий: психологический анализ и профессиограммы [Электронный ресурс]. СПб. : Питер, 2006. 460 с. URL: <https://uchebnik.online/psihologiya-psihologiya-organizatsionnaya/populyarnyih-professiy-psihologicheskij-analiz.html> (дата обращения: 22.03.2018).
7. Бодров В. А. Психологические основы профессиональной пригодности [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов. М. : ПЕР СЭ, 2003. 511 с. URL: [http://www.law.vsu.ru/structure/criminalistics/books/bodrov\\_psy\\_prof.pdf](http://www.law.vsu.ru/structure/criminalistics/books/bodrov_psy_prof.pdf) (дата обращения: 24.03.2018).
8. Пряжников Н. С., Пряжникова Е. Ю. Психология труда [Электронный ресурс]. М. : Академия, 2009. 480 с. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/PPt-2009/PPt-478.htm#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/PPt-2009/PPt-478.htm#$p1) (дата обращения: 24.03.2018).
9. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Академия, 2008. 320 с. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/PPs-2008/PPs-320.htm#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/PPs-2008/PPs-320.htm#$p1) (дата обращения: 24.03.2018).

10. Зеер Э. Ф. Психология профессий [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов. М. : Акад. проект, 2003. 336 с. URL: <https://studfiles.net/preview/1744899/> (дата обращения: 24.03.2018).

11. Гриневецкая Т. Н. Основы профориентологии [Электронный ресурс]. Новосибирск : НГПУ, 2012. 113 с. URL: <https://prepod.nspu.ru/mod/page/view.php?id=4323> (дата обращения: 25.03.2018).

12. Пряжников Н. С. Активные методы профессионального самоопределения [Электронный ресурс]. М. : МГППУ : Центр «Развивающееся образование», 2001. 86 с. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/PAm/PAM-001.HTM#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/PAm/PAM-001.HTM#$p1) (дата обращения: 24.03.2018).

13. Климов Е. А. Психология профессионала [Электронный ресурс]. М. : МПСУ, 2003. 456 с. URL: [https://www.studmed.ru/klimov-ea-psihologiya-professionala\\_844c8082d05.html](https://www.studmed.ru/klimov-ea-psihologiya-professionala_844c8082d05.html) (дата обращения: 25.03.2018).

14. Зеер Э. Ф., Павлова А. М., Садовникова Н. О. Профориентология : Теория и практика [Электронный ресурс]. СПб. : Питер, 2003. 235 с. URL: [https://www.studmed.ru/view/zeer-ef-pavlova-am-sadovnikova-no-proforientologiya-teoriya-i-praktika\\_68ff404bbd6.html](https://www.studmed.ru/view/zeer-ef-pavlova-am-sadovnikova-no-proforientologiya-teoriya-i-praktika_68ff404bbd6.html) (дата обращения: 25.03.2018).

15. Гуревич К. М., Борисова Е. М. Психологическая диагностика [Электронный ресурс] : учеб. пособие. М. : Изд-во УРАО, 1997. 304 с. URL: [http://pedlib.ru/Books/6/0425/6\\_0425-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/6/0425/6_0425-1.shtml) (дата обращения: 26.03.2018).

16. Борисова Е. М. О роли профессиональной деятельности в формировании личности [Электронный ресурс] // Психология формирования и развития личности / под ред. Л. И. Анциферовой. М. : Наука, 2001. 284 с. URL: <http://lib.mgppu.ru/opacunicode/app/webroot/index.php?url=/notices/index/IdNotice:82379/Source:default> (дата обращения: 25.03.2018).

17. Минирова С. А. Психология саморазвития человека в профессии [Электронный ресурс]. М. : Компания Спутник+, 2009. 304 с. URL: [http://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/6922/1/978-5-8050-0565-8\\_2015.pdf](http://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/6922/1/978-5-8050-0565-8_2015.pdf) (дата обращения: 26.03.2018).

18. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. М. : Академия, 2010. 304 с. URL: [http://academia-moscow.ru/ftp\\_share/\\_books/fragments/fragment\\_21192.pdf](http://academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_21192.pdf) (дата обращения: 21.03.2018).

19. Аминов Н. А., Молоканов М. В. Социально-психологические предпосылки специальных способностей школьных психологов [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. 1992. № 1. С. 74 – 83. URL: <http://vorpsy.ru/issues/1992/921/921074.htm> (дата обращения: 24.03.2018).

20. Донцов А. И., Белокрылова Г. М. Профессиональные представления студентов-психологов [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. 1999. № 2. С. 42 – 49. URL: <http://www.vorpsy.ru/issues/1999/992/992042.htm> (дата обращения: 27.04.2018).

21. Обозов Н. Н. Социально-психологический тренинг [Электронный ресурс]. СПб. : Облик, 2002. 23 с. URL: [http://pedlib.ru/Books/1/0394/1\\_0394-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/1/0394/1_0394-1.shtml) (дата обращения: 19.05.2018).

22. Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А., Кандыбович С. Л. Психология высшей школы [Электронный ресурс]. Минск : Харвест, 2006. 416 с. URL: <https://hum.edu-lib.com/pedagogika-psihologiya/dyachenko-m-i-kandybovich-l-a-psihologiya-vyisshey-shkolyi-onlayn> (дата обращения: 27.03.2018).

23. Берулава Г. А. Методологические основы деятельности практического психолога [Электронный ресурс] : учеб. пособие. М. : Высш. шк., 2003. 64 с. URL: [https://lib100.com/common\\_psychology/meth\\_framework/html/](https://lib100.com/common_psychology/meth_framework/html/) (дата обращения: 26.04.2018).

24. Крупнов А. И. Системно-диспозиционный подход к изучению личности и её свойств [Электронный ресурс] // Вестник РУДН. Сер.: Психология и педагогика. 2006. № 1. С. 63 – 73. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/sistemno-dispozitsionnyu-podhod-k-izucheniyu-lichnosti-i-ee-svoystv> (дата обращения: 21.04.2018).

25. Овчарова Р. В. Справочная книга школьного психолога [Электронный ресурс]. М. : Просвещение, 1996. 352 с. URL: <https://refdb.ru/look/2003778-pall.html> (дата обращения: 27.04.2018).

26. Гаманюк О. А. Психолого-педагогические аспекты развития личности учителя начальных классов [Электронный ресурс] // Педагогическое мастерство : материалы III Междунар. науч. конф. (Москва, июнь 2013 г.). М. : Буки-Веди, 2013. С. 6 – 11. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/71/3963/> (дата обращения: 21.06.2018).

27. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье [Электронный ресурс] / пер. с англ. М. Будыниной, С. Римского. М. : Ин-т общегуманитар. исслед. : Апрель Пресс, 2015. 224 с. URL: [https://lib100.com/psychotherapy/may\\_iskusstvo\\_psihologicheskogo\\_konsultirovania/html/](https://lib100.com/psychotherapy/may_iskusstvo_psihologicheskogo_konsultirovania/html/) (дата обращения: 19.05.2018).

28. Дружинин В. Н. Психология общих способностей [Электронный ресурс]. СПб. : Питер, 2007. 386 с. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=1021325> (дата обращения: 27.04.2018).

29. Большая энциклопедия психологических тестов [Электронный ресурс] / под ред. А. А. Карелина. М. : Эксмо, 2007. 416 с. URL: <https://psyttests.org/book/karelin-big-encyclopedia.html> (дата обращения: 20.06.2018).

## РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. *Батаршев, А. В.* Диагностика профессионально важных качеств / А. В. Батаршев, И. Ю. Алексеева, Е. В. Майорова. – СПб. : Питер, 2007. – 192 с. – ISBN 978-5-91180-107-6.
2. Большой психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Прайм-Еврознак, 2009. – 816 с. – ISBN 978-5-17-059582-2.
3. *Бодров, В. А.* Психологические основы профессиональной деятельности : хрестоматия / В. А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ : Логос, 2007. – 855 с. – ISBN 978-5-9292-0165-3 (ПЕР СЭ). – ISBN 978-5-98704-244-5 (Логос).
4. *Бука, Т. Л.* Психологический тренинг в группе / Т. Л. Бука, М. Л. Митрофанова. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. – 128 с. – ISBN 5-89939-128-6.
5. *Вачков, И. В.* Введение в профессию «психолог» / И. В. Вачков, И. Б. Гриншпун, Н. С. Пряжников. – М. : МПСИ, 2004. – 463 с. – ISBN 5-89502-596-X.
6. *Воронин, А. Н.* Дискурсивные способности: теория, методы изучения, психодиагностика / А. Н. Воронин. – М. : Ин-т психологии РАН, 2015. – 176 с. – ISBN 978-5-9270-0313-6.
7. *Грецов, А. В.* Лучшие упражнения для развития креативности : учеб.-метод. пособие / А. В. Грецов. – СПб. : СПбНИИ физ. культуры, 2006. – 44 с. – ISBN 5-89502-001-1.
8. *Елисеев, О. П.* Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. – СПб. : Питер, 2010. – 249 с. – ISBN 978-5-49807-456-6.
9. *Ильин, Е. П.* Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2009. – 448 с. – ISBN 978-5-49807-239-5.
10. *Климова, Е. К.* Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития : учеб.-метод. пособие / Е. К. Климова, О. А. Помазина, О. Н. Бакурова. – СПб. : Речь, 2013. – 160 с. – ISBN 978-5-9268-1399-6.
11. *Корсунский, Е. А.* К вопросу о профессионально важных качествах личности практического психолога / Е. А. Корсунский. – Воронеж : ВГУ, 2007. – 86 с. – ISBN 5-9261-4407-5.
12. *Кочюнас, Р.* Основы психологического консультирования : учеб. пособие для вузов / Р. Кочюнас. – 10-е изд., стер. – М. : Акад. проект, 2017. – 222 с. – ISBN 978-5-8291-2059-7.

