

ТЕХНОЛОГИИ ПРОФИЛАКТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕННЫХ ДЕСТРУКЦИЙ СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Определена востребованность разработки технологии профилактики профессиональных деструкций. Представлены направления профилактики, реализуемые в вузе.

Предлагаемые в работе научные положения носят междисциплинарный характер, что позволяет их использовать в области профессиональной подготовки студентов экономических специальностей в различных образовательных заведениях экономического профиля, имеющих кафедры физической культуры, педагогики, психологии, профилактической медицины.

Ключевые слова: профессиональная компетентность, профессиональные деструкции, технологии профилактики.

В современной литературе рассматриваются различные аспекты профессионального становления личности. Поэтому возникает необходимость разделения данного процесса на периоды или стадии. Переход от одной стадии к другой порождает субъективные и объективные трудности, межличностные и внутриличностные конфликты. Можно утверждать, что смена стадий обуславливает нормативные кризисы профессионального становления личности.

Можно выделить кризисы, обусловленные следующими факторами:

1) рассогласованием составляющих направленности: противоречиями между социально-профессиональными ожиданиями и профессиональной действительностью, между мотивами профессионального роста, успеха и материального благополучия, между высоким уровнем притязаний (самооценки) и самоуважением, между неосознаваемыми мотивами (стремление к власти, подчинению) и ценностными ориентациями и др.;

2) несовпадением характера профессиональной деятельности и уровня профессиональной компетентности, порождающим внутриличностные конфликты между осознанной необходимостью в повышении квалификации и недостаточной профессиональной активностью, между неудовлетворенностью содержанием труда и нежеланием сменить профессию, между отсутствием перспектив карьеры и уровнем профессиональной компетентности и др.;

3) противоречием между направленностью личности на достижение успеха, карьеру, высокие материальные блага и недостаточным уровнем развития социально-профессиональных

способностей, качеств, психофизиологических свойств, состоянием здоровья и др.;

4) несовпадением представления о своих профессиональных достоинствах и реальных профессиональных возможностях: противоречиями между «Я-возможным» и «Я-реальным», между «Я-идеальным» и «Я-деформированным». Важнейшим конфликтообразующим фактором выступает мотив соответствия самому себе;

5) противоречиями между профессиональными возможностями, потенциалом, способностями и социальными ограничениями, обусловленными возрастом, полом, этнической принадлежностью, внешностью; между необходимостью профессиональной мобильности и отчетливо выраженной возрастной ригидностью; между потребностью в продолжении профессиональной карьеры и вынужденным уходом на пенсию и др. [3].

Первая группа противоречий характерна для лиц, находящихся на стадии оптации, вторая проявляется на стадиях профессиональной подготовки и профадаптации.

На стадии оптации происходит переоценка учебной деятельности: в зависимости от профессиональных намерений изменяется и мотивация. Учеба в старших классах приобретает профессионально ориентированный характер, а в профессиональных учебных заведениях она имеет отчетливо выраженную учебно-профессиональную направленность. Есть все основания считать, что на стадии оптации происходит смена ведущей деятельности с учебно-познавательной на учебно-профессиональную.

Кардинально изменяется социальная ситуация развития. При этом неизбежно столкнове-

ние желаемого будущего и реального настоящего, которое приобретает характер кризиса учебно-профессиональной ориентации.

Старшеклассники, продолжившие учебу в 10–11-х классах, отчетливо переживают тот самый кризис в 16–17 лет, перед завершением школьного образования. Ядром кризиса является необходимость выбора способа получения профессионального образования или профессиональной подготовки. Следует подчеркнуть, что в этом возрасте, как правило, выбирается вариант продолжения учебы, ориентированной на определенное профессиональное поле, а не на конкретную профессию.

Переживание кризиса, рефлексия своих возможностей приводят к коррекции профессиональных намерений.

Деструктивное разрешение кризиса приводит к ситуативному выбору профессиональной подготовки или профессии, выпадению из нормальной социальной сферы. Девушки и юноши попадают в сообщества с отклоняющимся поведением. Асоциальное поведение часто является формой компенсации внутриличностного конфликта: переживания своей неполноценности, отторгнутости, ненужности.

