

Показник по фактору страху не відповідати очікуванням інших у дівчат дорівнює 4%, а у хлопців – 11%. Хлопці більш тривожніше ставляться до думки оточуючих та до того, як їх охарактеризують інші. Для дівчат думка інших виявилася не такою вагомою. Виявлено, що низький фізіологічний опір стресу у дівчат становить 2%, а у хлопців – 5%. Учні мають низькі показники по фактору страхів у стосунках з учителями (у дівчат – 2%, а у хлопців – 5%). Для учнів менш важливим є рівень та якість стосунків з учителями.

На основі даних результаті можна зробити загальний висновок про те, що рівень шкільної тривожності у досліджуваних хлопців перевищує рівень шкільної тривожності дівчат.

Перспектива подальших досліджень може вбачатися в аналізі факторів, які можуть впливати на виникнення шкільної тривожності.

МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ ГРУПОВОЇ ЗГУРТОВАНOSTI

Аліна Бродовська
студентка 6 курсу соціально-психологічного факультету

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент **Л. О. Котлова**

Одним із найкращих методів роботи з групою для формування та покращення групової згуртованості – є тренінг.

Психологічний тренінг виник у 50-х роках 20 століття, коли М.Форверг розробив новий метод, основою якого були рольові ігри з елементами драматизації і який був названий соціально-психологічним тренінгом – СПТ [1,17].

А. Г. Грецов зазначав, що тренінгова форма роботи є одним із найкращих методів роботи в групі. Це пов'язано не лише з більшим розповсюдженням групових форм навчання, але й з тим, що проведення спеціальних заходів, тренінгів, що націлені на згуртованість шкільного колективу – позитивно впливають на учнів класу [2, 3].

Коли в групі створено комфортний мікроклімат, її учасники набувають впевненості, прагнуть вчитися і творити. Командні ігри – один з найбільш ефективних способів створення такої атмосфери. Вони дають можливість використовувати психологічну енергію в навчальних процесах.

Ігри можуть значно посилити мотивацію учасників, сприяють розумінню складних взаємозв'язків. Вони допомагають соціалізації і розвитку особистості учасників і дають їм можливість перевірити на

практиці, розвинути і інтегрувати різні переконання, навички і здібності. Застосування ігор дозволяє учасникам повніше реалізовувати широкий спектр навчальних цілей. Однак перш за все ігри приносять задоволення. У свою чергу задоволення – це краща відповідь на питання про мотивацію. Це енергія, фантазія, комунікабельність, готовність до ризику та імпровізації – все те, завдяки чому робота в групі стає більш спонтанною, концентрованою і повної сюрпризів [2,5].

К.В.Фопель зазначав, що колективна робота означає щось більше, ніж просто здатність діяти в групі. Необхідно, щоб була певна задача, результат якої залежить від спільних дій, і загальна мета, при якій успіх кожного члена групи безпосередньо залежить від успіху дій всієї команди. На практиці це означає, що відбувається не тільки обмін ідеями, а й розподіл ресурсів і одиничних обов'язків і, нарешті, те, що кожен член групи розділяє її успіх [6, 10-11].

Р.С.Немов зазначав, що колективні форми роботи, що стимулюють спілкування, ніде не є настільки корисними для загального розвитку і обов'язковими для дітей, як в молодшому шкільному віці [4, 113].

О.С.Прутченков зазначав, що соціально-психологічний тренінг дає змогу згуртувати колектив, розвинути високу пізнавальну активність учнів в оволодінні необхідними практичними соціально-психологічними знаннями і комунікаційними вміннями. Ефективність цього процесу забезпечується за рахунок цілого ряду групових феноменів. Перш за все – це можливість отримання зворотного зв'язку і підтримка від людей, які мають спільні проблеми і переживання, що виникають під час занять навчально-тренувальної групи. Крім того, в такій групі людина відчуває себе прийнятою і активно приймає інших, вона користується повною довірою групи і не боїться довіряти іншим. Ще одна принципово важлива можливість, яка з'являється в процесі активного соціально-психологічного навчання, – в рамках групи осіб можна експериментувати з різними стилями спілкування, засвоювати і відпрацьовувати абсолютно нові вміння і навички взаємодії, відчуваючи при цьому психологічний комфорт і захищеність [5].

Групові заняття дають можливість ідентифікувати себе з іншими, група значною мірою полегшує самоаналіз і саморозкриття кожного члена цього тимчасового соціального об'єднання. І мабуть, найголовніше – це інтенсивна підготовка до активного і повноцінного життя серед людей. Досвід набутий в навчально-тренувальних групах, створює певний соціально-психологічний "імунітет", що допомагає вирішувати складні проблеми, що виникають в

міжособистісному і діловому спілкуванні практично у кожної людини. Вміння і навички, які формуються в штучно створеному соціально-психологічному середовищі, допомагають ефективно освоювати складності реального світу міжособистісних відносин [5, 2-3].

С. Ю. Лебідева зазначала, що психологічний зміст процесів, що відбуваються в учасників тренінгу, який спрямований на підвищення рівня згуртованості групи може бути представлений в такий спосіб:

1) зниження егоцентричних тенденцій у поведінці, зсув центра комунікативної орієнтації в системі « на себе» – «на партнера», у бік партнера;

2) ослаблення дії захисних механізмів;

3) підвищення самооцінки, взаємооцінки, зниження категоричності висловлювань;

5) поява взаємної підтримки, орієнтації на співробітництво, згуртування групи;

5) підвищення ефективності групової роботи, коли взаєморозуміння один одного дозволяє більш ефективно діяти в рамках спільної групової діяльності [3].

Отже, одним із найкращих методів для формування та покращення групової згуртованості, – є використання соціально-психологічного тренінгу, що дає змогу оволодіти необхідними практичними соціально-психологічними знаннями і комунікаційними вміннями. Також соціально-психологічний тренінг сприяє підвищенню ефективності групової роботи, покращенню взаємостосунків між членами колективу.

Список використаних джерел

1. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга / И. В. Вачков. – М. : Издательство "Ось-89", 2001. –224с.
2. Грецов А. Г. Лучшие упражнения для сплочения команды: Учебно-методическое пособие / А. Г. Грецов. — СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. — 44 с.
3. Лебедева С. Ю. Роль соціально-психологічного тренінгу у формуванні групової згуртованості / С. Ю. Лебедева // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. – 2009. – Вип. 1. – С.88-95.
4. Немов Р. С. Психология: Книга 2 / Р. С. Немов. – М: Владос, 1995. – 496 с.
5. Прутченков А. С. Социально-психологический тренинг межличностного общения / А. С. Прутченков. – М.: Знание, 1991. – 48с.
6. Фопель К. В. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. Пер. с нем. / К. В. Фопель. — М.: Генезис, 2002. — 336 с.