

УДК 159

DOI: 10.34670/AR.2023.62.48.005

Современные технологии в работе педагога-психолога**Малеева Елена Валентиновна**

Доцент кафедры психологии и педагогики
дошкольного и начального образования,
Российский государственный профессионально-педагогический университет
– филиал в городе Нижнем Тагиле,
622031, Российская Федерация, Нижний Тагил, ул. Красногвардейская, 57;
e-mail: ippo5@mail.ru

Темникова Елена Юрьевна

Доцент кафедры психологии и педагогики
дошкольного и начального образования,
Российский государственный профессионально-педагогический университет
– филиал в городе Нижнем Тагиле,
622031, Российская Федерация, Нижний Тагил, ул. Красногвардейская, 57;
e-mail: khramkova_1@mail.ru

Аннотация

В статье описаны современные технологии, применяемые в работе психолога: биологическая обратная связь, трансформационные игры, арт-терапия. Авторы обсуждают проблему подготовки будущих психологов к грамотному применению данных методов в работе современного педагога-психолога. Обосновывается значимость формирования у студентов необходимых ценностно-смысловых установок профессиональной психолого-педагогической деятельности, профессионально значимых личностных качеств, таких как психологическая наблюдательность, внимательность, психологическое мышление, аналитические и рефлексивные способности. Описывается опыт авторов по подготовке педагогов-психологов на факультете психолого-педагогического образования Российского государственного профессионального педагогического университета.

Для цитирования в научных исследованиях

Малеева Е.В., Темникова Е.Ю. Современные технологии в работе педагога-психолога // Психология. Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 9А. С. 30-36. DOI: 10.34670/AR.2023.62.48.005

Ключевые слова

Психотерапия, психокоррекция, биологическая обратная связь, трансформационные игры, арт-терапия, готовность к применению психологических технологий.

Введение

В последнее время в обществе в целом и в образовании в частности возникла острая потребность в психологической помощи различного рода: консультативной, коррекционной и психологического сопровождения. Причинами такой ситуации, по мнению различных ученых, выступают политические, экономические и социальные изменения в обществе. Дисбаланс и внутренняя дисгармония становятся обычным явлением для людей, которые чувствуют себя выбитыми из привычных условий существования и растерянными в целом. Существует острая необходимость в оказании квалифицированной психологической помощи нуждающимся. Подобного рода обстоятельства актуализируют задачу профессиональной подготовки специалистов, способных оказать реальную и качественную психологическую помощь людям. Важность и значимость деятельности практического психолога, востребованность специалистов данного профиля во всех областях жизнедеятельности человека выдвигают серьезные требования к качеству подготовки практических психологов.

Основная часть

Для эффективной профессиональной деятельности практическому психологу недостаточно освоить систему теоретических знаний о сущности и природе психики и ее онтогенезе. Необходимо наличие определенных ценностно-смысловых установок профессиональной психолого-педагогической деятельности, профессионально значимых личностных качеств, таких как психологическая наблюдательность, внимательность, психологическое мышление, аналитические и рефлексивные способности. Не менее важным для психолога является владение современными технологиями. Все вышеперечисленное в совокупности обеспечивает специалисту профессиональную готовность к психолого-педагогической деятельности, что подтверждают многочисленные научно-практические исследования [Бородина-Глебская, 2017; Танасьева, 2022].

Однако, как показывает многолетний опыт подготовки практических психологов на факультете психолого-педагогического образования Российского государственного профессионально-педагогического университета, существует проблема формирования профессионального самосознания будущего специалиста, которая приводит к неверному представлению студентов о практической деятельности психолога и о профессии в целом. Как следствие, будущие специалисты не уделяют должного внимания формированию и развитию у себя психологических качеств, необходимых для данной профессии. Согласно результатам опроса, проводимым нами ежегодно среди студентов второго курса (то есть в начале систематического изучения специальных профессиональных учебных дисциплин), больше половины студентов убеждены, что для успешной работы психологом им достаточно овладеть современными методиками и технологиями и быть в курсе актуальных психолого-педагогических исследований. Ценностно-смысловой и личностный аспекты профессиональной деятельности психолога респонденты указывают как второстепенные. На этот же факт указывают и другие исследователи, отмечая, что для применения современных психологических игр и тренингов недостаточно только психологических знаний и умений [Танасьева, 2022]. В частности, А.С. Танасьева отмечает, что «в связи с ростом числа различных трансформационных игр и доступности их приобретения, создателям игр нужно помнить о необходимости базового психологического образования мастеров» [там же, 178], имея в виду,

что это образование включает в себя и формирование у специалиста профессионально значимых личностных качеств.