13. *Крылов, А. А.* Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / А. А. Крылов, С. А. Маничев. – СПб. : Питер, 2003. – 560 с. – ISBN 5-8046-0100-8.
14. *Куницина, В. Н.* Межличностное общение : учеб. для вузов / В. Н. Куницина, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб. : Питер, 2001. – 544 с. – ISBN 5-8046-0173-3.
15. *Леванова, Е. А.* Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия / Е. А. Леванова. – СПб. : Питер, 2006. – 208 с. – ISBN 5-469-00874-6.
16. *Люсин, Д. В.* Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – М. : ИП РАН, 2006. – 63 с. – ISBN 5-9270-0058-4.
17. *Панфилова, А. П.* Теория и практика общения : учеб. пособие для студентов сред. учеб. заведений / А. П. Панфилова. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 288 с. – ISBN 5-7695-2982-2.
18. Психологические тесты / сост. С. Касьянов. – М. : Эксмо, 2005. – 608 с. – ISBN 978-5-699-03239-6.
19. *Райгородский, Д. Я.* Психологическое консультирование : практ. рук. / Д. Я. Райгородский. – Самара : Бахрам-М, 2016. – 824 с. – ISBN 978-5-94648-094-9.
20. *Реан, А. А.* Психология изучения личности : учеб. пособие / А. А. Реан. – СПб. : Питер, 2016. – 288 с. – ISBN 978-5-496-02369-6.
21. *Семенова, Е. М.* Тренинг эмоциональной устойчивости педагогов / Е. М. Семенова. – М. : Академия, 2002. – 179 с. – ISBN 5-903182-08-9.
22. Психодиагностика толерантности личности / Г. У. Солдатова [и др.]. – М. : Смысл, 2008. – 172 с. – ISBN 978-5-89357-244-5.
23. *Собчик, Л. Н.* Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики / Л. Н. Собчик. – М. : Речь, 2005. – 624 с. – ISBN 5-9268-01-95-8.
24. *Фетискин, Н. П.* Диагностика коммуникативной социальной компетентности (КСК) / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. – 490 с. – ISBN 5-94723-288-X.
25. *Шепелева, Л. Н.* Программы социально-психологических тренингов / Л. Н. Шепелева. – СПб. : Питер, 2006. – 160 с. – ISBN 5-469-01341-3.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Образец написания качественного анализа результатов эмпирического исследования по каждой методике

Результаты исследования уровня социального интеллекта студентов-психологов с помощью *методики Дж. Гилфорда* представлены на рис. 1.

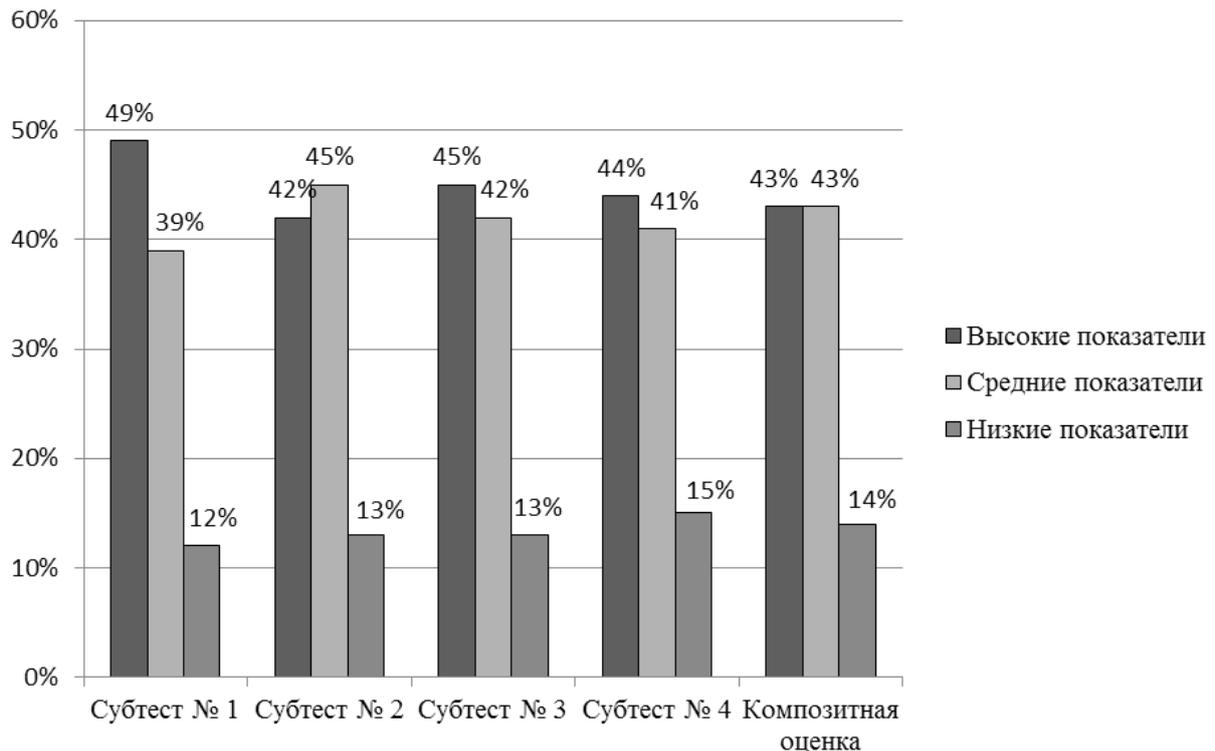


Рис. 1. Диаграмма результатов диагностики уровня социального интеллекта с помощью методики исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда

По результатам диагностики уровня социального интеллекта с помощью методики Дж. Гилфорда можно сделать следующие выводы:

По *субтесту № 1* у 49 % испытуемых были получены высокие результаты, что говорит о том, что они способны предвидеть последствия поведения других людей. Данные студенты могут предвосхищать дальнейшие поступки и действия людей, основываясь на анализе ситуаций реального общения и на понимании чувств, мыслей, намерений участников коммуникации. Студенты могут ошибаться в своих прогнозах в том случае, если они будут иметь дело с людьми, которые склонны вести себя нетипичным образом. Испытуемые,

набравшие высокий балл, умеют грамотно выстраивать тактику собственного поведения для достижения своих целей, легко ориентируются в невербальных реакциях и знают нормо-ролевые модели и правила, регулирующие поведение других людей. Также можно отметить, что 12 % испытуемых получили низкие результаты, и это указывает на то, что они плохо понимают связь между поведением и его последствиями. Данные испытуемые плохо ориентируются в общепринятых нормах и правилах, могут совершить противоправные действия или вступить в конфликтную ситуацию, так как неверно трактуют результаты своих и чужих поступков.

По результатам *субтеста № 2* у 42 % студентов-психологов были получены высокие показатели, и это говорит о том, что их можно охарактеризовать как людей, способных верно понимать других по их невербальным проявлениям, мимике, позам и жестам. Такие люди, вероятно, придают большое значение невербальным реакциям участников общения. Также можно увидеть, что у 13 % студентов были получены низкие результаты, и это указывает на то, что они недостаточно хорошо владеют навыками невербального общения. Такие люди чаще ориентируются на вербальное содержание сообщений и способны ошибиться в трактовке смысла слов собеседника, потому что не учитывают (или неправильно учитывают) сопровождающие их невербальные реакции.

Показатели *субтеста № 3* имеют высокие, средние и низкие значения. У 45 % студентов были получены высокие результаты. Это говорит о том, что они чувствительны к характеру и оттенкам человеческих взаимоотношений. Они быстро и правильно понимают речевую экспрессию, способны верно истолковать то, что люди говорят друг другу в контексте определенных событий. Такие студенты умеют находить нужный тон общения с разными людьми в различных ситуациях и способны проявлять ролевую пластичность. Также можно отметить, что у 13 % испытуемых были получены низкие результаты по субтесту. Это указывает на то, что они часто ошибаются в понимании слов собеседника, так как не способны распознавать различные смыслы, которые кроются в одном и том же вербальном общении в зависимости от контекста ситуации и характера взаимоотношений.

