

**Варданян Юлия Владимировна**

д-р пед. наук, профессор, заведующая кафедрой

**Варданян Людмила Валерьевна**

канд. филол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Мордовский государственный

педагогический институт им. М.Е. Евсевьева»

г. Саранск, Республика Мордовия

DOI 10.21661/r-116714

**РАЗВИВАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ КИНОТРЕНИНГА  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО**

*Аннотация: в статье обосновано влияние кинотренинга на развитие психологической безопасности профессионального будущего и способов саморегуляции процесса движения по созданной/выбранной профессиональной траектории. Установлены пути реализации психологической безопасности в студенческом сообществе, освоение которых способствует развитию регулятивной основы профессиональной стратегии и опыта ее применения.*

*Ключевые слова: психологическая безопасность, профессиональное будущее, профессиональная стратегия, саморегуляция, студент, кинотренинг, психологическое средство.*

*Исследование проводится при финансовой поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации по заданию № 2014/356 на выполнение государственных работ в сфере научной деятельности в рамках базовой части Государственного задания ФГБОУ ВО «Мордовский государственный педагогический институт имени М.Е. Евсевьева», проект «Психологическая безопасность как фактор развития и реализации профессиональной стратегии личности» (код проекта 2041).*

В настоящее время наблюдается ускорение темпов создания и внедрения инноваций в большинстве сфер современной жизни (науки, техники, промышленности, искусства, социальной жизни и др.). Под влиянием этой тенденции быстро меняется мир профессий и выполняемые в нем функции, но сформированная в студенческие годы профессиональная стратегия продолжает оставаться у большинства людей менее подвижной и мобильной. В связи с этим у выпускников российских вузов происходит быстрая девальвация освоенных профессиональных компетенций, что приводит к усилению уязвимости их психологической безопасности и ускоренному проявлению профессионального несоответствия. В этих условиях в период их обучения в вузе возрастает значение саморегуляции организационно-технологического ресурса студента, способствующего профилактике возникновения подобных проблем и повышению качества развития профессиональной стратегии.

В психолого-педагогических исследованиях выработано значительное количество продуктивных идей о широком контексте разных аспектов этой проблемы: профессиональной стратегии, психологической безопасности, саморегуляционных ресурсах личности. Начнем анализ с понимания профессиональной стратегии студента, под влиянием которой в его сознании «происходит выстраивание образа будущей профессиональной деятельности, определение своего места в предстоящем будущем и уточнение способов профессиональной самореализации в нем» [3, с. 301]. В нашем понимании, профессиональная стратегия студента – это динамическая система представлений о своем профессиональном будущем, выраженная в плане освоения профессиональной деятельности и ее последующей реализации, которая задает траекторию профессионально-личностного становления. Она конкретизируется и приобретает определенность под влиянием опыта самостоятельного планирования и построения предстоящей профессиональной деятельности, регулирования процесса ее освоения с учетом своих целей. Студент начинает понимать психологические механизмы регуляции поведения своей личности, удовлетворять и поддерживать возникающее стремление к самореализации. Как показывает анализ, вопросы саморегуляции

студентов рассматриваются под углом зрения ее сущности, содержания, структуры, способов и средств развития [5; 8 и др.].

Среди разнообразных факторов, влияющих на становление профессиональной стратегии на вузовском этапе образования, выделяется необходимость развития психологической безопасности. Раскрывая ее значение, ряд авторов подчеркивает, что «психологическая безопасность является нормой жизни для современного человека и одним из индикаторов ее качества» [2, с. 81]. В профессиональном психолого-педагогическом сообществе признается необходимость разработки «профилактических, тренинговых, коррекционных программ, направленных на развитие возможностей личности к преодолению опасных, угрожающих ситуаций, где акцент должен делаться именно на особенностях системы отношений человека к миру, себе и другим, ее адекватности, соответствия наличным условиям жизни» [9, с. 79]. В проведенных нами исследованиях подтверждено, что участие студентов подобных программах способствует развитию свойств субъекта психологической безопасности, готового «к предотвращению и преодолению внешних и внутренних негативных воздействий, опасностей, рисков, угроз, а также способного пластиично, мобильно, эффективно реагировать на них» (to prevent and overcome internal and external negative influences, hazards, risks, threats, and is also able to respond to them in a plastic, mobile and effective way) [10, p. 363]. Также доказано, что создание в вузе условий, способствующих усилению психологической безопасности, способствует «развитию реалистичной профессиональной стратегии личности на фоне усиления устойчивости позитивного психоэмоционального состояния и ожидания успеха» [4, с.16].

