

УДК 159.923.2:303.094.4:316.35.331.54

Белова М. Э.

кандидат психологических наук, доцент
доцент кафедры социальной и прикладной психологии
Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова
e-mail: p_margarita@ukr.net

АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ОСНОВАМ ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

В статье представлены результаты апробации программы занятий, предназначенной для обучения студентов отделения психологии теоретическим и практическим основам организации и проведения социально-психологического тренинга. Психологический тренинг представляет собой один из методов интерактивного обучения, является сегодня более чем востребованным в различных сферах жизнедеятельности, так как помогает связать теоретические знания с практикой, способствует развитию творческих способностей личности, совершенствованию навыков коммуникации и профессионального мастерства, открывает пути самоактуализации личности. Предлагаемый обучающий курс способствует приобретению навыков осмысленного применения теоретического и практического знания, которое накапливается в период обучения будущих психологов. Использование активных и интерактивных форм и методов обучения обеспечивает эффективное усвоение знаний вследствие включения их в систему индивидуального опыта студента.

Ключевые слова: социально-психологический тренинг, метод интерактивного обучения.

Постановка проблемы. Изменение социокультурной среды, экономико-политическая трансформация украинского общества, смена приоритетов и социальных ценностей, внедрение новых информационных технологий влияют на изменение характера и функций профессионального образования. В силу современных требований система образования в высшей школе претерпевает сегодня большие изменения. Модернизация отечественной системы высшего образования предусматривает подготовку нового поколения специалистов. Базовая подготовка психологов не только требует углубленного изучения теоретических аспектов различных психологических дисциплин, но и наличия более широких возможностей для отработки необходимых специалисту практических навыков и умений непосредственно в процессе обучения. В связи с этим встает вопрос подготовки квалифицированного специалиста, способного гибко адаптироваться к постоянно меняющимся условиям профессиональной среды, а именно — не только самостоятельно получать новые необходимые теоретические знания, умело применять их в практической деятельности, но и видеть трудности, которые возникают в психологической практике и находить пути их рационального преодоления. Это, в свою очередь, является базой для осознано-

го управления развитием собственной личности, формирования основных целей жизнедеятельности, оптимизации использования собственных интеллектуальных, эмоциональных, духовных резервов.

Соответственно, актуален интенсивный переход к обретению навыков осмысленного применения теоретического и практического знания, которое накапливается в период обучения, непосредственно в процессе профессиональной подготовки специалистов-психологов. Это обуславливает использование активных и интерактивных форм и методов обучения, благодаря которым происходит эффективное усвоение знаний вследствие включения их в систему индивидуального опыта студента, тем самым активизируя его познавательную активность, одним из проявлений которой, как известно, является возрастающий интерес к профессиональной деятельности.

Анализ последних исследований и публикаций. Психологический тренинг, представляя собой один из методов интерактивного обучения, является сегодня более чем востребованным в различных сферах жизнедеятельности, так как помогают связать теоретические знания с практикой, способствует развитию творческих способностей личности, совершенствованию навыков коммуникации и профессионального мастерства, открывает пути самоактуализации личности. Проблема методологии социально-психологического тренинга (СПТ) рассматривается многими отечественными (Большаков В. Ю., Вачков И. В., Евтихов О. В., Емельянов Ю. Н., Жуков Ю. И., Зайцева Т. В., Захаров В. П., Ковалев Г. А., Козлов Н. И., Макаров Ю. В., Макшанов С. И., Петровская Л. А., Растянный П. В., Сидоренко Е. В. и др.) и зарубежными (Джейкобс Д., Джеймс М., Джонгвард Д., Дэвид П., Рудестам К., Торн К., Меер Д., Фрейгер Р. и др.) исследователями. И. В. Вачков предлагает определить тренинг как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы и организации с целью гармонизации профессионального и личностного бытия человека [1]. Емельянов Ю. Н. видит СПТ как группу методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности [2]. Зайцева Т. В. считает СПТ — областью практической психологии, ориентированной на использование активных методов групповой психологической работы с целью повышения компетентности в общении [3]. В работах Петровской Л. А. СПТ определяется как форма психологического воздействия в процессе интенсивного обучения в групповом контексте [4]. Таким образом, общей целью психологического тренинга является повышение компетентности в общении, что может быть конкретизировано в ряде задач, формулировка которых связана с получением знаний, формированием умений, навыков; развитием установок, определяющих поведение в общении; развитием перцептивных способностей человека, коррекцией и развитием системы отношений личности.

