

роких слоях населения. С полным основанием можно утверждать, что большинство населения планеты не вписываются в правило: «Здоровый дух в здоровом теле...».

Богословы по этому поводу утверждают: плоть есть тело человека, но «Дух животворит; плоть не пользует нимало» (Ин. 6, 63) – дух дает нам жизнь, а плоть сама по себе не может принести нам никакой пользы. «Сеющий в плоть свою от плоти пожнет тление, а сеющий в дух от духа пожнет жизнь вечную». Святые отцы утверждают, что грех не заложен в самой нашей плоти. Грех – является следствием развращенности нашего духа. Грех есть категория религиозная, связанная более с духом, чем собственно с плотью. Именно гибель человека начинается через развращение человеческой души. Японцы утверждают, что падению вкуса предела не бывает, а теперь со всей очевидностью можно констатировать, что и падению нравов предела не бывает... Человечество должно знать, что единственный грех, который не простится человеку, – это грех самоубийства. Сказано: «Если кто разорит храм Божий, того покарает Бог: ибо храм Божий свят; а это храм вы» (1 Кф. –3.17). Самоубийца согрешает против веры в Божественный Промысел и Божественное милосердие, т.к. это «хула на Духа Святого». Христос сказал: «Посему говорю вам: всякий грех и хула простятся человеку, а хула на Духа не простится человеку». Надо признать с полным основанием, что пришло время, когда человечество коллективно грешило на Духа Святого, а теперь пытается «точно определить» быть апокалипсу или не быть? Вот в чем вопрос...?!

Список литературы:

1. Зинченко, В.П. Миры сознания и структура сознания / В.П. Зинченко // «Вопросы психологии», №2, 1991.
2. Собрание творений преподобного Иустинна (Попович) I т. – М.: Полоник, 2004.
3. Стеняев, О. Как нам уклониться от соблазнов сегодня. / О. Стеняев. – М., 2008.

УДК 159.91:378.13

ОТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГРАМОТНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ

*Азаренок Г.С., ст. преподаватель
УО «ВГУ им. П.М. Машиерова»*

Образование в вузе является центральным звеном в профессиональном становлении психолога. Однако подготовка высококвалифицированных психологов-профессионалов сопряжена с определёнными трудностями. Трудности обусловлены тем, что профессия психолога является относительно новой в системе других профессий и тем, что она может быть представлена перечнем разнообразных должностей. Например, в современной отечественной психологической практике встречаются такие специальности, как психолог-перинатолог, педагог-психолог, психолог-профконсультант, психолог-исследователь, психолог-профессионал и т.д. Также очень разнообразной является сфера деятельности психолога. Она включает такие стороны жизни человека как социальная, образовательная, управление и бизнес, рекламная, здравоохранение и др. При этом психолог включается в такие виды профессиональной деятельности, которые связаны с диагностикой и коррекцией, экспертизой и консультированием, научно-исследовательской, учебно-воспитательной работой. Поэтому для современной профессиональной подготовки психологов необходимо то содержание образования, которое включает не только специальные знания, умения и навыки, но и обладает большим воспитательным и развивающим эффектом. В основе такого вузовского образования находится готовность студента к самоизменению и саморазвитию применительно к освоению научного метода познания.

Ещё в 20-ые годы XX века отечественный педагог С.И. Гессен писал, что университетский курс должен быть направлен, прежде всего, на овладение методом научного исследования, и это может быть достигнуто только путём вовлечения учащихся вуза в самостоятельную исследовательскую работу. По мнению учёного, в высшей школе студент не просто учится, а занимается наукой, он – studiosus. Учение и исследование здесь совпадают, и это касается как студентов, через учение приступающих в университете к самостоятельному исследованию, так и преподавателей, через исследование продолжающих своё никогда не кончающееся учение [1]. Свою работу со студентами преподаватель строит в зависимости от того, что доминирует в его собственной профессиональной ориентации. У педагога, который видит смысл преподавания только в передаче научных знаний, необходимых человеку с высшим образованием, преобладающим становится методический аспект работы. В этой ситуации педагогическая деятельность направлена на формирование у студентов психологической грамотности через ознакомление их с принципами органи-