По итогам прохождения *субтеста № 4* у 44 % испытуемых были получены высокие результаты, и это говорит о том, что они способны понимать структуру межличностных ситуаций в динамике. Данные студенты могут анализировать взаимодействие людей и понимают логику его развития. Они умеют отыскивать причины определенного поведения и распознавать цели и потребности участников общения. Хорошо разбираются в невербальных реакциях человека, а также нормах и правилах, регулирующих поведение в обществе. Также можно отметить, что у 15 % испытуемых были получены низкие результаты, и это указывает на то, что они не склонны к анализу различных ситуаций взаимодействия людей. Они испытывают трудности в общении и формировании гармоничных межличностных отношений.

Анализ композитной оценки указывает на то, что у 43 % испытуемых общий уровень социального интеллекта характеризуется как высокий, ещё у 43 % – как средний, у 14 % – как низкий.

Результаты исследования уровня эмоционального интеллекта студентов-психологов с помощью *опросника «ЭМИн» Д. В. Люсина* представлены на рис. 2.

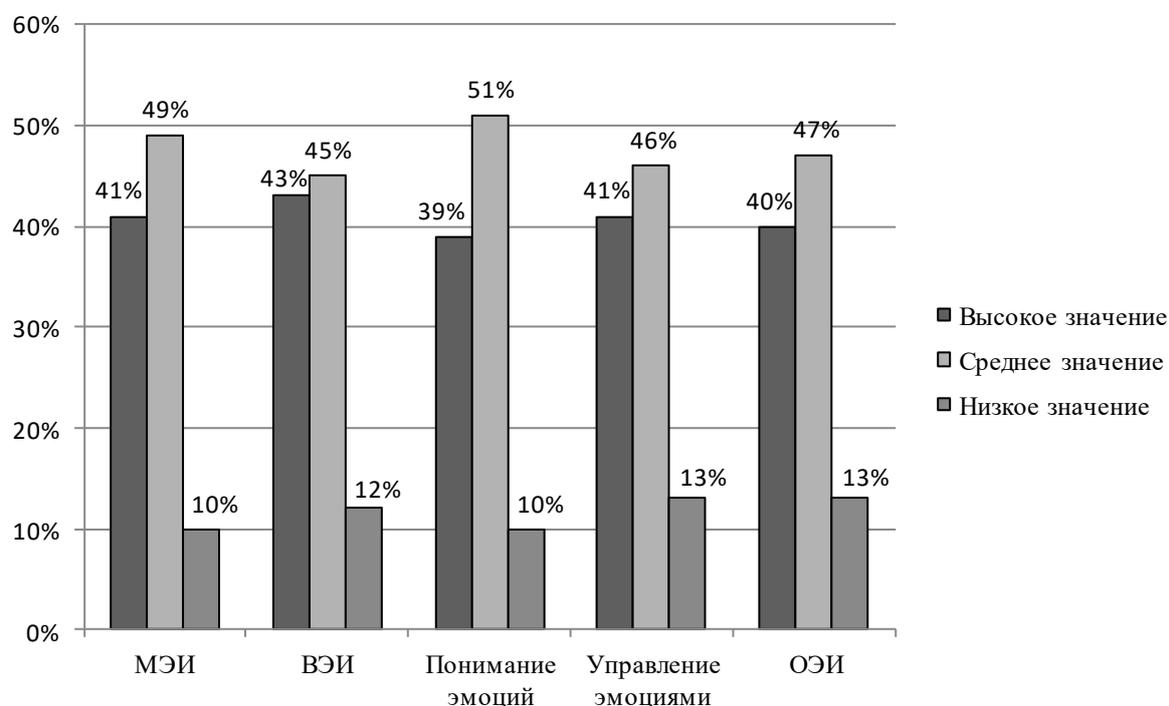


Рис. 2. Диаграмма результатов диагностики уровня эмоционального интеллекта с помощью опросника «ЭМИн» Д. В. Люсина

*Шкала МЭИ* (межличностный ЭИ) указывает на способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими. Можно отметить, что по результатам диагностики у 41 % испытуемых были получены высокие результаты, и это говорит о том, что они обладают способностью понимать эмоции других людей и управлять ими. У 10 % студентов были получены низкие показатели по шкале межличностного эмоционального интеллекта, и это указывает на то, что исследуемая способность недостаточно развита. У 49 % студентов выявлено среднее значение по шкале, и это позволяет предположить, что данные испытуемые находятся на стадии формирования способности к пониманию эмоций других людей и управлению ими.

*Шкала ВЭИ* (внутриличностный ЭИ) отражает способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими. Можно отметить, что у 43 % испытуемых были получены высокие результаты, и это говорит о том, что они обладают способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими. У 12 % испытуемых были получены низкие результаты, что указывает на отсутствие у них исследуемой способности. У 45 % студентов-психологов выявлено среднее значение, поэтому можно предположить, что испытуемые находятся на стадии формирования способности к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

Результаты по *шкале «Понимание эмоций»* указывают на развитость способности к пониманию своих и чужих эмоций. По результатам диагностики у 39 % студентов-психологов были получены высокие результаты, и это говорит о том, что у них хорошо развита способность к пониманию своих и чужих эмоций. У 10 % испытуемых были получены низкие результаты, и это говорит о том, что у них исследуемая способность развита недостаточно. У 51 % студентов-психологов выявлено среднее значение, поэтому можно предположить, что испытуемые находятся на стадии формирования способности к пониманию своих и чужих эмоций.

*Шкала «Управление эмоциями»* помогает выявить способность к управлению своими и чужими эмоциями. По результатам диагностики у 41 % испытуемых были получены высокие результаты, и это говорит о том, что они обладают способностью к управлению своими и чужими эмоциями. Напротив, у 13 % испытуемых были получены низкие результаты, и это указывает на то, что они не имеют указан-

ной способности. У 46 % студентов были получены средние результаты по шкале, поэтому можно предположить, что они находятся на стадии формирования способности к управлению своими и чужими эмоциями.

Общий уровень эмоционального интеллекта у 40 % студентов-психологов характеризуется как высокий, у 47 % – как средний, у 13 % – как низкий.

Результаты исследования основных личностных особенностей студентов-психологов по «*Многофакторному личностному опроснику 16PF Р. Б. Кеттелла*» представлены на рис. 3.

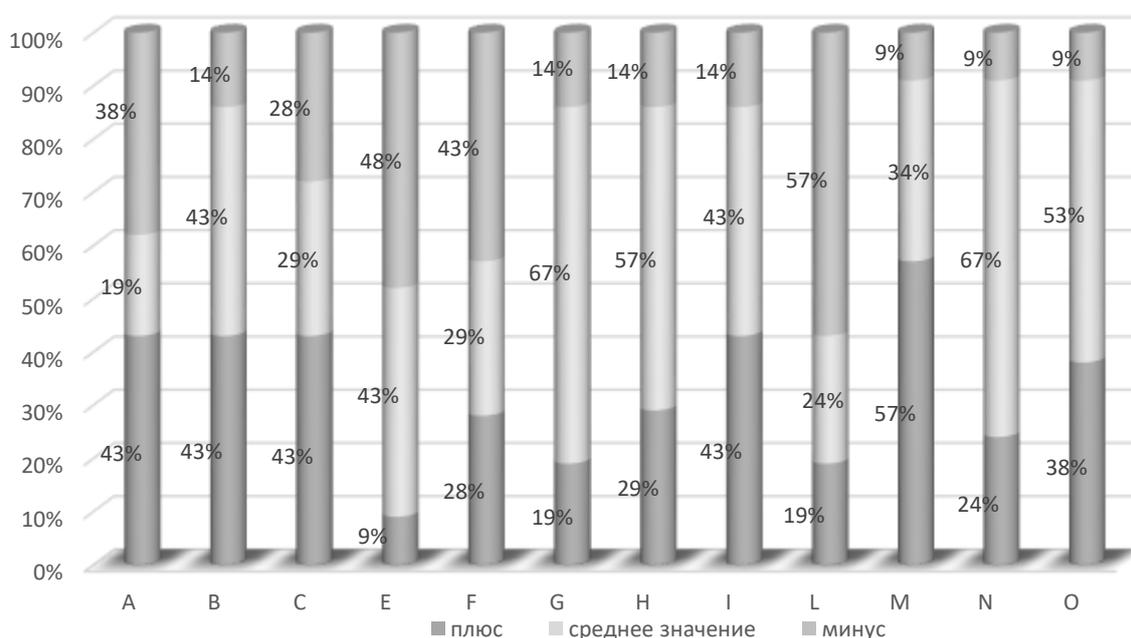


Рис. 3. Диаграмма результатов диагностики основных личностных особенностей студентов-психологов с помощью «Многофакторного личностного опросника 16PF Р. Б. Кеттелла»: **A** – «Замкнутость – Общительность»; **B** – «Интеллект»; **C** – «Эмоциональная нестабильность – Эмоциональная стабильность»; **E** – «Подчиненность – Доминантность»; **F** – «Сдержанность – Экспрессивность»; **G** – «Низкая нормативность поведения – Высокая нормативность поведения»; **H** – «Робость – Смелость»; **I** – «Жесткость – Чувствительность»; **L** – «Доверчивость – Подозрительность»; **M** – «Практичность – Мечтательность»; **N** – «Прямолинейность – Дипломатичность»; **O** – «Спокойствие – Тревожность»

По фактору **A** «Замкнутость – Общительность» у 43 % испытуемых выявлено соответствие показателю **A** «+». Они общительны, открыты, естественны в своём поведении, непринужденны, готовы к сотрудничеству и совместной работе, приспособляемы, внимательны

к людям, активны в устранении конфликтов в группе, легки в установлении непосредственных, межличностных контактов. У 38 % испытуемых выявлено соответствие показателю А «-». Они скрытны, обособленны, недоверчивы, необщительны, замкнуты, критичны, склонны к объективности и ригидности, излишне строги в оценке людей, испытывают трудности в установлении межличностных, непосредственных контактов.