В настоящее время издаётся большое количество литературы с описанием тренинговых программ, различных технологий, упражнений, многие из которых предназначены для широкого круга читателей. Обилие информации стимулирует интерес к возможностям тренинговой практики. Пси-

хологические тренинги сегодня становятся востребованным и коммерчески привлекательным продуктом реализации, привлекая к их организации не только специалистов, но и тех, кто не знаком с логикой и закономерностями построения тренинга, методикой использования исследовательских, формирующих и развивающих упражнений, не владеет методами краткосрочной психологической помощи, способами управления групповой динамикой и т. д.

Подготовка квалифицированного тренера — процесс, который включает в себя как глубокое усвоение базовых теоретических знаний, так и серьезную практическую подготовку. Многие выпускники психологических вузов, хорошо освоившие теорию, осознавая степень ответственности психолога, опасаются проводить тренинг из-за отсутствия практического опыта, что, безусловно, сужает возможности трудоустройства молодых специалистов.

Таким образом, имеются основания утверждать, что назрела необходимость расширения сферы использования активных методов обучения в процессе практической подготовки студентов-психологов, в частности, в процессе обучения организации и проведению социально-психологических тренингов, что и обусловило **проблематику** данной статьи.

Цель статьи — представить авторскую программу занятий, предназначенную для обучения студентов отделения психологии.

Результаты исследования. Разработанная и апробированная программа занятий для студентов-психологов включает два блока: теоретический и практический. Первый блок — теоретический: — спецкурс «Теоретические основы социально-психологического тренинга» — является компонентом в структуре базового психологического образования и наряду с другими курсами закладывает основы профессиональной подготовки студентов. Теоретической базой спецкурса являются такие дисциплины как общая психология, социальная психология, психология личности, возрастная психология, психодиагностика, основы психологического консультирования, основы психотерапии. Основное назначение спецкурса связано с формированием у студентов фундаментальных общепсихологических знаний через призму методологии социально-психологического тренинга. Проблема методов и способов формирования личности будущего психолога-профессионала — одна из наименее изученных в современной науке. Так, И. Г. Тимощук считает, что формирование морально-этической ответственности будущего психолога должно идти параллельно с развитием автономности личности, и это возможно благодаря организованной, целенаправленной работе с помощью активных методов социально-психологического обучения [5].

В рамках спецкурса раскрывается значение основных теоретических понятий, необходимых для успешного освоения студентами основных методологических подходов и путей использования современных технологий практической психологии в целях организации и проведения социально-психологического тренинга. Основными заданиями учебной дисциплины являются следующие: изучение теоретических аспектов методики проведения социально-психологического тренинга; овладение и дальнейшее свободное оперирование профессиональной терминологией, используемой

в данной сфере практической деятельности; ознакомление с внутренней средой и организационными аспектами социально-психологического тренинга, с основными направлениями тренинговой деятельности и технологиями ее проведения; формирование у студентов внутренней профессиональной мотивации, навыков профессионального общения.

Изучение курса предусмотрено в течение одного семестра. Учебный материал распределен на два смысловых модуля. В процессе занятий освещаются и обсуждаются основные вопросы курса. Как известно, теоретическими основами психологического тренинга стал широкий спектр разнообразных теоретических подходов и концепций: бихевиоризм (Б. Скиннер, А. Бандура), гуманистическая психология (К. Роджерс, А. Маслоу), психоанализ (В. Беннис, Г. Шеппард и др.), гештальттерапия (Ф. Перлз), социодрама и психодрама (Дж. Морено), школа групповой динамики (К. Левин) и др. Многообразие теоретических оснований и трактовок самого понятия «тренинг» требует изучения истории возникновения группового социально-психологического обучения и его преимущества перед индивидуальным обучением; разновидностей тренинговых групп, их целей, принципов организации и т. д., поскольку определяет технологии, методики и техники тренинговой практики.