зации и закономерностями психологической науки. Но предпочтение в процессе преподавания может отдаваться формированию личности будущего профессионала и активным формам общения, способствующим развитию самосознания студентов. Тогда преподавание психологических дисциплин нацелено на достижение студентами уровня психологической компетентности. Данный уровень предполагает не только наличие психологических знаний, но и сформированность «психологизированного» [2, с. 226] отношения к действительности, соответствующей психологической культуре. Формируется психологическая культура у учащихся вуза только тогда, когда преподавание всех разделов психологии на факультете осуществляется группой единомышленников, тесно сотрудничающих между собой. Преимущество преподавания на основе одной психологической школы в том, что позволяет соотносить теоретический курс и практические занятия, проследить динамику и осуществлять направленные действия в развитии психологического мышления будущих специалистов, способствует изучению индивидуальности студентов. Таким образом, психологическое образование студента-психолога может начинаться на уровне психологической грамотности, а завершается на уровне психологической компетентности. Под психологической грамотностью понимается осведомленность в психологических понятиях, теориях, проблемах, а также информированность об эффективных способах применения психологических знаний. Но наличие психологической грамотности не всегда означает профессиональную пригодность, под которой подразумевается совпадение профессиональных требований и возможностей человека, позволяющих ему выполнять данные специфические требования и достигать в своём труде общественно значимого результата. Возможности такого достижения обусловлены с психологической точки зрения способностями, личностными качествами, уровнем и характером мотивации, обученностью профессиональным знаниям и умениям, уровнем образованности. Студент-психолог, как будущий специалист-практик, пригоден к профессиональной деятельности только на уровне психологической компетентности. Психологическая компетентность – это умение своевременно и эффективно решать профессиональные задачи, это развитая интуиция и гибкость профессиональных действий, особенно в нестандартных условиях.

Также при рассмотрении проблем высшего образования и определения требований к выпускникам вузов широко применяются термины «профессиональные компетенции», «профессиональная компетентность». Разнообразные классификации компетенций, признанные педагогической общественностью, разрабатывались в СССР в период с 1970 по 1990 годы. Е.В. Бондаревская, А.А. Деркач, И.А. Зимняя, Н.В. Кузьмина, А.К. Маркова, Н.В. Мясищев и другие авторы используют понятия «компетентность» и «компетенция» как для описания конечного результата обучения, так и для описания различных свойств личности (присущих ей или приобретенных в процессе образования). Однако до сих пор нет единства в понимании сущности терминов «компетенция» и «компетентность». Чаще всего понятие «компетентность» используется для описания конечного результата обучения; понятие компетенция приобретает значение «знаю, как» в отличие от ранее принятого ориентира в педагогике «знаю, что» [3]. Н.И. Алмазова определяет компетенции как знания и умения в определенной сфере человеческой деятельности, а компетентность – это качественное использование компетенций [4]. В профессиональных компетенциях исследователи [5 и др.] выделяют: 1) простые (базовые) компетенции (формируемые на основе знаний, умений, способностей, легко фиксируемые, проявляющиеся в определенных видах деятельности) и 2) ключевые компетенции – чрезвычайно сложные для учета и измерения, проявляющиеся во всех видах деятельности, во всех отношениях личности с миром, отражающие духовный мир личности и смыслы ее деятельности. К.В. Шапошников понимает категорию «профессиональная компетентность» как готовность и способность специалиста принимать эффективные решения при осуществлении профессиональной деятельности. Профессиональная компетентность «характеризуется совокупностью интегрированных знаний, умений и опыта, а также личностных качеств, позволяющих человеку эффективно проектировать и осуществлять профессиональную деятельность во взаимодействии с окружающим миром» [6, с. 13]. В основу показателей субъектной профессиональной компетентности могут быть положены характеристики актуальной и потенциальной деятельности специалиста.