Значимость описываемой нами проблемы подготовки психологов к использованию современных технологий обусловлена тем, что на практике отечественные психотерапевты часто применяют методы психологов, и психологи используют психотерапевтические методы психокоррекции в своей работе.

По определениям, предложенным В.А. Калягиным, «психотерапия – это область практической психологии, направленная на помощь больным людям в процессе выздоровления, адаптацию к неизлечимому заболеванию или облегчение страданий умирающего человека» [Калягин, 2007, 375]. «Психокоррекция – это совокупность психологических приемов, используемых для исправления (коррекции) недостатков психики или поведения психологически здорового человека, которые в наибольшей степени применимы к людям в период, когда личность еще находится в процессе становления, или в качестве симптоматической помощи взрослым больным» [там же, 310].

Психокоррекция часто связана с нейронауками, особенно с нейропсихологией, так как при выборе эффективных методов принимается во внимание связь психофизиологической реакцией и поведением с работой мозга и функционированием нервной системой человека. А.Р. Лурия подробно описывает взаимосвязь психологической структуры и мозговых механизмов психических процессов (внимание, память, мышление, произвольные движения и действия) и раскрывает модель трех основных блоков мозга, которая сегодня актуальна среди нейропсихологов и клиницистов.

Одним из нейрометодов, набирающим популярность у психологов, является биологическая обратная связь (БОС).

Биологическая обратная связь – это метод саморегуляции, применяемый медицинскими работниками, нейропсихологами для того, чтобы изменить ряд физиологической информации, основанной на параметрах здоровья, улучшить психопатологические симптомы и улучшить когнитивные функции. В нейропсихологии БОС применяется эффективно к психофизиологическим состояниям, таким как тревога, депрессия и синдром дефицита внимания и гиперактивности.

Для саморегуляции используются различные инструменты, например реакция кожной проводимости, температура тела, частота сердечных сокращений, частота дыхания, электроэнцефалография (ЭЭГ), а в последнее время и магнитно-резонансная томография. Совокупность данных инструментов и обоснованной теоретической базы основала новое направление в нейропсихологии – принцип биологической обратной связи, который заключается в том, чтобы обеспечить осведомленность о своем физиологическом состоянии и с помощью технологии обеспечить психофизиологический контроль. Таким образом, БОС обеспечивает организму информационную обратную связь, которая может быть скорректирована в соответствии с личными потребностями.

Кроме того, в настоящее время БОС также применима в качестве метода снижения стресса в неклинической популяции, в основном с теми клиентами, которые в повседневных ситуациях имеют сложный эмоциональный контроль (студенты, спортсмены, школьники перед экзаменами и т.д.).

Результаты исследования зарубежных специалистов (В. Климеш, Т. Клинберг, С. Энрикес-Геперт) показали, что с помощью БОС происходит улучшение внимания, памяти и положительная динамика в регуляции функций контроля в когнитивных и нервно-психических

способностях.

