

DOI: 10.12731/2218-7405-2013-9-77

УДК 378.015.323 (045)

МОДЕЛЬ ТРЕНИНГА ЖИЗНЕННОГО УСПЕХА*

Лежнева Е. А.

В статье обосновывается актуальность развития мотива достижения успеха в подростковом возрасте. Определено значение мотива достижения успеха на дальнейшее развитие подростка: действенный мотив достижения мобилизует внутренние силы для реализации успешной деятельности, обеспечивает активное включение подростка в социальные и межличностные отношения. В качестве основного средства развития мотива достижения успеха рассматривается тренинг. Автором дано определение «тренинг жизненного успеха», создана модель тренинга жизненного успеха, представлены и охарактеризованы его блоки (целевой, содержательный, технологический, результативный), раскрываются технологии развития успешной жизненной стратегии, используемых в процессе тренинга (самопрезентации, целеполагания, стимулирования, субъектной ориентации, смыслообразования). Автор обращает внимание на необходимость подготовки будущего психолога к развитию мотива достижения успеха подростков через овладение им компетентности в области построения модели тренинга жизненного успеха, и его реализации в процессе профессиональной деятельности. В качестве основных средств подготовки студента-психолога к применению тренинга жизненного успеха выделены дополнительная образовательная программа и психологический кружок.

* Работа проводилась при поддержке Минобрнауки РФ в рамках Программы стратегического развития «Педагогические кадры для инновационной России» (госзадание № 2 от 16.03.2013 г.).

Ключевые слова: мотив достижения успеха, подростковый возраст, тренинг, модель, технологии развития успешной жизненной стратегии, подготовка будущего психолога.

MODEL OF TRAINING OF SUCCESS IN LIFE

Lezhneva E.A.

The article explains the importance of the development of motive to succeed in adolescence. It is determined the value of the motive to achieve success in the further development of the teenager: a motive to achieve effective internal forces mobilized for the implementation of successful operation ensures the active involvement of teenagers in social and interpersonal relationships. As the primary means of motive development success is considered training. The author provides a definition of "training for success in life," creates a model of training for success in life, and describes its units (targeted, informative, technological, productive), reveals the successful development of the technology life strategy used during the training (self-presentation, targets, incentives, subject-orientation). The author pays attention to the need for a future psychologist to develop teenagers' motive to achieve success through the mastery of competence in constructing a model of training for success in life, and its implementation in the course of professional activities. The main means of training students of psychology to the use of training success in life identified the additional educational programs and psychological section.

Keywords: motive to achieve success, teens, training, a model, the technology development of successful life strategy, the preparation of the future psychologist.

Осмысление проблемы успешности подрастающего поколения становится все более актуальной в связи с существенными изменениями в обществе. Современное российское общество нуждается в молодых людях, ориентирован-

ных на социально значимый успех и позитивную самореализацию во всех сферах жизнедеятельности. В подобной ситуации становится необходимым повышение уровня мотивации личности к достижению успеха.

D. С. McClelland определяет мотив достижения как устойчиво проявляемую потребность индивида добиваться успеха в различных видах деятельности [7]. Люди, мотивированные на успех, предпочитают средние по трудности или слегка завышенные цели, настойчивы при стремлении к цели, готовы взять на себя ответственность, активны, деятельны, стремятся к самореализации.

Как отмечают О. И. Ключко и Е. И. Татюшева, особенностями жизненных перспектив подросткового возраста является «выраженная потребность в социальном признании, отсутствие адекватной оценки своих реальных возможностей, низкий уровень осознания жизненных целей, преобладание внешней мотивации, при этом высокий уровень поставленных целей и ценностей не поддерживается собственной активностью» [4]. С другой стороны, подростковый возраст отличается и массой положительных факторов: возрастает самостоятельность ребенка, значительно расширяется и существенно изменяется сфера его деятельности, изменяются его мотивы. Главное, данный период отличается выходом ребенка на качественно новую социальную позицию, в которой реально формируются стремления к самопознанию, самоутверждению и самосовершенствованию. В подростковом возрасте существует устойчивая тенденция детей к активности, укреплению и углублению стремления к самореализации [2; 9].