По фактору В «Интеллект» получены следующие показатели: у 43 % студентов-психологов выявлено соответствие показателю В «+». Для них характерно развитое абстрактное мышление; они достаточно оперативны и сообразительны, способны быстро обучаться; обладают высоким уровнем общей культуры, в частности вербальной. У 14 % студентов-психологов выявлено соответствие показателю В «-». Они отличаются сниженной оперативностью и ригидностью мышления, имеют затруднения в решении абстрактных задач, обладают недостаточным уровнем общей вербальной культуры.

По результатам диагностики фактора С «Эмоциональная нестабильность – Эмоциональная стабильность» получены следующие результаты: у 43 % обучающихся выявлено соответствие показателю С «+». Эти студенты эмоционально устойчивы, выдержаны, спокойны, устойчивы в интересах, работоспособны и ориентированы на реальность. У 28 % студентов выявлено соответствие показателю С «-». Для них характерны эмоциональная неустойчивость и импульсивность. Они часто находятся под влиянием чувств, переменчивы в настроении, раздражительны, легко расстраиваются, быстро утомляются и отличаются неустойчивостью в интересах. У них очень низкая толерантность по отношению к фрустрации.

По фактору Е «Подчиненность – Доминантность» получены следующие результаты: у 9 % испытуемых выявлено соответствие показателю Е «+», и это говорит о том, что они самостоятельны, независимы, настойчивы, упрямы, напористы, своенравны, иногда конфликтны, агрессивны. Они склонны отказываться от признания внешней власти, авторитарны в своём поведении; жаждут восхищения; способны к бунтарству. У 48 % испытуемых выявлено соответствие показателю Е «-». Им присущи такие качества, как мягкость, уступчивость, тактичность, кроткость, любезность, зависимость, безропотность, услужливость, почтительность, застенчивость, готов-

ность брать вину на себя, скромность, экспрессивность, склонность легко выходить из равновесия.

Анализ результатов диагностики фактора *F «Сдержанность – Экспрессивность»* у 28 % испытуемых выявил соответствие показателю *F «+»*. Они жизнерадостны, импульсивны, беспечны, безрассудны в выборе партнеров по общению, экспрессивны. Для них важна эмоциональная яркость в отношениях между людьми, динамичность общения и эмоциональное лидерство в группах. У 43 % испытуемых выявлено соответствие показателю *F «–»*. Они благоразумны, осторожны, рассудительны в выборе партнера по общению. Склонны к беспокойству о будущем, пессимистичны в восприятии действительности, сдержанны в проявлении эмоций.

По фактору *G «Низкая нормативность поведения – Высокая нормативность поведения»* получены следующие показатели: у 19 % испытуемых выявлено соответствие показателю *G «+»*. Эти студенты добросовестны, ответственные, стабильны, уравновешенны, разумны и совестливы. Они склонны к морализированию и осознанному соблюдению общепринятых моральных правил и норм. Также их характеризует развитое чувство долга, настойчивость в достижении целей и деловая направленность. У 14 % испытуемых выявлено соответствие показателю *G «–»*. Они склонны к непостоянству, подвержены влиянию чувств и обстоятельств. Такие студенты потворствуют своим желаниям, не делают усилий по выполнению групповых требований и норм. Они неорганизованны, безответственны, импульсивны. У них отсутствует согласие с общепринятыми моральными правилами и стандартами, а также гибкость по отношению к социальным нормам. Они беспринципны и склонны к асоциальному поведению.

По фактору *H «Робость – Смелость»* получены следующие результаты: у 29 % испытуемых выявлено соответствие показателю *H «+»*. Их характеризуют такие качества, как смелость, предприимчивость, активность. Такие люди готовы к риску и сотрудничеству в незнакомых обстоятельствах, способны принимать самостоятельные, неординарные решения, склонны к авантюризму и проявлению лидерских качеств. У 14 % испытуемых выявлено соответствие показателю *H «–»*. Данные студенты отличаются робостью, застенчивостью, эмоциональной сдержанностью, осторожностью, социальной пассивностью, деликатностью, внимательностью к другим, повышенной

чувствительностью к угрозе. Чаще они предпочитают индивидуальный стиль деятельности и общение в малой группе.

По результатам диагностики фактора I «Жесткость – Чувствительность» можно отметить: у 43 % испытуемых выявлено соответствие показателю I «+». Они обладают следующими характеристиками: такие люди чувствительны, впечатлительны, артистичны, склонны к романтизму, им свойственно художественное восприятие мира, у них развиты эстетические интересы, а также способность к эмпатии, сочувствию, сопереживанию и пониманию других людей. У 14 % испытуемых выявлено соответствие показателю I «-». Им свойственны несентиментальность, самоуверенность, суровость, рассудочность, гибкость в суждениях, практичность, иногда некоторая жесткость и черствость по отношению к окружающим, рациональность, логичность.

По фактору L «Доверчивость – Подозрительность» были получены следующие результаты: у 19 % испытуемых выявлено соответствие показателю L «+». Для них характерны: эгоцентричность, настороженность по отношению к людям, склонность к ревности, стремление переложить ответственность за ошибки на окружающих, раздражительность, самостоятельность и независимость в социальном поведении. У 57 % испытуемых выявлено соответствие показателю L «-». Они открыты, уживчивы, терпимы и покладисты. Данные студенты уступчивы и не склонны к зависти. Возможно, они испытывают чувство собственной незначительности.

По фактору M «Практичность – Мечтательность» были получены следующие показатели: у 57 % испытуемых выявлено соответствие показателю M «+». Это указывает на то, что у испытуемых богатое воображение; они мечтательны, поглощены своими идеями, внутренними иллюзиями («витают в облаках»). Такие студенты легко отказываются от практических суждений, умеют оперировать абстрактными понятиями, ориентируются на свой внутренний мир. У 9 % испытуемых выявлено соответствие показателю M «-». Они обладают высокой скоростью решения практических задач, прозаичностью, ориентацией на внешнюю реальность, развитым конкретным воображением и практичностью.

По фактору N «Прямолинейность – Дипломатичность» были получены следующие результаты: у 24 % испытуемых выявлено со-

ответствие показателю N «+». Им присущи такие черты, как: изысканность, умение вести себя в обществе, дипломатичность в общении, эмоциональная выдержанность, проницательность, осторожность, хитрость, эстетическая изощренность, умение находить выход из сложных ситуаций; расчетливость. У 9 % испытуемых выявлено соответствие показателю N «-». Для них характерны такие качества, как: откровенность, простота, наивность, прямолинейность, бестактность, естественность, непосредственность, эмоциональность и недисциплинированность. Им сложно анализировать мотивы партнера. Данные испытуемые обладают простотой вкусов и склонны довольствоваться имеющимся.

По фактору O «Спокойствие – Тревожность» было выявлено соответствие показателю O «+» у 38 % испытуемых. Им свойственны беспокойство, озабоченность, ранимость, ипохондричность; они подвержены настроению, не уверены в себе, склонны к предчувствиям, самобичеванию и депрессиям, чувствительны к одобрению окружающих, часто испытывают чувство вины и недовольство собой. У 9 % испытуемых выявлено соответствие показателю O «-». Они беспечны, самонадеянны, жизнерадостны, уверены в себе и в своих силах, безмятежны, хладнокровны, спокойны. Они мало чего боятся, не склонны испытывать раскаяние и чувство вины.

Результаты исследования степени выраженности коммуникативных и организаторских качеств в межличностных отношениях у студентов-психологов с помощью *методики диагностики межличностных отношений (ДМО) Т. Лири* представлены на рис. 4.

По шкале авторитарности у 33 % студентов было получено низкое значение, что отражается в таких характеристиках, как оптимизм, высокая активность, склонность давать советы другим людям. В незначительной степени они способны проявлять автократичность. У 19 % студентов было получено умеренное значение, что характеризует их следующим образом: они уверены в себе и склонны к лидерству в группе; настойчивы и упорны в отстаивании своего мнения; обладают стремлением к поучению и наставничеству. Обучающиеся имеют высокий уровень притязаний, достаточно легко принимают решения, действуют быстрее, чем думают. У 38 % студентов-психологов было получено высокое значение. Данные испытуемые очень уверены в себе, нетерпимы к критике и склонны преувеличи-

вать свои способности. Они стремятся к доминированию, но не доходящему до деспотизма. У 10 % студентов можно отметить экстремальное значение по данной шкале. Этот показатель характеризует доминирующих лидеров с деспотическим стилем отношений. Такие люди во всём полагаются только на себя, не восприимчивы к советам, не терпимы к критике в свой адрес. Они властны, догматичны, конфликтны. Контакты с социальным окружением сохраняют с трудом.

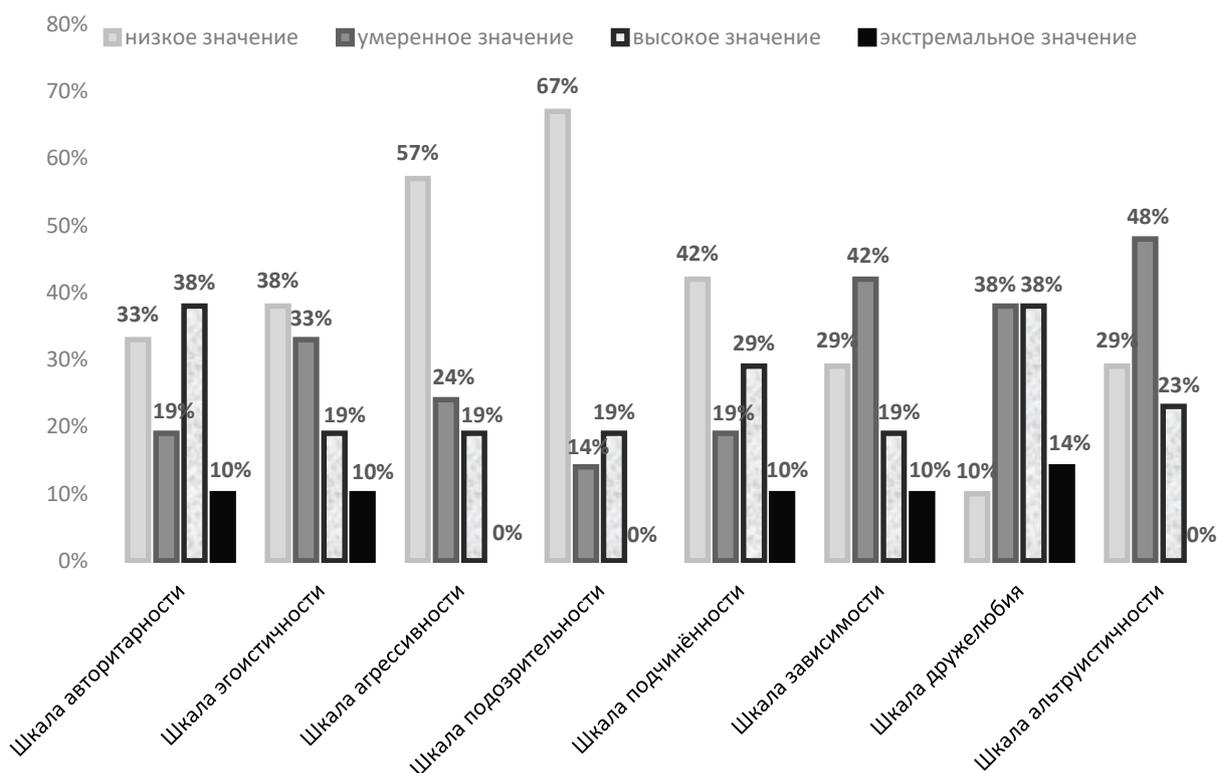


Рис. 4. Диаграмма результатов диагностики межличностных отношений (ДМО) Т. Лури

По шкале эгоистичности были выявлены следующие результаты: у 38 % студентов-психологов получено низкое значение, что характеризует их как уверенных в себе и независимых от мнения других людей. Также они склонны к отстранению и обособленности. У 33 % испытуемых выявлено соответствие умеренному значению по шкале: это говорит о том, что они замкнуты и имеют эгоистические черты поведения. Им свойственны отчуждённость, дистантность, соперни-

чество и самодовольство. У 19 % испытуемых выявлено высокое значение по шкале. Это характеризует их как людей с гипертрофированным чувством собственного достоинства. Они испытывают чувство превосходства над окружающими, надменны, высокомерны и эгоистичны, на всё имеют собственное мнение. У 10 % студентов-психологов получено экстремальное значение по шкале эгоистичности. Это значит, что они испытывают чрезмерное чувство превосходства над другими людьми, стремятся к эксплуатации окружающих.

По *шкале агрессивности* были выявлены следующие показатели: у 57 % студентов-психологов наблюдается низкое значение по данной шкале. Это свидетельствует о том, испытуемые искренни, непосредственны и прямолинейны. Для них характерна некоторая ригидность установок. У 24 % студентов получено умеренное значение по шкале, и это говорит о том, что они настойчивы, своевольны и упрямы. У них развито повышенное чувство справедливости и уверенности в собственной правоте. У 19 % студентов выявлено высокое значение, что свидетельствует об их чрезмерном упрямстве. Они беззастенчиво грубы, не дружелюбны, не сдержанны и вспыльчивы. Экстремального значения по данной шкале среди студентов-психологов не выявлено.

По *шкале подозрительности* у 67 % студентов-психологов получено низкое значение. Это говорит о реалистичности их суждений и поступков, а также о том, что данные испытуемые склонны к иронии и критически настроены к мнению других людей. У 14 % обучающихся выявлено умеренное значение по шкале. Для них характерны недоверие, скептицизм, некомформность, резонёрство и обособленность. У 19 % студентов получено высокое значение – они обидчивы, крайне недоверчивы и подозрительны. Их не удовлетворяет собственная позиция в группе, они находятся в ожидании подвоха. Экстремального значения по данной шкале среди студентов-психологов не выявлено.

По *шкале подчинённости* у 42 % студентов-психологов получено низкое значение, что характеризует их как скромных и застенчивых людей, склонных ставить себя на последнее место. Они охотно выполняют чужие обязанности, аккуратны в работе, исполнительны. У 19 % испытуемых получено умеренное значение по шкале. Для них

характерно высокоразвитое чувство вины. Они склонны обвинять себя в ошибках и неудачах других, испытывают смущение от собственной застенчивости, обладают мотивацией избегания неуспеха. У 29 % испытуемых получено высокое значение по исследуемой шкале. Для них характерна высокая конформность. Они нуждаются в поддержке сильной личности, щепетильны в вопросах совести и морали; тревожны, ранимы и впечатлительны. У 10 % студентов-психологов можно отметить экстремальное значение по шкале подчинённости. Это значит, что им свойственны полная покорность, страдание от чувства вины, болезненная сосредоточенность на своих недостатках, самоунижение, высокий уровень депрессии.

По *шкале зависимости* получены следующие результаты: у 29 % студентов-психологов выявлено низкое значение. Это характеризует их как неуверенных в себе, самокритичных людей. У них существует потребность в помощи, доверии и признании. Они инертны и не уверены в принятии решений. У 42 % испытуемых получено умеренное значение по шкале. Для них характерны конформность, неспособность сформировать собственное мнение, зависимость от мнения других, исполнительность в работе, чувствительность к невниманию и грубости окружающих, потребность в привязанности и доверительных отношениях. У 19 % испытуемых получено высокое значение по исследуемой шкале. Это говорит об их сильной зависимости от мнения окружающих, высокой конформности и тревожности. Также они неустойчивы в самооценке. У 10 % студентов-психологов можно отметить экстремальное значение по шкале зависимости. Это значит, что они полностью зависимы от мнения окружающих, болезненно мнительны, сверхконформны, очень тревожны.

По *шкале дружелюбия* выявлены следующие показатели: у 10 % студентов-психологов отмечены низкие значения. Это свидетельствует о том, что студенты инициативны, стремятся к групповым целям и сотрудничеству. У 38 % испытуемых получено умеренное значение по шкале. Они стремятся быть гибкими, помогать другим, чувствовать себя в центре внимания, дружелюбны и эмоционально нестабильны. У 38 % испытуемых получено высокое значение по шкале, что говорит о пренебрежении своими интересами в угоду другим людям. Они эмоционально лабильны и находятся в поиске признания у авторитетных членов группы. У 14 % студентов-психологов можно отметить экстремальное значение по шкале дружелюбия. Это значит, что они стремятся снискать признание окружающих, не сдержанны в

проявлении своего дружелюбия к другим. Подчёркивают свою приверженность интересам группы, склонны к истеричному поведению.

По шкале альтруистичности у 29 % студентов-психологов выявлено низкое значение, и это говорит о том, что у них выражено чувство ответственности и стремление помогать другим. Они обязательны и легки в принятии различных социальных ролей. У 48 % студентов получено умеренное значение по шкале альтруистичности. Для них характерно великодушное стремление к помощи и опеке других. Они доброжелательны и милосердны. У 23 % испытуемых выявлено высокое значение по шкале. Им соответствует альтруистический тип поведения, тип Данко: они склонны к демонстрации великодушия, ответственности и альтруизма, нуждаются в том, чтобы нравиться другим людям, обладают гиперсоциальными установками. Экстремального значения по данной шкале среди студентов-психологов не выявлено.

Результаты составления вероятностного прогноза успешности профессиональной деятельности студентов с помощью *методики диагностики коммуникативной социальной компетентности (КСК) Н. П. Фетискина, В. В. Козлова, Г. М. Мануйлова* представлены на рис. 5.

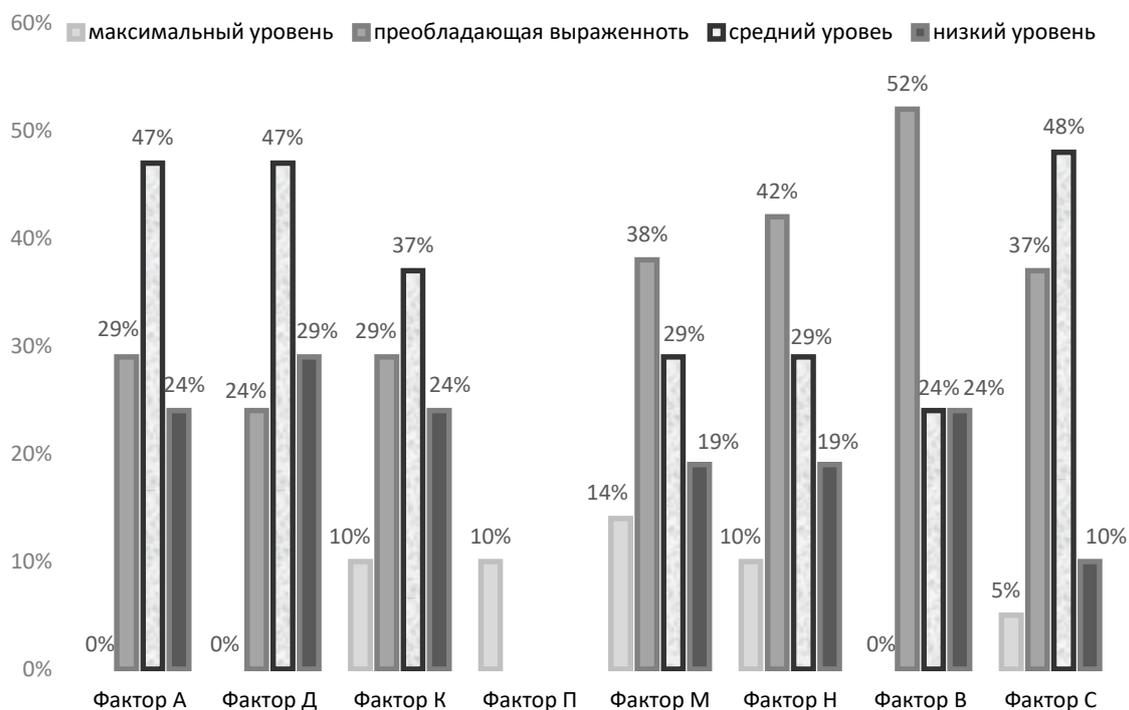


Рис. 5. Диаграмма результатов диагностики коммуникативной социальной компетентности с помощью методики КСК

На рис. 5 отражены результаты диагностики КСК по фактору А, который исследует такие показатели, как общительность и замкнутость. У 24 % испытуемых выявлено соответствие низкому уровню, и это характеризует их как необщительных и замкнутых людей. У 47 % студентов был получен средний уровень, что отражает равновесие между крайними характеристиками – общительностью и замкнутостью. У 29 % студентов-психологов наблюдается преобладающая выраженность фактора – это говорит о том, что они являются открытыми и лёгкими в общении людьми. Максимальный уровень по фактору А не выявлен.

Фактор Д отражает такие характеристики, как беспечность и серьёзность. У 29 % испытуемых выявлено соответствие низким показателям по данному фактору, что говорит о том, что они являются серьёзными и молчаливыми людьми. У 47 % студентов получен средний уровень по исследуемому фактору, что отражает равновесие между крайними характеристиками – беспечностью и серьёзностью. У 24 % испытуемых наблюдается преобладающая выраженность данного фактора, и это указывает на то, что они беспечны и жизнерадостны. Максимальный уровень по фактору Д не выявлен.

Фактор К отражает такие показатели, как стремление работать в команде и стремление работать в одиночестве. Среди студентов-психологов у 24 % выявлен низкий уровень по данному фактору. Их отличают рациональность и стремление работать в одиночестве. У 37 % испытуемых выявлен средний уровень, что отражает равновесие между противоположными характеристиками. У 29 % студентов-психологов наблюдается преобладающая выраженность по фактору К. Они, так же как и 10 % испытуемых с максимальным уровнем, чувствительны, у них развито художественное мышление и стремление работать в команде.

По результатам анализа фактора П у 10 % студентов-психологов наблюдается склонность к асоциальному поведению. Такие личности с лёгкостью пренебрегают социальными нормами или обычаями. Это не всегда свидетельствует о социопатии или других подобных патологиях, однако, как правило, говорит о внутренних проблемах личности.

Фактор М отражает стремление принимать самостоятельные решения и стремление перекладывать ответственность за принятие

решений на других людей. У 19 % испытуемых выявлен низкий уровень по этому фактору. Они склонны следовать за общественным мнением и ориентироваться на решения группы. У 29 % студентов-психологов выявлен средний уровень по фактору М, что говорит о равновесии между данными характеристиками. У 38 % испытуемых наблюдается преобладающая выраженность по фактору М. Они, так же как и 14 % испытуемых с максимальным уровнем, независимы и стремятся принимать самостоятельные решения.

*Фактор Н* выявляет такие характеристики личности, как организованность и неорганизованность. У 19 % испытуемых был получен низкий уровень по данному фактору, что говорит об их неорганизованности и импульсивности. У 29 % студентов выявлен средний уровень, что отражает равновесие между этими противоположными характеристиками. У 42 % испытуемых наблюдается преобладающая выраженность по фактору Н. Они, так же как и 10 % испытуемых с максимальным уровнем, организованны, умеют подчинять свои желания и способны к самоконтролю в различных обстоятельствах.

*Фактор В* отражает такие показатели, как развитое и слаборазвитое логическое мышление. У 24 % студентов-психологов получен низкий уровень по данному фактору. Для них характерны слаборазвитое логическое мышление и невнимательность. Студенты со средним уровнем (24 %) сохраняют равновесие между исследуемыми характеристиками. У 52 % студентов-психологов выявлена преобладающая выраженность по данному фактору, и это говорит о том, что они достаточно сообразительны и обладают развитым логическим мышлением. Максимальный уровень по фактору В не выявлен.

*Фактор С* отражает эмоциональную устойчивость и эмоциональную неустойчивость. У 10 % студентов-психологов выявлен низкий уровень по данному фактору, и это указывает на то, что они эмоционально неустойчивы и имеют тенденцию к тому, чтобы поддаваться влиянию чувств. У 48 % студентов получен средний уровень, что свидетельствует о равновесии между этими противоположными характеристиками. У 37 % испытуемых наблюдается преобладающая выраженность по фактору С. Они, как и 5 % испытуемых с максимальным уровнем, эмоционально устойчивы и умеют сохранять спокойствие в различных обстоятельствах.

Результаты диагностики локуса контроля студентов с помощью методики Дж. Роттера представлены на рис. 6.

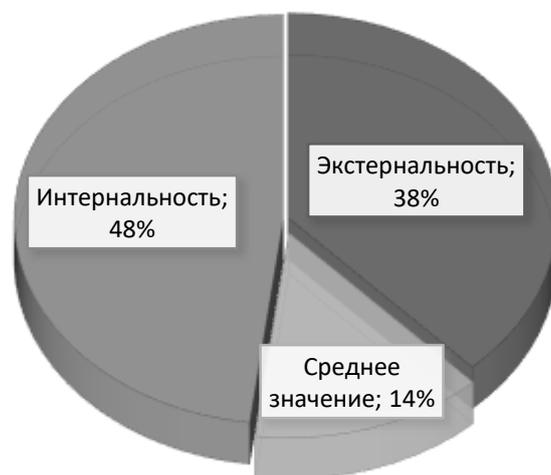


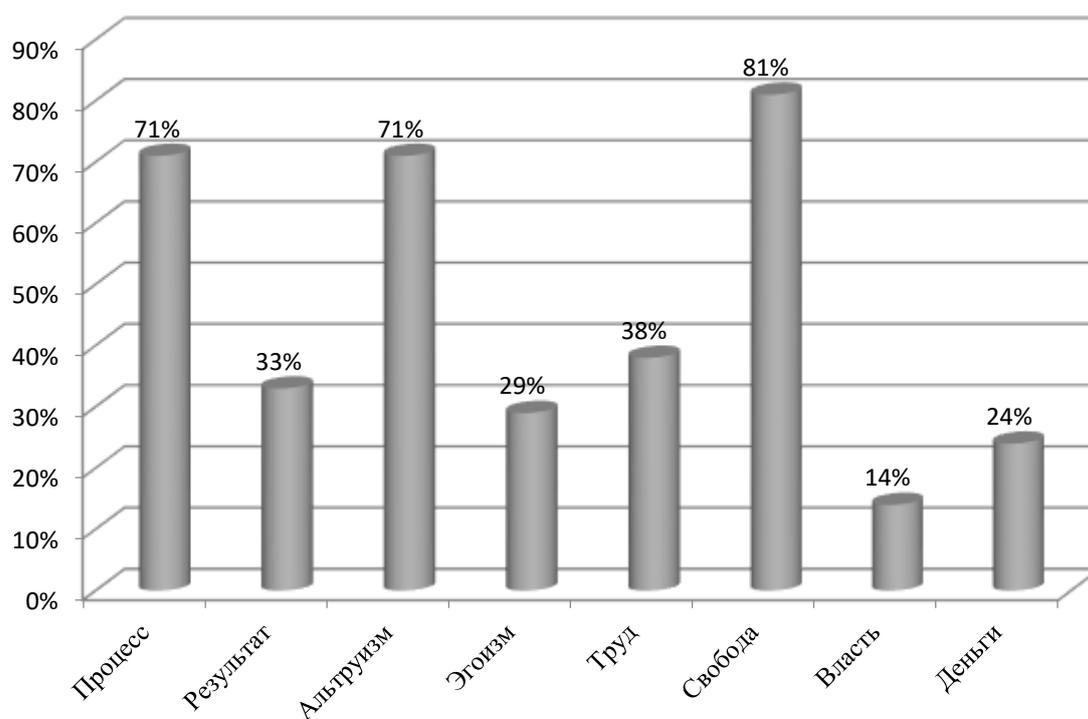
Рис. 6. Диаграмма результатов диагностики локуса контроля испытуемых с помощью методики Дж. Роттера

Для 48 % студентов-психологов характерна интернальность. Интерналы убеждены, что их успехи или неудачи не случайны. Они понимают, что всё зависит от их компетентности, целеустремленности и уровня их способностей. Они считают именно себя причиной всего происходящего с ними. Их поведение направлено на последовательное достижение успеха путем развития своих навыков, более глубокой обработки информации и постановки возрастающих по своей сложности задач. Интерналам свойственны эмоциональная стабильность и склонность к теоретическому мышлению.

Для 38 % студентов-психологов характерна экстернальность. Экстерналы убеждены, что их неудачи – результат невезения, случайностей и отрицательного влияния других людей. Одобрение и поддержка таким людям весьма необходимы, иначе они работают все хуже. Экстерналам свойственна эмоциональная нестабильность.

Можно предположить, что у 14 % студентов-психологов, имеющих среднее значение по данной методике, не сформирован чёткий локус контроля, поскольку они только начинают изучать психологию, а также свои личностные особенности и находятся на стадии формирования определённых личностных характеристик.

Результаты диагностики степени выраженности социально-психологических установок личности студентов-психологов с помощью *опросника О. Ф. Потёмкиной* представлены на рис. 7.



*Рис. 7. Диаграмма результатов диагностики социально-психологических установок испытуемых с помощью опросника О. Ф. Потёмкиной*

По результатам диагностики были получены следующие показатели: у 71 % студентов-психологов выявлена ориентация на процесс, т. е. испытуемые не сосредоточены на достижении результата, им больше интересен процесс работы. Соответственно, их процессуальная направленность препятствует их результативности. Они склонны опаздывать со сроками сдачи проектов, избегают рутинной деятельности, так как им сложно преодолеть негативное отношение к ней.

У 33 % студентов-психологов выявлена ориентация на результат. Такие люди очень надёжны, они добиваются результата вопреки различным препятствующим обстоятельствам.

У 71 % испытуемых выявлена ориентация на альтруизм – наиболее ценную общественную мотивацию, наличие которой отличает зрелого человека.

У 29 % испытуемых, в свою очередь, выявлена ориентация на эгоизм, и это говорит о том, что они склонны отстаивать свои индивидуальные интересы, нежели интересы общества.

На труд ориентированы 38 % студентов-психологов. Обычно люди, ориентирующиеся на труд, всё время используют для того, чтобы что-то сделать, не жалея выходных дней, отпуска и т. д. Труд приносит им больше радости и удовольствия, чем какие-то иные занятия.

Среди студентов-психологов 81 % имеют ориентацию на свободу. Именно свобода является для них главной ценностью.

По результатам диагностики у 14 % студентов выявлена ориентация на власть. Для них ведущей ценностью выступает влияние на других.

У 24 % испытуемых выявлена ориентация на деньги. Для них ведущей ценностью является стремление к увеличению своего благосостояния.

Результаты диагностики с помощью *опросника «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой* представлены на рис. 8.

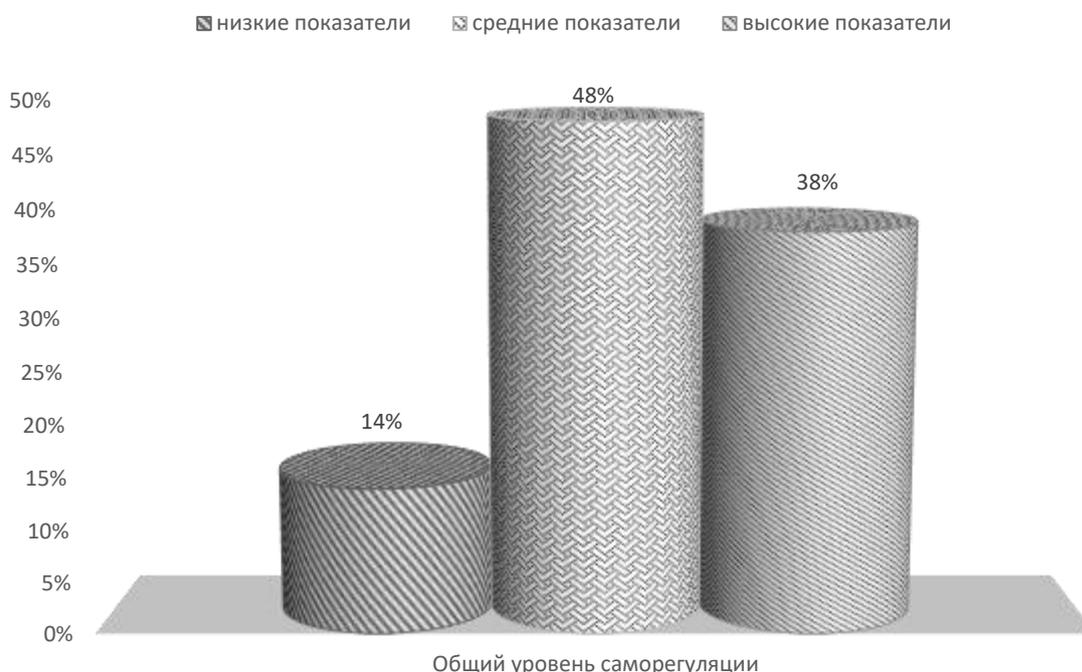


Рис. 8. Диаграмма результатов диагностики общего уровня саморегуляции с помощью опросника В. И. Моросановой

По результатам диагностики у 38 % испытуемых выявлены высокие показатели общего уровня саморегуляции. Такие студенты самостоятельны, способны к адекватному восприятию изменения условий и осознанному целеполаганию.

У испытуемых с низкими показателями (14 % студентов-психологов) потребность в контроле своего поведения не развита. Эти студенты зависимы от обстоятельств и чужого мнения.

У 48 % студентов-психологов выявлены средние показатели. Можно предположить, что их уровень саморегуляции не до конца сформирован и варьируется в зависимости от обстоятельств.

Результаты диагностики личностных ориентаций студентов-психологов с помощью *самоактуализационного теста (САТ) Э. Шострома* представлены на рис. 9.