Безусловно, профессионализм будущего психолога требует знания возможностей, условий и механизмов изменения личности участника в процессе социально-психологического тренинга. Вопросы, касающиеся основных методов социально-психологического тренинга, структуры и динамики тренинговой группы, ее роли в процессе тренинговой работы и другие, предложены студентам к изучению в первом модуле. Во втором модуле излагаются основные принципы конструирования программы социально-психологического тренинга и оценки ее эффективности; основные принципы реализации тренинговых методов, критерии классификаций тренинговых упражнений; этапы работы по созданию тренинговых техник и др.

Предполагается, что после усвоения программы курса студенты будут свободно владеть профессиональной терминологией, которая существует в данной сфере; владеть основными теоретическими моделями тренингового взаимодействия и общей проблематикой СПТ; освоят теорию групповой динамики психотерапевтического процесса и этические нормы работы практического психолога-тренера; будут свободно ориентироваться в современных формах группового социально-психологического тренинга, грамотно ставить и решать задание при организации и проведении тренинга.

Теоретический блок предложенного курса в значительной степени связан с прикладными заданиями современной психологии и представляет логическую основу «Практикума социально-психологического тренинга», в ходе которого студенты смогут применить полученные знания в практической деятельности в процессе разработки, организации и реализации собственной тренинговой программы.

Практические занятия по дисциплине состоят из самостоятельной разработки студентами программы тренинга в рамках предложенной тематики на основе теоретических знаний, которые были получены в процессе

изучения дисциплины «Теоретические основы СПТ», проведения тренинга по разработанной программе и анализа тренингов, которые студенты посещают в качестве участников. Работа в микрогруппах по 2–4 человека при подготовке и проведении тренинга способствует лучшему усвоению теоретических и практических навыков тренинговой работы. Кроме того, посещение тренингов в качестве участников предоставляет возможности приобретения практического опыта групповой динамики с помощью метода «включенное наблюдение», который улучшает результаты теоретической и практической подготовки будущих психологов. Каждый студент в сотрудничестве с одним-двумя коллегами участвует в разработке и реализации собственной тренинговой программы, а также имеет возможность посетить восемь тренингов различной тематики, предложенных его сокурсниками. Таким образом, данный подход к обучению способствует не только развитию профессиональной компетенции будущего специалиста, но и совершенствованию различных личностных характеристик [6].

Тренинговое занятие продолжается четыре академических часа и включает непосредственно тренинг, обратную связь участников и студентов-тренеров, а также обязательную супервизорскую оценку преподавателя. Также каждый студент составляет письменный отчет о своих впечатлениях от посещенного тренинга, что способствует более глубокой рефлексии происходящего.

Накопление практического опыта в процессе тренинга, во время которого происходит свободный обмен мнениями, жизненным опытом, осуществляется совместный поиск решения проблем, вырабатываются адаптивные тактики поведения как в обычных, так и нестандартных и кризисных ситуациях, совершенствуются коммуникативные навыки, создает возможности для его рефлексии как с позиции тренера, так и с позиции участника, что, безусловно, способствует усилению обучающего эффекта.

Традиционно в педагогической модели преподавания различных дисциплин в высшей школе ведущее, доминирующее положение отводится преподавателю. Он определяет все параметры процесса обучения: цели, содержание, формы и т. д. Студент — занимает подчиненное положение и не имеет возможности серьезно влиять на различные аспекты обучения. Таким образом, в классической педагогике понятие «обучение» сводится к понятию «преподавание», и обучающемуся зачастую отводится роль пассивного приемника передаваемого ему опыта. Данная модель вполне закономерна и даже необходима для достижения определенных целей обучения.

Однако с целью совершенствования образовательного процесса, на наш взгляд, необходимо внедрение в обучающие программы высшей школы в большей степени андрагогической модели обучения. Андрагогическая модель обучения, согласно С. И. Змееву, предполагает организацию деятельности обучающегося и обучающего, при которой реализуются следующие механизмы:

– обучающийся в силу объективных причин (сформированность определенных личностных характеристик, имеющийся жизненный опыт и т. д.) играет ведущую роль в организации процесса обучения, определяя совмест-

но с обучающим все его параметры: цели, содержание, формы и методы, средства и источники обучения.