Таким образом, наиболее значимым для развития личностных свойств, обуславливающих актуализацию мотивацию достижения успеха, является подростковый возраст, который является особым этапом в развитии социальной активности ребенка. Социальная ценность подросткового возраста подчеркивает важность поиска путей и способов целенаправленного развития мотивации достижения успеха. Одним из эффективных методов развития мотивации достижения успеха являются тренинги. Их применение связано с потребностью в

изменениях, повышающих вероятность успеха в различных видах деятельности, личностного благополучия, создания условий для изменения ценностей, интересов, мотивов. Поэтому одним из приоритетных направлений деятельности являются мотивационные тренинги, в частности, тренинги по формированию стратегии достижения успеха. «Проведение тренинга развития мотивации достижения успеха обеспечивает действенность потребности в самоактуализации, готовит к успешной жизнедеятельности, а, следовательно, к становлению успешной жизненной стратегии. Фактически тренинг мотивации достижения превращается в тренинг жизненного успеха» [1, С. 82].

Тренинг жизненного успеха – это психолого-педагогическая технология, направленная на приобретение умений и навыков построения успешной жизненной стратегии, и компетенций, обеспечивающих ее реализацию на основе личностно-значимого изменения мотивационно-ценностной структуры личности человека.

Несмотря на актуальность применения тренинга жизненного успеха, до настоящего времени не разработана его модель, что подчеркивает необходимость ее создания. Нами разработана модель тренинга жизненного успеха, включающая несколько взаимосвязанных блоков: **целевой, содержательный, технологический, результативный**. Раскроем подробнее содержание каждого блока модели.

Целевой блок состоит из *цели и задач тренинга жизненного успеха*. *Целью* тренинга жизненного успеха является выявление и осознание жизненных ценностей, их значимости и развитие компетенции по их применению при ценностно-смысловой ориентации стратегии достижения жизненного успеха. В ходе тренинга жизненного успеха решаются *следующие задачи*:

1. Создание условий для актуализации жизненных ценностей;
2. Повышение стремления к наибольшему проявлению возможностей личности, способности к самореализации;
3. Развитие навыков целеполагания;

4. Формирование опыта ценностно-смысловой регуляции поведения на основе стратегии достижения жизненного успеха.

Содержательный блок представлен *стадиями тренинга жизненного успеха и условиями достижения его эффективности*. Охарактеризуем *стадии* тренинга жизненного успеха:

1) *начальная (мотивационно-ориентирующая)* – включает в себя: изучение уровня сформированности мотивации достижения успеха подростков, создание их причастности к содержанию тренинга, осознание ими потребности в достижении успеха, формирование ориентации на привлекательность успеха;

2) *основная (обучающее-развивающая)* – направлена на развитие мотивационно-ценностного потенциала подростков; обучение их умению осознавать мотивы собственного поведения, деятельности и лежащие в их основе ценности, ставить и достигать цели; освоение навыков самопрезентации; овладение системой способов достижения успеха;

3) *завершающая (самоактуализационно-ориентирующая)* – характеризуется практическим применением и закреплением в поведении участников знаний, умений, компетенций по реализации активной жизненной стратегии поведения в соответствии с действенным мотивом достижения успеха и потребностью в самоактуализации.

Достижение эффективности тренинга жизненного успеха может быть достигнуто в результате *условий*, к которым относятся: наличие постоянного состава тренинговой группы; следование определенным принципам проведения тренинга (активности, систематичности и последовательности, объективации и рефлексии поведения, нацеленности на эффективность); компетентность тренера, его специальная подготовка и готовность к проведению тренинга жизненного успеха; посттренинговое сопровождение, заключающееся в последующей психолого-педагогической поддержке участников тренинга через систему специально организованных мероприятий с целью закрепления и поддержания личностных и поведенческих изменений; принятие участником тренинга актив-

ной позиции как основы развития мотива достижения успеха и его преобразования в личностный смысл; адекватное представление подростка о своих способностях; развитие личностных качеств, способствующих становлению мотива достижения успеха (интернальный локус контроля, субъектность, ценностные ориентации).

Технологический блок включает в себя применение на всех стадиях тренинга *технологий развития успешной жизненной стратегии*: самопрезентации, целеполагания, стимулирования, субъектной ориентации, смыслообразования.

Технологии самопрезентации – это система психолого-педагогических средств, методов, способов и приемов развития компетенций представления и предъявления своих личностных качеств (коммуникабельности, уверенности в себе, открытости, надежности, ответственности и т. д.), которые способствуют достижению успеха.