Описанные выше психологические технологии требуют от специалиста не только соответствующих знаний и умений, но и определенных личностных качеств. Необходимо расположить людей к себе, чтобы клиенты смогли раскрыться и рассказать о своих запросах, во время игры или тренинга требуется тонко чувствовать психическое состояние каждого участника, учитывать их индивидуальные особенности, профессионально интерпретировать результаты и помочь клиенту самостоятельно принять решение при выходе из проблемной ситуации. Специалист, владеющий только технологией проведения психологической игры или тренинга, может нанести клиенту психологическую травму (довести до истерики и слез и далее оставить клиента самостоятельно проживать данные эмоции), играть роль предсказателя и давать советы клиенту, неверно интерпретировать результаты, что в конечном итоге приведет к негативным последствиям. Кроме того, некоторые психологические технологии имеют противопоказания для отдельных категорий клиентов. Так, например, к трансформационным играм не допускаются люди с острыми депрессиями и ментальными расстройствами, так как погружение в себя и работы с ассоциациями и яркими образами могут спровоцировать непредсказуемые реакции и ухудшение состояния. Именно психолог должен точно определить психоэмоциональное состояние каждого участника игры, что невозможно сделать без развитого психологического мышления, эмпатии и психологической наблюдательности.

Решая проблему подготовки будущих психологов к применению современных психологических технологий, мы отработываем со студентами не только практическое применение различных психологических игр и тренингов, но и поведенческий компонент. Это реализуется через моделирование и проигрывание различных ситуаций взаимодействия психолога с клиентами с последующим анализом и рефлексией действий психолога.

В рамках учебной и производственной практики студенты под руководством высококвалифицированных специалистов могут пройти обучение по работе с комплексом БОС в частных образовательных организациях г. Нижний Тагил.

В образовательных организациях города студенты получают и опыт организации психологических трансформационных игр, которые психологи достаточно часто используют в работе с детьми.

В психологии трансформационные игры служат инструментом для диагностики, психопрофилактики и психокоррекции. Как отмечают отечественные психологи, данное направление в скором времени займет полноценное место наряду с традиционными направлениями.

М.Л. Новиковой описано применение трансформационной игры для самопрофилактики синдрома эмоционального выгорания у воспитателей детских образовательных учреждений [Новикова, 2020]. А.Э. Мисоченко раскрывает особенности использования трансформационных психологических игр в формировании профессиональных личностных компетенций психолога-консультанта [Мисоченко, 2020]. На нашем факультете студенты учатся самостоятельно разрабатывать и проводить подобные игры. Например, игры «Прокачка мозга», «Колесо потребностей» и другие. Так, игра «Колесо потребностей» направлена на трансформацию собственной идентичности (представлений о себе, своих целях, способностях, стратегиях достижения, ресурсах, препятствующих установках) [Климеш и др., 1998, 116].

Не менее распространенными в современной психологической практике являются и такие психотерапевтические методы, как арт-терапия, канистерапия, песочная терапия, музыкальная терапия и т.д. Многие психологи виртуозно теоретически оперируют понятиями арт-терапия,

песочная терапия, но, к сожалению, на практике их применяют неверно. По их мнению, что-то изобразить на листе, на песке и т.д. – это и есть терапевтический эффект. Например, применяя техники песочной терапии для коррекции страхов у детей, большое количество педагогов-психологов считают, что если ребенок изобразил страх (страх смерти родителей, страх темноты, страх насекомых и другие), а затем «закопал» его в песке, то проблема решена (об этом также много пишут и в научных статьях [Бородина-Глебская, 2017; Лебедева, 2003; Танасьева, 2022]).

Согласно работам Л.Д. Лебедева, арт-терапия ресурсна в первую очередь как диагностическая процедура, поскольку вплетена в терапевтический процесс, что нивелируется возможность «включения» защитных механизмов личности, и это дает возможность получить максимально точные результаты при исследовании человеческой индивидуальности [Лебедева, 2003, 14]. В этом и состоит преимущество арт-терапевтических техник.

Заключение

В ходе подготовки студентов к использованию технологий арт-терапии мы применяем следующие арт-терапевтические техники: «Дерево» (К. Кох), «Моя семья», «Дорога жизни» и другие. При этом мы акцентируем внимание обучающихся на возможных ошибках применения данных техник, таких как субъективное оценивание арт-объектов и выбор параметров этой оценки исследователем. Об этом предупреждал Г. Шоттенлоэр: «Собственная внутренняя жизнь вмешивается в мое восприятие внешнего мира и, возможно, я невольными интерпретациями увожу ребенка с его пути» [Лебедева, 2003, 33].