На стадии профессионального образования многие студенты переживают разочарование в получаемой профессии. Возникает недовольство отдельными учебными предметами, появляются сомнения в правильности профессионального выбора, падает интерес к учебе. Наблюдается кризис профессионального выбора. Как правило, он отчетливо проявляется в первый и последний годы профессионального обучения. За редким исключением тот самый кризис преодолевается сменой учебной мотивации на социально-профессиональную. Увеличивающаяся год от года профессиональная направленность учебных дисциплин снижает неудовлетворенность.

Таким образом, кризис профессионального становления на стадии профессионального образования не доходит до критической фазы, когда неизбежен конфликт. Можно отметить вялотекущий характер этого кризиса. Но изменение социальной ситуации развития и перестройка ведущей учебно-познавательной деятельности в профессионально-ориентированную позволяют выделить его в самостоятельный нормативный кризис профессионального становления личности.

Факторами, детерминирующими кризис на стадии профессионального образования, могут быть:

- возрастные психофизиологические изменения;
- изменение социально-профессиональной ситуации;
- качественная перестройка способов выполнения учебно-профессиональной деятельности;
- тотальная погруженность в учебно-профессиональную среду;
- социально-экономические условия жизнедеятельности;
- жизненно важные события [3].

Кризисы могут протекать кратковременно, бурно или постепенно, без ослепительно выраженных изменений поведения. В любом случае они порождают психическую напряженность, неудовлетворенность социально-профессиональной средой, собой.

Профессиональное становление будущих специалистов на стадии профессионального образования предполагает развитие профессиональной компетентности, структурными компонентами которой являются:

- социально-правовая компетентность;
- специальная компетентность;
- персональная компетентность;
- аутокомпетентность – адекватное представление о своих социально-профессиональных характеристиках и владение технологиями преодоления профессиональных деструкций, которые неизбежно возникают во многих видах профессий на разных стадиях профессионального становления [4, с. 92]. Владение технологиями преодоления профессиональных деструкций является одной из характеристик профессиональной компетентности специалиста.

Профессиональные деструкции – это разновидность профзаболеваний: разрушение, изменение или деформация сложившейся психологической структуры личности в процессе профессионального труда [4, с. 232].

Возникновение профессиональных деструкций снижает продуктивность выполнения деятельности, негативно влияет на мотивацию и профессиональную позицию, изменяет поведение специалиста в профессиональной среде. Складываются и закрепляются в структуре личности такие негативные черты, как высокий уровень тревожности, низкая стрессоустойчивость,

заниженная самооценка, неудовлетворенность собой и т. п., которые могут приводить к социальной и профессиональной некомпетентности [4, с. 89]. Следовательно, профессиональная некомпетентность обусловлена деструктивными изменениями профессиональной компетентности.

Проблема изучения профессиональных деструкций и их влияние на профессиональное становление – сравнительно новая область научных исследований, носящая комплексный междисциплинарный характер. В психологической науке на современном этапе ее развития отсутствует целостная концепция развития профессиональных деструкций личности и их преодоления.

В настоящее время нет конкретных рекомендаций по профилактике профессиональных деструкций и оздоровлению будущих специалистов с учетом специфики их деятельности.

В большей степени деструктивное влияние на личность проявляется у специалистов экономических профессий, для профессионального труда которых характерны: особая психическая и умственная напряженность, предрасположенность к риску, профессиональная ответственность [3].

Это профессии: коммерческий агент, бизнесмен, аудитор, брокер, главный бухгалтер, дилер, коммерческий директор, коммерсант, биржевой маклер, маркетолог (специалист по маркетингу), менеджер, налоговый инспектор, предприниматель, экономист, экономист по финансам и кредиту и др.

Согласно классификации профессий Климова Е.А. мы выявили, что все экономические профессии объединены несколькими специальностями и относятся к 2-м типам: сигномическому («человек – знаковая система») и социномическому («человек – человек») [5, с. 160].

Профессиональные деструкции в экономических профессиях проявляются в разной степени для разных профессий. Наиболее развиты они у представителей экономических профессий социномического типа («человек – человек») – менеджеров, руководителей, управленцев, торговых работников и др., специалистов постоянно взаимодействующих с людьми.

Профессионально важными качествами, например, менеджера являются: развитые коммуникативные способности, эмоционально-волевая устойчивость, быстрая переключаемость

внимания, эмпатия, наблюдательность, организаторские способности, высокая физическая и умственная работоспособность, внятная речь, самокритичность.

Качествами, препятствующими продуктивной трудовой деятельности, для представителей социномических профессий экономического профиля являются: отсутствие организаторских способностей, нерешительность, неумение управлять собой, неорганизованность, недисциплинированность, безынициативность, неспособность принимать решения и нести за них ответственность.

Однако в последнее время профессионально обусловленные деструкции стали проявляться в профессиональной деятельности работников сигномического типа («человек – знаковая система») – экономистов, бухгалтеров, аудиторов, сметчиков, финансистов, банковских работников [3].

В качестве знаковой системы могут выступать цифры, числовые значения, коды, символы, тексты. Постоянная работа с цифрами, безусловно, формирует ряд полезных в жизни навыков.

Из негативных последствий выбора данной профессии можно назвать неумное стремление по нескольку раз проверять любые цифры, внимательность к деталям (иногда чрезмерную), желание контролировать любые расходы – начиная от денег на мороженое и заканчивая всеобъемлющим контролем личных финансов.

Это профессии, которые характеризуют вынужденная рабочая поза, крайне ограниченные движения, высокая концентрация внимания, мгновенная реакция, умственное и эмоциональное напряжение. Основная нагрузка падает на зрение и слух, которые должны быть в постоянной готовности воспринять информацию. Большая нагрузка приходится на мыслительные и обслуживающие их психические процессы (восприятие, память, внимание и др.). У представителей сигномических профессий экономического профиля интерес к взаимоотношениям людей низок, а высок интерес к интеллектуальной деятельности.

Основными профессионально значимыми качествами представителей этих профессий являются: способность к математике, развитое абстрактное мышление, высокая устойчивость внимания, склонность к общению, аккуратность и усидчивость, высокая умственная работоспособность, терпеливость, хорошая память.

Общими требованиями к подготовке специалистов экономических профессий являются: хорошее физическое и психическое здоровье, эмоционально-волевая устойчивость, высокая работоспособность, желательное знание иностранного языка и умение работать на компьютере.

Теоретический анализ современной психолого-педагогической литературы по проблеме профессиональной подготовки будущих специалистов показал:

– владение технологиями профилактики и преодоления профессиональных деструкций является одной из характеристик профессиональной компетентности специалиста;

– устойчивость личности к профессиональным деструкциям находится в прямой зависимости от профессиональной компетентности. Эти процессы взаимосвязаны и взаимообусловлены: с одной стороны, развитие профессиональных деструкций снижает уровень профессиональной компетентности, с другой – высокий уровень компетентности способствует коррекции профессионально обусловленных деструкций [1, 4, 6].

В современном состоянии проблемы сложилось противоречие между потребностью общества в профессионально компетентных специалистах, способных преодолевать профессиональные деструкции в профессиональной деятельности, и недостаточной разработанностью методов и средств их профилактики и коррекции.

Следовательно, актуальность разработки методов и средств профилактики профессиональных деструкций обусловлена требованиями профессиональной компетентности будущих специалистов.

Особенностями развития профессионально обусловленных деструкций специалистов экономических профессий являются: уровень образования – чем выше уровень образования, тем больше требований у специалиста к организации профессиональной деятельности и тем меньше удовлетворения от результатов работы и ее престижности; возраст специалиста – у молодых специалистов экономических профессий (20–25 лет) преобладает такая профессиональная деструкция личности как авторитарность, что объясняется их желанием укрепить свои позиции в профессии и добиться авторитета среди коллег по работе.

Характер и степень выраженности профессиональных деструкций зависят от характера,

содержания деятельности, престижа профессии, стажа работы и индивидуально-психологических особенностей личности. Среди менеджеров часто встречаются следующие деформации: авторитарность, агрессивность, консерватизм, социальное лицемерие, поведенческий трансфер, эмоциональная индифферентность [4].

Факторами, детерминирующими кризис на стадии профессионального образования, могут быть: возрастные психофизиологические изменения; изменение социально-профессиональной ситуации; качественная перестройка способов выполнения учебно-профессиональной деятельности; тотальная погруженность в учебно-профессиональную среду, ухудшение здоровья, снижение работоспособности, синдром «хронической усталости».

Главным направлением, предотвращающим возникновение деструкций, на стадии профессионального образования, на наш взгляд, является разработка и создание системы оздоровительно-профилактических мероприятий, реализуемой в вузе.

В системе оздоровительно-профилактических мероприятий нам представляется правомерным выделение психологического, психофизиологического и гигиенического направлений профилактики, а также направление профилактики деструктивной профессионализации во время трудового дня.

1. Главной целью психологического направления профилактики профессионально обусловленных деструкций студентов является максимальное содействие психическому и личностному развитию молодых людей, обеспечивающее их готовность к жизненному самоопределению.

Психологическая профилактика направлена на предупреждение возможных отклонений в психическом и личностном развитии студентов, на создание психологических условий, максимально благоприятных для этого развития.

Психологическая профилактика включает: психологическую гигиену, психологическую диагностику, психологическое консультирование, психологические тренинги, психологическое просвещение, психологическую коррекцию (психокоррекцию).

Психологическая профилактика профессионально обусловленных деструкций в вузе направлена на разработку и реализацию программ обу-

чающих курсов, направленных на развитие социально-психологической компетенции, психологической культуры у студентов; разработку и внедрение психологических проектов, направленных на профилактику асоциальных явлений, трудностей в адаптации, обучении и воспитании, нарушений в поведении, задержек и отклонений в развитии обучающихся.

Проведение психодиагностики позволяет выявить психофизиологические и личностные особенности студента, соответствие студента выбранной профессии, позволяет предотвратить развитие профессионально обусловленных деструкций.

Основными методиками диагностики профессионально обусловленных деструкций являются: диагностика уровня эмоционального выгорания, диагностика агрессивности (методика Баса-Дарки), диагностика авторитарности, экспресс-диагностика эмпатии, методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса, методика исследования ригидности, методика определения уровня стрессового состояния (Ю.В. Щербатых), дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова, диагностика профессиональной мотивации студента.

2. Психофизическая профилактика – это комплекс гигиенических, педагогических и социально-экономических мероприятий, направленных на предупреждение профессионально обусловленных деструкций и устранение факторов риска их возникновения.

Актуальными методами и средствами психофизической профилактики педагогического характера, направленными на предупреждение профессиональных деструкций специалистов экономических профессий, являются:

- психофизическая тренировка и психофизические упражнения;
- релаксационная гимнастика и другие техники релаксации, представленные в этой главе;
- пальминг;
- аутогенная тренировка;
- йога;
- дыхательные упражнения;
- физические упражнения.

Физическими упражнениями для профилактики профессиональных заболеваний специалистов экономических профессий являются:

- упражнения, направленные на снятие напряжения в области плечевого пояса;

- упражнения, способствующие активизации кровообращения в ногах;

- упражнения, нормализующие мозговое кровообращение;

- упражнения, способствующие снятию утомления после продолжительной и монотонной работы;

- упражнения, направленные на улучшение кровоснабжения головного мозга;

- упражнения для различных отделов позвоночника;

- упражнения для глаз.

3. Причиной многих профессионально обусловленных деструкций и заболеваний является не соблюдение правил здорового образа жизни (ЗОЖ). Поэтому студенты должны приобретать знания, умения и навыки по организации гигиенических мероприятий ЗОЖ.

Гигиеническими средствами профилактики профессионально обусловленных деструкций являются: профилактика вредных привычек, закаливание организма, самомассаж, соблюдение режима сна и бодрствования, соблюдение принципов рационального питания.

Применение гигиенических средств и методов профилактики, профессионально обусловленных деструкций имеет противопоказания, поэтому, прежде чем приступать к их использованию, необходимо проконсультироваться с врачом.

Например, абсолютными противопоказаниями для сауны являются: нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы, тяжелые формы повышенного кровяного давления, хронические воспаления почек, болезни, протекающие с приступами (особенно эпилепсия), тяжелые нейровегетативные расстройства, гиперфункция щитовидной железы.

4. Основным средством профилактики профессионально обусловленных деструкций и повышения производительности труда во время трудового дня является производственная гимнастика.

Производственная гимнастика – это набор физических упражнений, которые выполняются сотрудниками организации на рабочем месте и включаются в режим рабочего дня с целью повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников. Комплекс упражнений для производственной гимнастики составляется с учетом особенностей трудового процесса [2].

Формами производственной гимнастики являются: вводная гимнастика, физкультпауза, физкультминутка, микропауза активного отдыха, оздоровительно-профилактическая гимнастика, восстановительно-профилактическая гимнастика.

В комплекс производственной гимнастики для специалистов экономических профессий включают упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения в статически работающих мышцах. Так, например, при работе стоя рекомендуется применять упражнения, направленные на расслабление мышц ног. При работе сидя применяют упражнения для мышц ног и спины.

Во время активного отдыха необходимо развивать и совершенствовать дыхание, которое может быть неправильным в результате однообразной рабочей позы и рабочих движений.

Эффективность производственной гимнастики может существенно повыситься при выполнении следующих методических рекомендаций:

- проведение занятий должно совпадать со временем появления первых признаков утомления;
- выполнение физических упражнений должно быть правильным;
- нагрузка в комплексах физических упражнений должна дифференцироваться с учетом возраста, пола, физической подготовленности и состояния здоровья работающих.

Таким образом, технологии профилактики профессионально обусловленных деструкций студентов экономических специальностей включают в себя оздоровительно-профилактические мероприятия психологической, психофизической и гигиенической направленности, а также профилактику деструктивной профессионализации во время трудового дня.

Грамотное использование в учебном процессе технологий профилактики профессионально обусловленных деструкций позволит существенно расширить объем знаний, умений и навыков студентов в области практического применения достижений современной науки, повысить работоспособность и производительность труда; будет способствовать своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям производственной и внешней среды, профилактике профессиональных заболеваний.

Представленные в работе научные положения в своей совокупности носят междисциплинарный характер, что позволяет их использовать в различных образовательных заведениях экономического профиля, имеющих кафедры физической культуры, педагогики, психологии, профилактической медицины. Представляется возможным пересмотреть учебные программы этих кафедр в плане приближения их содержания к требованиям профилактики профессионально обусловленных деструкций и, следовательно, требованиям профессиональной компетентности.

15.09.2011

Список использованной литературы:

1. Борисов, П.П. Компетентностно-деятельностный подход и модернизация содержания общего образования / П.П. Борисов // Стандарты и мониторинг. – 2003. – №1. – С. 58–61.
2. Голубева, Г.Н. Производственная физическая культура. Учебно-методическое пособие для студентов ИФК, слушателей ФПК, инструкторов по производственной гимнастике и специалистов физической культуры и спорта. – Набережные Челны: КамГИФК, 2003. – 97 с.
3. Зеер, Э.Ф. Кризисы профессионального становления личности / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк // Психол. журнал. – 1997. – №6.1. – С. 35–44.
4. Зеер, Э.Ф. Психология профессиональных деструкций: Учебное пособие для вузов / Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. – С. 240.
5. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов высш.учеб.заведений / Е.А. Климов. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 304 с.
6. Сериков, В.В. Компетентностная модель: от идеи к образовательной программе / В.В. Сериков, В.А. Болотов // Педагогика. – 2003. – №10. – С. 32–40.

Сведения об авторе:

Кабышева Марина Ивановна, доцент кафедры физического воспитания
Оренбургского государственного университета, кандидат педагогических наук, доцент
460018, г. Оренбург, пр-т Победы, 13, ауд. 3017, тел. 8(3532) 340635, e-mail: maslova70@inbox.ru