Технологии целеполагания – это система психолого-педагогических средств, методов, способов и приемов анализа ценностей и важных жизненных установок, развития умения ставить объективные, точные цели, реализации конкретных путей и средств их достижения, осмысления своей деятельности.

Технологии стимулирования – это система психолого-педагогических средств, методов, способов и приемов осознания, актуализации и развития мотива достижения успеха, а также практического использования участниками тренинга приобретенных знаний и умений, способов поведения в реальных жизненных ситуациях.

Технологии субъектной ориентации – это система психолого-педагогических средств, методов, способов и приемов осознания личной ответственности подростка за свои поступки и действия, развития своих возможностей и реализации их в деятельности, общении, поведении.

Технологии смыслообразования – это система психолого-педагогических средств, методов, способов и приемов осознания, развития и реализации ценностей успеха, совершенствования, самоактуализации, и их принятия в качестве системообразующих.

Результативный блок отражает *сформированность* в процессе тренинговой работы *следующих показателей*: ценностное отношение к успеху; самостоятельность, выражающаяся в принятии подростками личной ответственности за успех дела, и проявление ими активности, инициативности; развитый уровень самоорганизации и самоконтроля, выражающийся в стремлении к самореализации, самоактуализации.

Разработанная модель может быть использована как источник становления компетентности будущего психолога в реализации тренинга жизненного успеха, что позволит продуктивно решать задачу развития мотива достижения успеха подростков.

Необходимость подготовки профессиональных психологов обусловлена растущей потребностью общества продуктивно решать проблемы в различных сферах и областях повседневной жизни. Поэтому закономерно возрастают требования к качеству подготовки студента к решению современных задач и поиска новых условий его профессионально-личностного развития в системе вузовского образования [6; 8]. Так, на факультете психологии и дефектологии Мордовского государственного педагогического института имени М. Е. Евсевьева профессиональная подготовка психологов осуществляется на базе научно-исследовательских лабораторий, научно-образовательных центров, образовательных учреждений, что «позволяет обеспечивать создание и реализацию современных практико-ориентированных, но вместе с тем научно-обоснованных продуктов для самых разных сфер и слоев общества» [3].

Для обеспечения целенаправленного процесса освоения и применения будущим психологом модели тренинга жизненного успеха, в рамках научно-исследовательской лаборатории «Развитие профессиональной компетентности

педагога и психолога в системе непрерывного образования» нами была разработана и введена в образовательный процесс Мордовского государственного педагогического института имени М. Е. Евсевьева дополнительная образовательная программа «Проектирование и реализация тренинга с учащимися», также был организован психологический кружок «Психология жизненного успеха». В процессе освоения дополнительной образовательной программы и участия в психологическом кружке было обеспечено сформированность у студентов:

– *знаний*: о мотивации достижения; структурных компонентах мотива достижения успеха; психологических условиях развития мотива достижения успеха в подростковом возрасте; целях и задачах тренинга жизненного успеха; особенностях организации тренинга жизненного успеха с учащимися подросткового возраста;

– *умений*: реализовывать психолого-педагогические приемы развития мотива достижения успеха; проектировать модель тренинга жизненного успеха; применять психотехники, используемые для тренинга жизненного успеха; осуществлять тренинг жизненного успеха с учащимися подросткового возраста.

Процесс профессионального роста будущего психолога раскрывается как постепенное развитие компонентов готовности к проектированию и реализации тренинга: личный опыт многократного участия в психологических тренингах, знакомство с теоретическими основами тренинговых методов, развитие профессионально важных качеств, необходимых ему для тренерской работы, овладение инструментарием, т. е. совокупностью всех психологических техник и приемов, используемых в тренинге жизненного успеха [5].

Таким образом, подготовка будущего психолога к реализации представленной модели тренинга жизненного успеха обеспечит компетентное решение задачи развития успешной жизненной стратегии учащихся подросткового возраста.