Художественное осмысление этих научных идей и жизненной практики, породившей их, стало сюжетом многих кинофильмов, которые обладают значительным развивающим потенциалом. Празднуемый в 2016 году в России Год кино дополнительно стимулирует к выявлению и применению этого потенциала отечественных и зарубежных фильмов.

Предположительно, развитию саморегуляции может способствовать такое средство, как кинотренинг, широко используемый в арт-терапии, который создает возможность заглянуть в сущность явлений, скрытых от глаз человека, мощными кинематографическими средствами выразительности. Их потенциал, реализуемый с разнообразным содержательным наполнением, доказан на примере развития ряда личностных свойств (эмоциональной креативности, эмпатии, социального интеллекта) в разных возрастных диапазонах [1; 6 и др.]. Однако обнаруженная фрагментарность и сюжетность, заданные контекстом решаемых научных или художественных задач, затрудняют целостную постановку и решение проблемы. Поэтому ранее кинотренинг не стал самостоятельным предметом изучения с точки зрения возможности применения в качестве средства развития регулятивной основы профессиональной стратегии студента, обеспечивающего отражение проблем психологической безопасности профессионального будущего, их обсуждение и выработку путей решения. Этим вызвана актуальность и уникальность обращения к исследованию кинотренинга психологической безопасности профессионального будущего, рассматриваемого в качестве средства развития регулятивной основы профессиональной стратегии студента.

Исследование проведено в 2016 году со студентами (бакалаврами и магистрантами) факультета психологии и дефектологии Мордовского государственного педагогического института имени М.Е. Евсеевьева. На констатирующем этапе изучено влияние кинотренинга психологической безопасности профессионального будущего на развитие саморегуляционной основы профессиональной стратегии студентов. В исследовании участвовало 45 студентов. Целью этого этапа была проверка гипотезы о вероятности существования значимой связи между оценкой отражения психологического содержания кинофильма и саморегуляции студентов. По результатам просмотра и анализа фильма «Дивергент» выявлено, что 40% респондентов обладают низким уровнем отражения его психологического содержания (эти студенты определили только целостность автор-

ской позиции); 53,3% – средним уровнем (изложили аргументированно и убедительно авторскую и свою позиции); 6,7% – высоким уровнем (успешно интегрировали в своем ответе, основанном на представленных ими теоретических положениях, практические примеры из фильма). Изучение стиля саморегуляции поведения по опроснику В.И. Моросановой [7, с. 119] показало, что особенность выдвижения и удержания целей, сформированность осознанного планирования деятельности (шкала «планирование») доминирует у 66,7% респондентов; развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях, степень их осознанности, детализированности и адекватности (шкала «моделирование») – у 20%; развитость осознанного прогнозирования собственных действий (шкала «прогнозирование») – у 40%; развитость и адекватность оценки себя и результатов своей деятельности и поведения (шкала «оценка результатов») – у 46,7%; сформированность регуляторной гибкости, т. е. способность перестраивать, вносить коррекции в систему саморегуляции при изменении условий (шкала «гибкость») – у 26,7%; развитость регуляторной автономности (шкала «самостоятельность») – у 40%. С помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена  $r_s$  обнаружено, что связь между оценкой анализа кинофильма и значением шкал по указанной методике составляет: со шкалой «Оценивание результатов»  $r_s = 0,49^{**}$ ; со шкалой «Самостоятельность»  $r_s = 0,48$  (при  $p \leq 0,05$   $r_{kp}=0,36^*$ ; при  $p \leq 0,01$   $r_{kp}=0,47^{**}$ ). Таким образом, выявлен высокий уровень значимости связи оценки кинофильма, составленной на основе анализа качества отражения его психологического содержания, с некоторыми шкалами саморегуляции («Оценивание результатов», «Самостоятельность»). Это свидетельствует о том, что использование кинофильма непосредственно влияет на изучаемые личностные свойства указанных студентов. Следовательно, подтверждена первая выдвинутая гипотеза. Это позволяет нам рассчитывать на то, что использование заданий, связанных с тематикой кинофильма, организацией процесса его восприятия и анализа под углом зрения развивающихся представлений о своем профессиональном будущем, позволит актуализировать исследуемые свойства и добиться их позитивного изменения.

На формирующем этапе на основе полученных данных разработан и апробирован кинотренинг психологической безопасности профессионального будущего. В тренинговую группу было включено 20 человек. Цель этапа: использование кинематографических средств выразительности для развития умения студентов выделять и анализировать психологические особенности путей саморегуляции деятельности, общения и отношений в процессе их воплощения с учетом условий психологической безопасности, а также перенос опыта реализации указанного умения на процесс развития профессиональной стратегии. Выдвинута гипотеза о том, что в результате реализации кинотренинга возможно возникновение значимости различий изучаемых личностных свойств студентов – его участников. Длительность кинотренинга – 9 часов (3 занятия по 3 часа). Программа кинотренинга состояла из трех блоков: «Фантазируем: что осталось за кадром» (направлен на актуализацию и развитие умения анализировать взаимодействие отдельных героев фильма с точки зрения оценки развивающего безопасно-ориентированного потенциала, формирования и развития антиципации и проективных функций; перенос тренингового опыта на анализ своего взаимодействия с окружающими; сопоставление знакомых психических фактов и явлений с формой их выражения кинематографическими средствами и др.); «Сравниваем: идентификация с героем и дистанцирование от него» (посвящен формированию и развитию эмпатии; актуализации и развитию способов вербализации собственных чувств, мыслей, эмоций вне зависимости от противоречивой оценки этих аспектов другими участниками кинотренинга; актуализации и развитию способов саморегуляции в ходе дискуссии; использованию образа для «экспериментирования» с личностными свойствами и «примеркой» их вариаций; определению собственной системы ценностей относительно саморегуляции, профессионально-личностной траектории будущего, психологической безопасности реализации выбранной направленности и др.); «Дискутируем: диалог автора фильма со зрителем» (обеспечивает анализ участниками собственных свойств личности путем подбора «цитат из фильмов» для характеристики выбранного участника

кинотренинга, защиты идеи измененного сценария фильма при условном введении в состав его героев участника кинотренинга, сочинения исповеди от имени автора о развитии сюжетных линий при рокировке главных героев фильма с героями второго плана, обсуждения проекта ремейка кинофильма с включением в его сценарий эпизодов из студенческой жизни, составления проекта сюжетных линий сценария нового фильма о психологически безопасном профессиональном будущем и др.).

На контрольном этапе исследования изучены изменения, произошедшие у участников кинотренинга. Для этого были повторно изучены исследуемые характеристики саморегуляции, а также оценено понимание психологического содержания фильма (на материале анализа мультфильма «Маша и медведь», режиссер О. Кузавков, 2009 г.). Изучение стиля саморегуляции поведения показало, что шкала «оценка результатов» преобладает у 60% респондентов; шкала «самостоятельность» – у 40%. Анализ полученных данных свидетельствует о росте автономности студентов в организации собственной активности, способности самостоятельно планировать свою деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать результаты деятельности. Данные оценки анализа мультфильма «Маша и медведь» подтверждают, что у 35% респондентов выявлен высокий уровень отражения психологического содержания мультфильма, у 50% - средний, у 15% – низкий. В целом на данном этапе увеличилась доля студентов, которые по сравнению с констатирующими этапом обладают более глубоким уровнем отражения психологического содержания фильма в контексте профессиональной стратегии и психологической безопасности личности.

С помощью критерия Пирсона  $\chi^2$  обнаружены следующие различия между значениями исследуемых параметров на констатирующем и контрольном этапах: по методике стиля саморегуляции поведения  $\chi^2 = 36,199^{**}$ , по анализу кинофильма и мультфильма  $\chi^2 = 36,213^{**}$  (при  $p \leq 0,05 \chi^2 = 30,144^*$ ; при  $p \leq 0,01 \chi^2 = 36,191^{**}$ ). Таким образом, была подтверждена гипотеза о наличии у

участников кинотренинга высокого уровня значимости различий по исследуемым параметрам до и после его проведения. Это свидетельствует о том, что кинотренинг психологической безопасности профессионального будущего является продуктивным средством развития профессиональной стратегии студентов на основе усиления профессиональной значимости их саморегуляции, что побуждает к поиску новых возможностей реализации профилактического и развивающего потенциала арт-терапии.