– обучающий выступает в роли консультанта, эксперта по технологии обучения, оказывая обучающемуся помощь в организации процесса обучения [7]. Предложенная М. Т. Громковой андрагогическая концепция образования исходит из методологической установки о том, что взрослый человек — это субъект образовательных процессов с активной позицией взаимодействия с окружающими, направленной на формирование профессионализма [8].

С точки зрения преподавания теории и практики тренинговой работы такой подход наиболее целесообразен, так как в фокусе внимания оказываются роль и функции самого студента и определяющим является его взаимодействие со всеми остальными элементами процесса обучения.

Особое внимание в программе уделяется пониманию проблематики и роли тренингов в процессе развития организации, так как в дальнейшем это позволит будущим психологам точно определять потребности заказчика, четко формулировать цели тренинга и наполнять его адекватным содержанием.

Программа предполагает освоение и развитие *ключевых тренерских компетенций*: системного мышления, понимания организационного контекста, поведенческой гибкости, коммуникативных навыков, умения презентовать себя и свой тренинг перед заказчиком и участниками тренинга, владения основными инструментами и методами тренинга, умения влиять на других, умения управлять собственными и чужими эмоциями.

Студентам предлагаются к разработке и проведению темы наиболее востребованных тренингов личностного роста (тренинг сензитивности, тренинг ораторского мастерства, тренинг развития творческого потенциала личности и др.) и бизнес-тренингов (коммуникативный тренинг, тренинг продаж, тренинг переговоров, управленческий тренинг, тренинг формирования команды, тайм-менеджмент и мотивационный тренинг). Однако, по желанию, тема может быть выбрана самостоятельно и согласована с преподавателем.

Выводы. Главной отличительной чертой предлагаемого нами подхода к обучению будущих психологов основам тренерской работы является обогащение традиционных методов усвоения информации новыми, нетрадиционными приемами и способами, которые направлены на формирование и развитие у студентов творческого самостоятельного мышления, активизацию познавательной деятельности, умений нестандартного решения определенных профессиональных проблем, совершенствования навыков межличностного общения. На основании опыта работы мы можем констатировать, что представленная программа обучения способствуют творческому отношению студентов к дидактическому процессу и его результатам, стимулирует познавательную активность, способствует саморазвитию профессионально-личностных качеств студентов. Этому способствует нестандартный характер учебно-познавательной деятельности в процессе подготовки и проведения тренинга в качестве тренера; игровой характер занятий; атмосфера здорового соперничества; благоприятная эмоциональная

атмосфера занять, проявляючеся чувство ответственности и ощущение собственной значимости.

Результаты нашей практической работы по формированию умений и навыков тренерской работы будущих практических психологов показали, что предложенный подход к обучению основам теории и практики организации и проведения социально-психологического тренинга, творческая обстановка и доверительная атмосфера рабочей группы способствуют углубленному освоению учебной дисциплины, раскрытию профессионально-личностного потенциала каждого участника и более эффективному усвоению знаний, выработке умений и навыков.

Список использованных источников и литературы

1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / Вачков И. В. — М: Ось-89, 1999. — 256 с.
2. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Емельянов Ю. Н. — Ленинград: Издательство Ленинградского университета, 1985. — 166 с.
3. Зайцева Т. В. Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие / Зайцева Т. В. — СПб.: Речь, 2002. — 80 с.
4. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг / Петровская Л. А. — М.: Изд. МГУ, 1989. — 216 с.
5. Тимощук И. Г. Специфика формирования ответственности психолога-практика / И. Г. Тимощук // Практическая психология и социальная работа. — 2004. — № 7. — С. 9–15.
6. Яценко Т. С. Активное социально-психологическое обучение: теория, процесс, практика: Учебное пособие / Яценко Т. С., Кмит Я. М., Алексеенко Б. М. — Хмельницкий: НАПВУ, 2002. — 792 с.
7. Змеёв С. И. Андрагогика: основы теории, истории и технологии обучения взрослых / Змеёв С. И. — М.: ПЕР СЭ, 2007. — 272 с.
8. Громкова М. Т. Андрагогика: теория и практика образования взрослых: Учеб. пособие для системы доп. проф. образования; для студентов вузов / М. Т. Громкова. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2005. — 495 с.

References

1. Vachkov I. V. Osnovy tekhnologii gruppovogo treninga / Vachkov I. V. — M.: Os'-89, 1999. — 256 s.
2. Emel'ianov Iu. N. Aktivnoe sotcial'no-psihologicheskoe obuchenie / Emel'ianov Iu. N. — Leningrad: Izdatel'stvo Leningradskogo universiteta, 1985. — 166 s.
3. Zai'tceva T. V. Teoriia psihologicheskogo treninga. Psihologicheskii trening kak instrumental'noe dei'stvie / Zai'tceva T. V. — SPb.: Rech', 2002. — 80 s.
4. Petrovskaia L. A. Kompetentnost' v obshchenii. Sotcial'no-psihologicheskii' trening / Petrovskaia L. A. — M.: Izd. MGU, 1989. — 216 s.
5. Timoshchuk I. G. Spetsifika formuvannia vidpovidal'nosti psihologa-praktika / I. G. Timoshchuk // Praktichna psihologiiia ta sotcial'na robota. — 2004. — № 7. — S. 9–15.
6. Iacenko T. S. Aktivnoe sotcial'no-psihologicheskoe obuchenie: teoriia, protsess, praktika: Uchebnoe posobie / Iacenko T. S., Kmit Ia. M., Alekseenko B. M. — KHmel'nitckii': NAPVU, 2002. — 792 s.
7. Zmeyov S. I. Andragogika: osnovy' teorii, istorii i tekhnologii obucheniia vzrosly'kh./ Zmeyov S. I. — M.: PER SE', 2007. — 272 s.
8. Gromkova M. T. Andragogika: teoriia i praktika obrazovaniia vzroslykh: Ucheb.posobie dlia sistem' dop. prof. obrazovaniia; dlia studentov vuzov / M. T. Gromkova. — M.: IUNITI-DANA, 2005. — 495 s.

Бєлова М. Е.

кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри соціальної і прикладної психології
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

АКТИВНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ ОСНОВАМ ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Резюме

У статті представлені результати апробації програми занять, призначеної для навчання студентів відділення психології теоретичним і практичним основам організації та проведення соціально-психологічного тренінгу. Психологічний тренінг являє собою один з методів інтерактивного навчання і є сьогодні більш ніж затребуваним у різних сферах життєдіяльності, тому що допомагає зв'язати теоретичні знання з практикою, сприяє розвитку творчих здібностей особистості, вдосконаленню навичок комунікації та професійної майстерності, відкриває шляхи самоактуалізації особистості.

Пропонований навчальний курс сприяє набуттю навичок осмисленого застосування теоретичного і практичного знання, яке накопичується в період навчання майбутніх психологів. Використання активних та інтерактивних форм і методів навчання забезпечує ефективне засвоєння знань внаслідок включення їх у систему індивідуального досвіду студента.

Ключові слова: соціально-психологічний тренінг, метод інтерактивного навчання.

Belova M. E.

Ph.D., docent

Odessa National University named after I. I. Mechnikov

**ACTIVE METHODS OF TEACHING THE FUNDAMENTALS
OF THE ORGANIZATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL
TRAINING**

Abstract

The article presents the results of approbation of the program studies which is used to teach students the Department of Psychology to the theoretical and practical foundations of organizing and conducting socio-psychological training. Now the method of psychological training is more popular into the various spheres of life and there is one of the methods of interactive learning which helps to link theoretical knowledge with practice promotes the development of creative abilities of the individual, to improve communication skills and professional skills, opens the way of self-actualization.

Main objectives of the course is the study of theoretical aspects and methodology of socio-psychological training; mastery and further the free use of professional terminology, introduction to the internal environment and organizational aspects of the socio-psychological training, with the basic directions of training activity; formation of students' internal professional motivation, professional communication skills.

The proposed training course facilitates the acquisition of skills intelligent application of theoretical and practical knowledge that is accumulated during the training of future psychologists. The use of active and interactive forms and methods of training provides their effective assimilation of because they are included in the individual experience of the student.

Key words: socio-psychological training, interactive learning method.

Стаття надійшла до редакції 11.05.2014