Список литературы

1. Варданян Ю.В., Лежнева Е.А. Тренинг как средство развития мотивации достижения жизненного успеха подростков // Российский научный журнал. 2012. № 5 (30). С. 78-84.
2. Доноева Ю.В. Исследование особенностей установок на здоровый образ жизни у современных подростков // Гуманитарные науки и образование. 2011. № 1. С. 103-106.
3. Карпунина О.И. Факультет психологии и дефектологии: инновации и перспективы развития // Гуманитарные науки и образование. 2012. № 2. С. 28-31.
4. Ключко О.И., Татюшева Е.И. Гендерная асимметрия жизненных перспектив школьников разного возраста // Гуманитарные науки и образование. 2012. № 1. С. 82-86.
5. Лежнева Е.А. Готовность будущего психолога к проектированию и реализации тренинга жизненного успеха: проблемы и пути решения // материалы Международного молодежного научного форума «Ломоносов-2013». URL: http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2013/2245/57570_72a0.pdf (дата обращения: 24.06.2013)
6. Махлова О.А. Структура творческой готовности к профессиональной деятельности у будущих практических психологов // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал), № 6 (14), 2012. URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/6/makhlova.pdf> (дата обращения: 26.06.2013).
7. McClelland, D.C. The achieving society. Princeton, N. J.: Van Nostrand, 1961. 401 p.
8. Федина Л.В. Содержание смысложизненных ориентаций студентов педагогов-психологов // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал), № 9 (17), 2012. URL: <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/9/fedina.pdf> (дата обращения: 26.06.2013).

9. Фельдштейн Д.И. Мир Детства в современном мире (проблемы и задачи исследования). Воронеж: Модек, 2013. 335 с.

References

1. Vardanyan Yu.V., Lezhneva E.A. *Trening kak sredstvo razvitiya motivatsii dostizheniya zhiznennogo uspekha podrostkov* [Training as the mean of development of motivation of achievement of vital success of teenagers], no. № 5 (2012): 78-84.

2. Donoeva Yu.V. *Issledovanie osobennostey ustanovok na zdorovyy obraz zhizni u sovremennykh podrostkov* [Research of features of the plants for a healthy lifestyle in modern teenagers], no. № 1 (2011): 103-106.

3. Karpunina O.I. *Fakul'tet psikhologii i defektologii: innovatsii i perspektivy razvitiya* [Faculty of psychology and defectology: innovations and development prospects], no. № 2 (2012): 28-31.

4. Klyuchko O.I., Tatyusheva E.I. *Gendernaya asimmetriya zhiznennykh perspektiv shkol'nikov raznogo vozrasta* [The gender asymmetry of the life prospects of schoolchildren of different ages], no. № 1 (2012): 82-86.

5. Lezhneva E.A. *Gotovnost' budushchego psikhologa k proektirovaniyu i realizatsii treninga zhiznennogo uspekha: problemy i puti resheniya* [The willingness of future psychologist for the design and implementation training for success in life: problems and solutions]. http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2013/2245/57570_72a0.pdf (accessed: June 24, 2013).

6. Makhlova O.A. *Struktura tvorcheskoy gotovnosti k professional'noy deyatel'nosti u budushchikh prakticheskikh psikhologov* [The structure of the creative readiness for professional activity of the future practical psychologists]. <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/6/makhlova.pdf> (accessed: June 26, 2013).

7. McClelland, D.C. *The achieving society*. Princeton, N. J.: Van Nostrand, 1961. 401 p.

8. Fedina L.V. *Soderzhanie smyslozhiznennykh orientatsiy studentov pedagogov-psikhologov* [The content of life-meaningful orientations of students of educational psychologists]. <http://sisp.nkras.ru/e-ru/issues/2012/9/fedina.pdf> (accessed: June 26, 2013).

9. Fel'dshteyn D.I. *Mir Detstva v sovremennom mire (problemy i zadachi issledovaniya)* [World of Childhood in the modern world (problems and tasks of the research)]. Voronezh: Modek, 2013. 335 p.

ДАННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Лежнева Екатерина Александровна, аспирант кафедры психологии, ассистент кафедры психологии

*Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева
ул. Студенческая, 11-а, г. Саранск, 430007, Республика Мордовия, Россия*

e-mail: eklezzz@ya.ru

SPIN-код в SCIENCE INDEX: 2827-9167

DATA ABOUT THE AUTHOR

Lezhneva Ekaterina Aleksandrovna, graduate student, the assistant, chair of Psychology

Mordovian State Pedagogical Institute named by M. E. Evsevev

Studencheskaya Street, 11-a, the city of Saransk, 430007, Republic of Mordovia, Russia

eklezzz@ya.ru

Рецензент:

Варданян Ю. В., зав. кафедрой психологии, доктор педагогических наук, профессор, Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева