

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК СПОСІБ ОПТИМІЗАЦІЇ МОРАЛЬНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

*Обґрунтовано активні методи навчання, що спрямовані на розвиток моральної сфери особистості, визначено шляхи активізації адаптивних можливостей майбутніх учителів в умовах підготовки у вищих педагогічних навчальних закладах.*

Становлення особистості, полегшення входження учнівської молоді в нове соціальне оточення після закінчення школи, вузу – важливе питання педагогічної психології сьогодення.

Розвиваючи ідеї І. Огієнка, формування особистості можна вважати процесом входження молоді людини у соціокультурне середовище під керівництвом дорослої людини. В результаті соціалізації відбувається засвоєння норм поведінки, моральних цінностей – загалом усього того, що складає культуру суспільства. Вирішення цього питання передбачає активну позицію самих юнаків та дівчат в процесі роботи над собою, формування в них внутрішньої системи саморегуляції. Фактично, підхід до особистості як суб'єкта соціально-психологічної адаптації зводиться до проблеми регуляції власної поведінки, усвідомлення старих та нових її форм. У дослідженні цієї проблеми найскладнішим є вирішення такого питання: як після усвідомлення нових форм адаптивної поведінки перейти до активного впровадження їх у власне життя? Навчально-виховні системи мають орієнтуватись як на розвиток спеціальних здібностей молоді, так і на розвиток їх індивідуально-психологічних якостей, адаптивних здібностей, адаптивної активності. Тут безперечним є положення про участь у цьому процесі й інтелекту, й емоцій.

Наше уявлення про спосіб оптимізації морально-духовного розвитку учнівської молоді, в основі якого лежить формування в неї гуманних якостей, що виражаються у прояві вищого рівня емпатійності, пов'язане з уведенням в експеримент системи цілеспрямованих впливів, на які він повинен реагувати певним чином. Подібним чином і викликаються до життя чи експериментально створюються новоутворення – такі психічні процеси, яких ще немає, тим самим створюється експериментальна модель їх виникнення та розвитку, розкриваються закономірності цього процесу [1].

До недавнього часу системи навчання і виховання приділяли головну увагу тим психологічним механізмам, за рахунок яких суб'єкт засвоює різні впливи і соціальні норми. Однак, як показують психологічні дослідження, результати будь-яких соціальних впливів залежать від інтенсивності та якості власної активності особистості. Відповідно до своїх установок, цілей та бажань людина переосмислює і переформулює суспільні вимоги й накази, роблячи індивідуальний внесок у детермінацію свого розвитку [2;3]. Отже, потенціал розвитку особистості закладено в ній, її потребах та здібностях, особливо в тих, що спрямовані на саморозвиток. Великою мірою це стосується саме морально-духовних якостей особистості, які забезпечують вищий рівень її розвитку як у професійній, так і в повсякденній життєдіяльності.

Система освіти має забезпечувати всі умови для всебічного розкриття потенціалу особистості, створювати умови для прояву її власної активності, самостійного руху, самоорганізації. Отже, молодь має стати не тільки об'єктом впливу навчальних та виховних факторів, а й суб'єктом самовиховання, самоосвіти, саморозвитку. У зв'язку з цим виникають проблеми управління, планування і прогнозування певної навчальної діяльності, стимулювання самостійності розвитку особистості під час навчання.

На жаль, традиційні форми навчання мало що дають в цьому плані учнівській молоді. Вона озброєна теорією, але в ході навчання позбавлена можливості застосувати свої знання для розуміння конкретних людей. Цю можливість їй може надати практично-навчальна робота в групі, яка дістала більш поширену назву – соціально-психологічний тренінг (СПТ). Л.А.Петровська тлумачить цей термін як своєрідну форму впливу, що спрямований на підвищення психологічної компетенції учасників спілкування [4]. Проте Ю.М.Смельянов називає цю роботу активним соціальним навчанням [5], а Т.С.Яценко – активним соціально-психологічним навчанням [6].

Термін "соціально-психологічний тренінг" позначає програми, спрямовані на набуття соціально-психологічного досвіду та підвищення соціально-психологічної компетентності в процесі групової взаємодії.

В загальному вигляді цілі соціально-психологічного тренінгу визначаються як розкриття, аналіз, усвідомлення та переробка проблем людини, її особистісних та міжособистісних конфліктів і корекція неадекватних відносин, установок, емоційних та поведінкових стереотипів на основі аналізу та використання міжособистісної взаємодії. Таким чином, завдання подібних корекційних впливів фокусується на трьох складових самосвідомості: саморозумінні (когнітивний аспект), ставленні до себе (емоційний аспект) та саморегуляції (поведінковий аспект), що дозволяє визначити загальну мету корекційної роботи в тренінгових групах як розширення самосвідомості.