Таким образом, в результате поиска новых средств развития профессиональной стратегии студента в процессе исследования создан и апробирован кинотренинг психологической безопасности профессионального будущего. Согласно выработанному пониманию, разработанный кинотренинг – это форма использования заданий, связанных с тематикой кинофильма, организацией процесса его восприятия и анализа, с целью уточнения представлений студента о своем профессиональном будущем и освоения способов мобилизации саморегуляционных ресурсов, обеспечивающих развитие и реализацию профессиональной стратегии.

Кинотренинг психологической безопасности профессионального будущего создан для организации взаимодействия участников просмотра кинофильма, его обсуждения и анализа, при котором происходит освоение опыта устранения психологических опасностей и достигается включение себя в процесс преодоления собственного профессионального несоответствия тем требованиям, которые предъявляются к выпускнику вуза. Восприятие ситуаций киносюжетов, их анализ и интерпретация используются в качестве информационного и отношенческого повода для рефлексии собственных проблем осуществления выбора, принятия решений и их реализации в разнообразных жизненных ситуациях с позиции уточняющихся при этом представлений о траектории своего профессионального развития. Как показало наше исследование, участие студентов в подобном тренинге существенно обогащает профессиональную стратегию личности новым

ценным содержанием и технологиями его применения, ориентирует на устранение психологических угроз, придает мобильность процессу проектирования и реализации психологически безопасного профессионального будущего.

### ***Список литературы***

1. Ахмедзянова А.Э. Влияние кинотренинга на развитие эмпатии / А.Э. Ахмедзянова // Образование и развитие. – 2009. – №15. – С. 186–190.
2. Баева И.А. Мониторинг психологической безопасности образовательной среды и качества образования в условиях модернизации / И.А. Баева, И.С. Якиманская // Психологическая наука и образование. – 2013. – №1. – С. 81–90 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyedu.ru/> (дата обращения: 15.12.2016).
3. Варданян Ю.В. Ориентация на психологическую безопасность в образовательной среде как фактор развития профессиональной стратегии магистранта / Ю.В. Варданян // Теория и практика общественного развития. – 2015. – №22. – С. 300–302 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/item.asp?id=25021236>
4. Варданян Ю.В. Психологическая безопасность в контексте развития профессиональной стратегии студента педагогического вуза / Ю.В. Варданян // Гуманитарные науки и образование. – 2014. – №3 (19). – С. 13–18 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/item.asp?id=22805724>
5. Лазарева Л.В. Особенности профессиональной саморегуляции современного студента / Л.В. Лазарева, О.М. Назарова // Вестник Саратовского областного института развития образования. – 2016. – №1 (5). – С. 89–92.
6. Метёлкина А.А. Психологические особенности и развитие эмоциональной креативности младших школьников средствами кинотренинга / А.А. Метёлкина, Т.А. Барышева // Герценовские чтения. Художественное образование ребёнка. – 2015. – Т. 1. – №1. – С. 91–100.
7. Моросанова В.И. Стилевая саморегуляция поведения человека / В.И. Моросанова // Вопросы психологии. – 2000. – №2. – С. 118–127.

8. Неверов В.Н. Особенности изменения структуры саморегуляции в студенческом возрасте / В. Н. Неверов // Экономическая психология: прошлое, настоящее, будущее. – 2016. – №3–1. – С. 223–233.
9. Эксакусто Т.В. Особенности отношения к миру субъектов с разным профилем психологической безопасности / Т.В. Эксакусто, Ю.К. Дуганова // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. – 2014. – Т. 20. – С. 76–79.
10. Vardanyan Y.V. Psychological Defense and Safety in the Context of Development of Student's Professional Strategy / Y.V. Vardanyan, L.V. Vardanyan, A.V. Dergunova // Biosciences Biotechnology Research Asia. – 2014. – №11. – P. 357–364 [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0>