Применение студентами вышеописанных трансформационных игр и арт-терапевтических техник обязательно заканчивается анализом, рефлексией и оценкой выполнения психологом своих функций.

Таким образом, мы формируем у студентов необходимые профессиональные качества и понимание того, чем отличается организатор психологических игр и тренингов от высококвалифицированного психолога, владеющего современными психологическими технологиями, что, на наш взгляд, представляет одну из важных задач подготовки практических психологов.

Библиография

1. Бородина-Глебская Е.А. Проблемы подготовки будущих психологов к коллегиальным формам работы // Вестник педагогических инноваций. 2017. № 1. С. 33-39.
2. Калягин В.А., Овчинникова Т.С. Психология лиц с нарушениями речи. СПб.: КАРО, 2007. 544с.
3. Климеш В. И др. Индуцированные изменения мощности альфа-диапазона в ЭЭГ и внимании человека // Neuroscience Letters. 1998. Т 244. С. 73-76.
4. Клингберг Т. Тренировка и пластичность рабочей памяти // Trends Cogn Sci. 2010. № 14(7). С. 317-24. DOI: 10.1016/j.tics.2010.05.002.
5. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии : подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003. 256 с.
6. Макарова Е.А., Маханек П.Д., Соколова А.В., Стадник А.А. Возможности трансформационной игры «Колесо потребностей» в формировании представлений о способах удовлетворения человеческих потребностей // Ученые записки НТГСПИ. Серия: педагогика и психология. 2023. № 2. С. 115-126.
7. Мисоченко А.Э. Трансформационные психологические игры как метод формирования профессиональных личностных компетенций психолога-консультанта // Материалы Международной научно-практической конференции «Психология труда, организации и управления в условиях современных технологий: состояние и перспективы развития». Тверь, 2020. С. 204-209.
8. Новикова М.Л. Применение трансформационной игры для самопрофилактики синдрома эмоционального выгорания у воспитателей детских образовательных учреждений // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2020. № 1. С. 5-9.

9. Танасьева А.С. Трансформационные психологические игры как новый метод работы в психологии // Сборник статей XXI Международной научно-практической конференции «Актуальные вопросы современной науки и образования». В 3-х частях. Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2022. С. 177-179.
10. Энрикес-Гепперт, С., Хустер Р.Дж., Херрман Д. Улучшение работы мозга: улучшение исполнительных функций с помощью поведенческой тренировки, нейростимуляции и нейробиоуправления // Международный журнал психофизиологии. 2013.

Modern technologies in the work of an educational psychologist

Elena V. Maleeva

Associate Professor of the Department of psychology and pedagogy
of preschool and primary education,
Russian State Vocational Pedagogical University – branch in the city of Nizhny Tagil,
622031, 57 Krasnogvardeiskayastr., Nizhny Tagil, Russian Federation;
e-mail: ippo5@mail.ru

Elena Yu. Temnikova

Associate Professor of the Department of psychology and pedagogy
of preschool and primary education,
Russian State Vocational Pedagogical University – branch in the city of Nizhny Tagil,
622031, 57 Krasnogvardeiskayastr., Nizhny Tagil, Russian Federation;
e-mail: khramkova_1@mail.ru

Abstract

The article describes modern technologies used in the work of a psychologist: biofeedback, transformation games, art therapy. The authors discuss the problem of preparing future psychologists for the competent use of these methods in the work of a modern educational psychologist. The importance of forming in students the necessary value-semantic attitudes of professional psychological and pedagogical activity, professionally significant personal qualities, such as psychological observation, attentiveness, psychological thinking, analytical and reflective abilities, is substantiated. The authors' experience in training educational psychologists at the Faculty of Psychological and Pedagogical Education of the Russian State Professional Pedagogical University is described.

For citation

Maleeva E.V., Temnikova E.Yu. (2023) *Sovremennye tekhnologii v rabote pedagoga-psikhologa* [Modern technologies in the work of an educational psychologist]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (9A), pp. 30-36. DOI: 10.34670/AR.2023.62.48.005

Keywords

Psychotherapy, psychocorrection, biofeedback, transformational games, art therapy, readiness to use psychological technologies.