Соціально-психологічний тренінг - один з тих методів, які дають можливість підвищити рівень морально-духовного розвитку за порівняно короткий час. Крім того, СПТ дає поштовх роботі з самовдосконалення і побудови своєї особистості. Проблема гармонізації внутрішнього світу суб'єкта особливо важлива в морально-духовному розвитку учнівської молоді. Свідома і вольова регуляція особистістю власної поведінки, така важлива для здійснення виховного процесу, важко досягається без психокорекції неадекватних реакцій на оточення. Наявність низького рівня морально-духовного розвитку веде до зниження адаптаційних можливостей, нері-

дко деструктивно позначається на процесі спілкування, блокує можливості особистісного зростання і призводить до викривленого відображення самого себе та інших.

Група соціально-психологічного тренінгу дає можливість усвідомити власні стабілізовані тенденції поведінки, що незалежно від плинності ситуацій породжують труднощі в адаптації та спілкуванні з іншими людьми. Усвідомлення цих тенденцій дає можливість "розморозити" закриті для нового досвіду зони особистості і водночас зрозуміти свій внесок у проблеми адаптації та спілкування, які час від часу виникають. Це допомагає внести відповідні поправки у власну поведінку з метою її вдосконалення.

Характерною рисою такої практично-навчальної роботи є те, що вона не спрямована на тренаж комунікативних умінь і навичок чи на психотерапію, а є способом навчання. Малу групу, в якій запроваджуються ці методи навчання, називають навчально-тренінговою групою. В її завдання входить забезпечення вивчення особливостей, закономірностей міжособистісної взаємодії, яке поєднується з активним їх застосуванням і розвитком можливостей прогнозувати наслідки комунікативних подій.

Методична організація такого навчання відповідає прогресивним вимогам: керівництво даним процесом має демократичний (не директивний) характер, атмосфера взаємин у групі пройнята прагненням довіри, взаємопідтримки, щирості і відкритості. Самодіяльність учасників тренінгу заохочується можливостями співпраці; об'єктом уваги присутніх є не лише результати певного процесу, а й його динаміка; ефективність навчання досягається не простим засвоєнням готових знань, а передбачає оволодіння процесом пізнання нового, не усвідомлюваного раніше, значущого для особистості матеріалу; відпрацювання (тренаж) умінь і навичок [4].

У нашому випадку мета соціально-психологічного тренінгу полягає в підвищенні рівня морального розвитку учнівської молоді.

Основними принципами побудови програми морального розвитку можуть стати: принцип розвитку здібностей у діяльності; принцип якісного впливу групового навчання на формування навичок індивіда; принцип необхідності посиленого тренування вміння з метою його закріплення. Відповідно до цього, головними цілями нашої роботи можуть бути: корекція характерологічних особливостей; оптимізація міжособистісних відносин; схильність до особистісного зростання.

У групі СПТ моделюються труднощі спілкування, що з'являються при входженні у нову соціально-психологічну ситуацію, а також такі, які можуть виникати у людини в інших випадках міжособистісної взаємодії. Це основа високої мотивації до навчання. Крім того, навчання мотивує і такий бажаний для суб'єкта результат, як зниження тривожності, емоційного напруження, нормалізація самооцінки, прийняття себе та інших, розширення кола усвідомлюваних особливостей власної психіки та можливостей психологічної проникливості щодо інших людей, відкритості й готовності до самовдосконалення власного потенціалу.

Наша програма СПТ засновується на техніці "відчуття". Під поняттям "навчання, засноване на відчутті" ми розуміємо таку форму психотерапії, яка спирається на дослідження власних переживань, сюди також належить самопізнання, зміна відносин та поведінки. Крім того, група, де виконуються вправи, являє собою найоптимальніший шлях діагностики та корекції можливих дезадаптаційних особистісних позицій і поведінки, які могли б заважати майбутній роботі.

Діагностика та корекція дезадаптаційних особистісних позицій здійснюється на основі поздовжнього аналізу поведінки учасників групи СПТ протягом усіх занять з опорою на емоційні реакції, які вони проявляли один до одного. Емоційна реакція виступає для нас істотним показником особистісних очікувань. Такі емоційні стани, як розгубленість, тривога, смуток, образа, що виникають як зворотній зв'язок у ході тренінгової взаємодії з групою, є показниками неадекватного образу "Я" того чи іншого члена групи. На психічне неблагополуччя в адаптивних можливостях вказують і такі емоційні стани, як тривога, напруженість, страх, агресія, злість тощо. Подібна процесуальна діагностика спирається на глибинні характеристики особистості.

Вправи, що пропонуються учасникам навчально-тренінгової групи, засновуються на їх власному досвіді. Складність вправ поступово зростає, що дозволяє піднятися на такий рівень самопізнання, який без цих вправ вони не змогли б досягти.

Соціально-психологічний тренінг дозволяє нам поставити учасників у ситуації, релевантні їх реальній значущій діяльності. Такі ситуації сприяли усвідомленню необхідності зміни власних установок. Активність, що виникла в процесі занять, не лише характеризувала дії учасників, але й свідчила про інтенсифікацію навчальності.

Щоб виконувати деякі вправи адекватно, учбова група повинна пройти певний шлях, почавши зі значно легших вправ. Пропоновані варіанти вправ і ситуацій, що мають розіграватись учасниками СПТ, все більше наближаються до реальних, які виникають у повсякденному житті. Переживання, що виникають у результаті цього, вимагають все більшого особистісного залучення учасників.

Основний методичний прийом – керований самоаналіз, за допомогою якого і відбувається знайомство з власним "Я", виявляється вплив на власне життя та можливості саморозвитку, відкритість власному внутрішньому світові, прийняття себе та інших, довіра інтуїції та ін.

Допоміжні конкретні прийоми – групова дискусія, методи невербальної взаємодії, психогімнастика, побудова прогнозу психологічної позиції іншого, аналіз конкретних ситуацій, рольові ігри, прийоми, що практикуються в групах зустрічей. В кожному конкретному випадку вправи модифікуються відповідно до загальної проблематики та індивідуальних особливостей учасників навчально-тренінгової групи. Використання в програмі СПТ різноманітних прийомів значно розширило інтерперсональний досвід учасників, дозволило модифікувати їх установки, досягти більшої їх пластичності.

У зв'язку з тим, що дезадаптивні процеси частіше виникають з причин як недостатнього розвитку механізмів емпатії, так і з невміння адекватно аналізувати та висловлювати власні почуття, нами в процесі групової корекції були запропоновані учасникам відповідні вправи. Виконання цих вправ та його аналіз становив матеріал для групового обговорення. Учасники навчались переживати емоції, подібні до емоцій партнерів по спілкуванню, співпереживати з ними та співчувати їм. У результаті розвитку емпатійності в учасників СПТ нівелювались прояви ворожості, агресивності в ситуаціях, які провокували конфліктну взаємодію.

Ми пропонували учасникам ряд вправ, під час виконання яких виробляються поведінкові реакції, що можуть автоматично використовуватись у ситуаціях входження в нове соціальне середовище. Такі нові форми поведінки закріплювались за допомогою програвання ситуацій, перетворюючися в навички та уміння.

Кожний учасник знайшов у процесі виконання вправ та групової дискусії адекватні форми поведінки в ситуаціях входження в нове соціальне оточення відповідно до його власних особливостей.

Отже, ми бачимо, що ідеї І.Огієнка стосовно оновлення освіти сьогодні набувають нового звучання в процесі підготовки нової генерації висококваліфікованих педагогів.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Выготский Л.С. Проблемы развития психики // Собр.соч.: В 6 т. – М., Педагогика, 1983. – Т.3. – 368с.
2. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекопознания. – М.: Знание, 1977. – 137с.
3. Андреев А.К. Методологические принципы анализа социального приспособления и проблема приспособления личности // Мировоззрение и духовный мир человека. – Л., 1985. – С.64-75.
4. Петровская Л.А. Социально-психологический тренинг как способ оптимизации социально-перцептивных процессов в группе // Межличностное восприятие в группе. – М.: Просвещение, 1981. – С.136-146.
5. Емельянов Ю.М. Активное социально-психологическое обучение. – Л., 1985. – 166с.
6. Яценко Т.С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися. – К.: Освіта, 1993. – 226с.

Матеріал надійшов до редакції 14.11.2001 р.

#### ***Максимоць С.Н. Социально-психологический тренинг как способ оптимизации нравственного развития учащейся молодежи.***

*Обоснованы методы активного обучения, направленные на развитие личности, определены пути активизации адаптивных возможностей будущих учителей в условиях подготовки в высших педагогических учебных заведениях.*

#### ***Maxymets S. Social-psychological training as a way of optimization of moral development of students.***

*The motivated methods of active education, which are aimed at the development of personality, are substantiated. The author determines the ways of activating adaptive possibilities of future teachers under conditions of training at higher pedagogical educational institutions.*