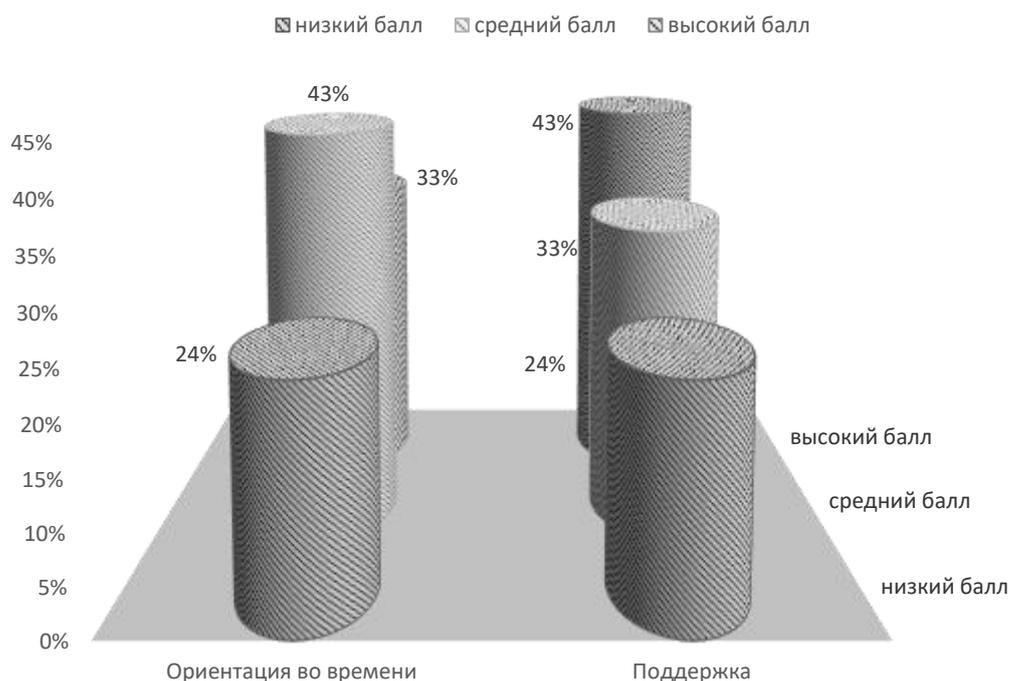
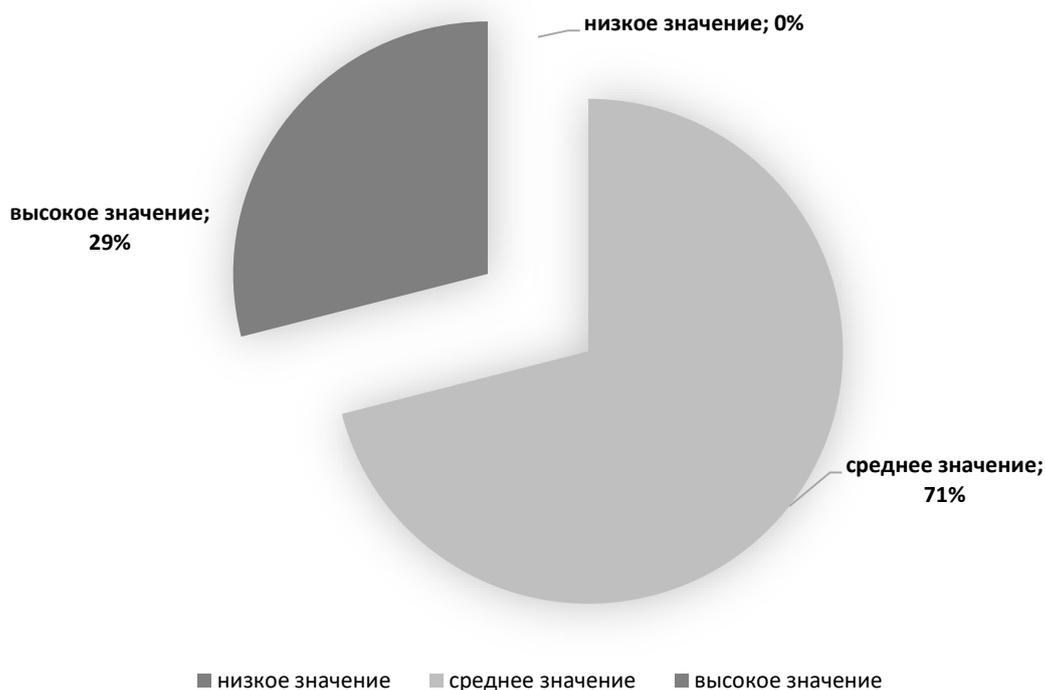


Рис. 9. Диаграмма результатов диагностики личностных ориентаций испытуемых с помощью самоактуализационного теста (САТ) Э. Шострома

Шкала ориентации во времени отражает способность испытуемых проживать настоящий момент наиболее полно и осознанно. На рис. 9 видно, что у 33 % студентов-психологов эта способность развита очень хорошо, так как они имеют высокие показатели по изучаемой шкале. Такие студенты способны находиться в настоящем моменте и воспринимать свою жизнь цельной. У 24 % испытуемых получен низкий показатель по шкале, что свидетельствует о том, что они ориентируются лишь на один из отрезков временной шкалы и не способны воспринимать свою жизнь цельной. У 43 % студентов-психологов были выявлены средние показатели по шкале ориентации во времени, и это позволяет предположить, что у них ещё нет чёткого понимания времени: они исследуют прошлое, настоящее, будущее и формируют собственное восприятие данных временных отрезков и своё место в них.

Шкала поддержки измеряет степень независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне («внутренняя/внешняя поддержка»). У 33 % студентов выявлены высокие показатели по данной шкале. Это характеризует их как людей, способных руководствоваться своими убеждениями и желаниями при целеполагании. Такие студенты не подвержены влиянию извне. У 24 % студентов-психологов получен низкий показатель по данной шкале, что свидетельствует о том, что они в высокой степени зависимы, конформны и несамостоятельны. Это указывает на такую характеристику, как внешний локус контроля. У 33 % студентов-психологов выявлены средние показатели по шкале поддержки, и это позволяет предположить, что у данных испытуемых не сформирован локус контроля, они могут ориентироваться на себя либо на других в зависимости от контекста ситуации.

Результаты диагностики творческого потенциала с помощью *методики Н. П. Фетискина, В. В. Козлова и Г. М. Мануйлова* представлены на рис. 10.



*Рис. 10. Диаграмма результатов диагностики творческого потенциала студентов-психологов с помощью методики Н. П. Фетискина, В. В. Козлова и Г. М. Мануйлова*

По результатам диагностики творческого потенциала выявлено высокое значение у 29 % студентов-психологов. Это указывает на то, что в них заложен значительный творческий потенциал, который предоставляет им богатый выбор творческих возможностей. Они способны развиваться в самых разнообразных формах творчества.

У 71 % испытуемых получено среднее значение по данной методике. Это говорит о том, что у них вполне нормальный творческий потенциал. Они обладают теми качествами, которые позволяют им творить, но у них есть и проблемы, которые тормозят процесс творчества. Им требуется больше концентрации и внимания, а также больше работы над совершенствованием своих навыков. Низкого значения по данной методике не выявлено.

Результаты исследования уровня эмпатии студентов-психологов с помощью *опросника «Шкала эмоционального отклика» А. Мегрэбяна и Н. Эпштейна* представлены на рис. 11.



*Рис. 11. Диаграмма результатов диагностики уровня эмпатии с помощью методики «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна*

У 41 % студентов-психологов выявлен высокий уровень эмпатии. Люди с высокими показателями по шкале эмоционального отклика альтруистичны, склонны к поддержанию и развитию межличностных отношений.

У 45 % студентов-психологов выявлен средний уровень эмпатии, значит, они склонны судить других по поступкам, а не по своим личным впечатлениям. Такие люди могут контролировать свои эмоции, но при этом им сложно анализировать межличностные отношения.

У 14 % студентов-психологов выявлен низкий уровень эмпатии. Им трудно устанавливать и поддерживать межличностные контакты.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ .....	5
1. Методология профессионально важных качеств .....	5
2. Особенности личности как фактор выбора профессии .....	7
3. Особенности профессионально важных качеств психологов .....	13
ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ .....	17
1. Контрольная работа.....	17
2. Тренинговая программа формирования и развития профессионально важных качеств психологов .....	28
3. Практические задания по оценке сформированности профессиональных знаний, умений и навыков психологов .....	43
КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ .....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	58
СПИСОК БИБЛИОГРАФИЧЕСКИХ ССЫЛОК .....	59
РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	65

*Учебное издание*

ВИНАРЧИК Елена Анатольевна  
АКИНИНА Евгения Борисовна

ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО  
ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПСИХОЛОГОВ

Практикум

Редактор Е. А. Лебедева  
Технический редактор С. Ш. Абдуллаева  
Корректор О. В. Балашова  
Компьютерная верстка Л. В. Макаровой  
Выпускающий редактор А. А. Амирсейидова

Подписано в печать 04.10.19.  
Формат 60×84/16. Усл. печ. л. 5,12. Тираж 50 экз.

Заказ

Издательство

Владимирского государственного университета  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых.  
600000, Владимир, ул. Горького, 87.