К.В. Шапошников, исследуя профессиональную компетентность будущих лингвистов-переводчиков, выделяет «основные уровни (низкий, средний, высокий), критерии (теоретическая компетентность, практическая компетентность и личностная компетентность) и показатели оценки уровней сформированности профессиональной компетентности у будущих лингвистов-переводчиков (наличие теоретических знаний по всем четырем циклам учебных дисциплин, сформированность системы общепрофессиональных и лингвистических (чтение, говорение, перевод) умений и навыков, наличие положительной мотивации к будущей профессиональной деятельности, сформированность профессионально важных качеств личности и др.» [6, с. 12]. Компетентного специалиста (и психолога в том числе) с позиций современного подхода к организации

трудовой деятельности должно отличать критическое мышление, т.е. способность среди множества решений выбрать оптимальное, умение работать с информацией, блоком прогностических и аналитических умений для успешного решения профессиональных задач «здесь и сейчас».

Особое внимание в психолого-педагогической практике уделяется профессиональной компетентности и профессиональным компетенциям преподавателя. А.К. Маркова при изучении профессиональной компетенции педагога сгруппировала умения, обеспечивающие эффективность преподавания, и личностные свойства педагога, и сделала вывод, что профессиональная компетенция педагога – это такой труд учителя, в котором на достаточно высоком уровне осуществляется педагогическая деятельность, педагогическое общение, реализуется личность учителя, в котором достигаются хорошие результаты в обучении и воспитании школьников [7]. Профессионально-личностные компетенции преподавателя XXI века раскрыты Т.Е. Исаевой [8]. Автор выделяет: адаптационно-цивилизационные компетенции; социальные компетенции; социально-организационные компетенции; профессиональные (совокупность знаний, умений, методов обучения, способов трансляции профессионально-корпоративного опыта, обусловленных спецификой преподаваемой дисциплины и избираемых в соответствии с педагогической системой, которой придерживается преподаватель); коммуникативные; ценностно-смысловые (обеспечивают человеку сохранение самости в любых условиях).

Образовательная вузовская среда должна учитывать, что «развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, развитым чувством ответственности за судьбу страны» [8, с. 264]. Признаком достижения высот профессионального развития считается творчество. Творчество подвластно человеку, который сформировал вектор карьеры в координатах своих способностей и склонностей. Гармония основных координат в процессе профессиональной деятельности формирует целостную и яркую индивидуальность [9].

Таким образом, современная парадигма образования студентов-психологов должна быть ориентирована на формирование потребностей в постоянном пополнении и обновлении знаний, совершенствовании умений и навыков, их закреплении и превращении в компетенции [10]. Такое направление в работе со студентами-психологами формирует личность, обладающую различными типами профессионального мышления, способную к саморазвитию, имеющую необходимые профессиональные компетенции и профессиональную компетентность. Компетентность – это наблюдаемые проявления успешной продуктивной деятельности, это комплексный личностный ресурс, обеспечивающий эффективное взаимодействие психолога с клиентом и зависящий от необходимых для этого профессиональных компетенций. Главной задачей современного высшего образования является подготовка компетентных профессионалов, которые были бы способны применять свои знания в изменяющихся условиях, и чья основная компетенция заключалась бы в умении включаться в постоянное самообучение, творчески решать профессиональные задачи на протяжении всей своей трудовой жизни.

Список литературы:

1. Пряжников, Н.С. Психология труда и человеческого достоинства / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 480 с.
2. Чернышева Н.С. Проблемы психологической подготовки студентов педагогического вуза / Н.С. Чернышева. // Мир психологии. – 2002. – № 4. – С. 222-234.
3. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 г. // Модернизация российского образования. Документы и материалы. – М.: Изд-во ВШЭ, 2002. – С. 263-282.
4. Алмазова Н.И. Когнитивные аспекты формирования межкультурной компетентности при обучении иностранному языку в неязыковом вузе. Автореферат дис. на соиск. ученой степени доктора педагогических наук / Н.И. Алмазова. – Санкт-Петербург, 2003. – 47 с.
5. Зимняя, И.А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентного подхода в образовании. / И.А. Зимняя. Авторская версия. – М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов. – 2004.
6. Шапошников, К.В. Контекстный подход в процессе формирования профессиональной компетентности будущих лингвистов-переводчиков. Автореферат дис. канд. пед. наук / К.В. Шапошников. – Йошкар-Ола, 2006. – 26 с.
7. Маркова, А.К. Психология профессионализма. / А.К. Маркова. – М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. – 308 с.
8. Исаева, Т.Е. Классификация профессионально-личностных компетенций вузовского преподавателя / Т.Е. Исаева. – В сб.: Труды международной научно-практической Интернет-

конференции «Преподаватель высшей школы в XXI веке». Сб.4. – Ростов-н/Д: Рост. гос. ун-т путей сообщения, с. 15-21.