References

1. Borodina-Glebskaya E.A. (2017) Problemy podgotovki budushchikh psikhologov k kollegial'nym formam raboty [Problems of preparing future psychologists for collegial forms of work]. *Vestnik pedagogicheskikh innovatsii* [Bulletin of pedagogical innovations], 1, pp. 33-39.
2. Enrikes-Geppert, S., Khuster R.Dzh., Kherrman D. (2013) Uluchshenie raboty mozga: uluchshenie ispolnitel'nykh funktsii s pomoshch'yu povedencheskoi trenirovki, neirostimulyatsii i neirobioupravleniya [Improving brain function: improving executive functions through behavioral training, neurostimulation and neurofeedback]. *Mezhdunarodnyi zhurnal psikhofiziologii* [International Journal of Psychophysiology].
3. Kalyagin V.A., Ovchinnikova T.S. (2007) *Psikhologiya lits s narusheniyami rechi* [Psychology of persons with speech disorders]. Saint Petersburg: KARO Publ.
4. Klimesh V.I dr. (1998) Indutsirovannye izmeneniya moshchnosti al'fa-diapazona v EEG i vnimanii cheloveka [Induced changes in alpha range power in EEG and human attention]. *Neuroscience Letters*, 244, pp. 73-76.
5. Klingberg T. (2010) Trenirovka i plastichnost' rabochei pamyati [Training and plasticity of working memory]. *Trends Cogn Sci.*, 14(7), pp. 317-24. DOI: 10.1016/j.tics.2010.05.002.
6. Lebedeva L.D. (2003) *Praktika art-terapii : podkhody, diagnostika, sistema zanyatii* [Art therapy practice: approaches, diagnostics, system of classes]. Saint Petersburg Rech' Publ.
7. Makarova E.A., Makhanev P.D., Sokolova A.V., Stadnik A.A. (2023) Vozmozhnosti transformatsionnoi igry «Koleso potrebnosti» v formirovani predstavenii o sposobakh udovletvoreniya chelovecheskikh potrebnosti [Possibilities of the transformational game “Wheel of Needs” in the formation of ideas about ways to satisfy human needs]. *Uchenye zapiski NTGSPi. Seriya: pedagogika i psikhologiya* [Scientific notes of Nizhny Tagil State Social Pedagogical Institute. Series: pedagogy and psychology], 2, pp. 115-126.
8. Misochenko A.E. (2020) Transformatsionnye psikhologicheskie igry kak metod formirovaniya professional'nykh lichnostnykh kompetentsii psikhologa-konsul'tanta [Transformational psychological games as a method of developing professional personal competencies of a consultant psychologist]. In: *Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Psikhologiya truda, organizatsii i upravleniya v usloviyakh sovremennykh tekhnologii: sostoyanie i perspektivy razvitiya»* [Proc. Int. Conf. “Psychology of Work, Organization and Management in the Conditions of Modern Technologies: State of the Art and Development Prospects”]. Tver', pp. 204-209.
9. Novikova M.L. (2020) Primenenie transformatsionnoi igry dlya samoprofilaktiki sindroma emotsional'nogo vygoraniya u vospitatelei detskikh obrazovatel'nykh uchrezhdenii [The use of transformational games for self-prevention of emotional burnout syndrome among teachers of children's educational institutions]. *Nauchnye trudy Moskovskogo gumanitarnogo universiteta* [Scientific works of the Moscow Humanitarian University], 1, pp. 5-9.
10. Tanas'eva A.S. (2022) Transformatsionnye psikhologicheskie igry kak novyi metod raboty v psikhologii [Transformational psychological games as a new method of work in psychology]. In: *Sbornik statei XXI Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Aktual'nye voprosy sovremennoi nauki i obrazovaniya». V 3-kh chastyakh* [Proc. Int. Conf. “Current Issues of Modern Science and Education”. In 3 parts]. Penza: Nauka i Prosveshchenie (IP Gulyaev G.Yu.) Publ., pp. 177-179.