9. Сагайдак, С.С. Поле профессиональной неопределённости в координатах «способно-сти-склонности» / С.С. Сагайдак. // Психологический журнал. – 2006. - № 2. – С. 4-9.

10. Архангельский, С.И. Учебный процесс в высшей школе, его закономерные основы и методы: Учебно-методическое пособие. / С.И. Архангельский. – М., Высшая школа. – 368 с.

УДК 316.613.4

СТРАТЕГИИ И МОДЕЛИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА

*Азаренок Г.С., ст. преподаватель
УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

В психологии понятие «стресс» определяется как термин для обозначения большого спектра состояний человека, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия окружающей среды – стрессоры. Стрессоры бывают различных видов: физиологические, психологические и др. Они также имеют разный характер влияния на индивида. Например, в качестве психосоциального стрессора может выступать любое жизненное событие или изменение, такое как развод, вступление в брак, смерть близкого родственника, потеря работы или её изменение, переезд и т.д. В зависимости от вида стрессора выделяют, в наиболее общей классификации, стресс физиологический и стресс психологический. Психологический стресс может подразделяться на стресс информационный и эмоциональный. Информационный стресс возникает в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе, при этом предполагается высокая ответственность за последствия решений. Стресс эмоциональный появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и т.д. Эмоциональный стресс может протекать в различных формах – импульсивной, тормозной, генерализованной. Он нарушает работу психических процессов, приводит к эмоциональным сдвигам, трансформирует мотивационную структуру деятельности, влияет на двигательное и речевое поведение [1; 2].

Однако, стресс может оказывать положительное, мобилизирующее влияние на жизнь человека. Например, невысокий уровень стресса необходим для мотивации деятельности, личностного роста и развития личности. Но отрицательные, нежелательные, субъективно переживаемые стрессовые ситуации приносят вред организму человека и приводят к дистрессу (от греч. *dis* – дважды). В связи с этим центральным аспектом современных теорий стресса является концептуализация процессов преодоления. Преодоление (копинг) рассматривается как стабилизирующий фактор, который может помочь людям поддерживать психосоциальную адаптацию в течение периодов стресса. Психологическое предназначение преодолевающего поведения состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать человека к требованиям ситуации путём овладения, ослабления или смягчения этих требований, тем самым редуцируется стрессовое воздействие ситуации. Понятие преодоления охватывает широкий спектр человеческой активности, включая в общем виде все виды взаимодействия субъекта с внутренними и внешними задачами, при этом большое значение имеют дополнительные (характеризующие задачу и психологические особенности субъекта) условия.

В зарубежной и отечественной психологии выделяют три подхода к проблеме преодоления. Первый подход рассматривает преодоление с точки зрения динамики это как способ психологической защиты, ослабляющий психическое напряжение. Второй подход рассматривает преодоление в терминах черт личности – как постоянную предрасположенность отвечать на стрессовые события определённым образом. Третий подход понимает преодоление как динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и степенью активности личности, направленной на решение возникших проблем при столкновении её со стрессовым событием. И хотя в настоящее время не существует единой классификации психологического преодоления, большинство исследований по этой проблеме сконцентрировано вокруг двух стратегий, предложенных А. Лазарусом и И. Фолкманом: 1) проблемно ориентированный копинг (усилия направляются на решение возникающей проблемы); 2) эмоционально ориентированный копинг (изменение собственных установок в отношении ситуации) [3]. Вместе с тем, указанным стратегиям психологического преодоления есть альтернатива. С. Хобфолл предложил многоосевую модель «поведения преодоления». В отличие от предыдущих моделей, преодолевающее поведение рассматривается как стратегии (тенденции) поведения, а не как отдельные типы поведения. Модель С. Хобфолла имеет две основные оси (просоциальная-асоциальная, активная-пассивная) и одну дополнительную (прямая-непрямая). Введение просоциальной и ассоциальной оси основывается на том, что многие жизненные стрессоры являются межличностными или имеют межличностный