

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ

Дідковська М.С.

Студентка 6-го курсу, ФСП

НТУУ «КПІ»

В статье рассматривается сущность социально-психологического тренинга как средства формирования коммуникативных способностей в жизни каждого человека, в частности социальных работников, с точки зрения психологии и педагогики. Ставится акцент на необходимости использования социально-психологических тренингов для приобретения коммуникативных умений и навыков, без которых не возможно сотрудничество и помощь клиенту.

This report deals with the main point of social-psychological training as a formation of communicative skills for every person, especially social workers from viewpoint of psychology and pedagogy. The report puts an emphasis on a necessity of social-psychological training use for getting communicative skills and abilities, needed for relationship and help for a client.

У статті розглядається сутність соціально-психологічного тренінгу як засобу формування комунікативних здібностей у житті кожної людини, зокрема соціальних працівників, з погляду психології та педагогіки. Ставиться наголос на необхідності використання соціально-психологічних тренінгів для набуття комунікативних вмінь та навиків, без яких не можлива співпраця та допомога клієнту.

Ключові слова : соціально-психологічний тренінг, соціальна робота, ефективне спілкування.

В наш час в Україні спостерігається велика кількість людей яка потребує допомоги з боку спеціалістів соціальної роботи. Як показують останні дослідження ВООЗ, Україна займає перше місце в світі по вживанню алкоголю серед дітей та молоді. 40% дітей у віці від 14 до 18 років вже залучені до систематичного вживання алкоголю [12].

За даними Державного департаменту з усиновлення та захисту прав дитини Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту, загальна кількість дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, наприкінці 2008 року складала 103 тис 542 дитини, а станом на початок 2009 року у базі даних сімей, які опинилися у складних сімейних обставинах, перебуває майже 65 тисяч сімей, в яких проживає близько 130 тисяч дітей, що ризикують втратити родину [13].

68% жінок в Україні зазнають знуцання в сім'ї, в тому числі 20% - «як правило» або «часто» (в основному це побиття з боку чоловіка).

І тому на сучасному етапі розвитку суспільства, в той час, коли велика кількість людей потребують допомоги, питання соціального захисту населення і підготовки компетентних соціальних працівників, які змогли б працювати не лише в соціальних службах, але й безпосередньо з людьми різних категорій, значно зростає. Тому на мою думку в навчальних закладах, при підготовці соціальних працівників слід приділити значну увагу не лише

теоретичним знанням, а й практичній частині їх навчання, а саме вміню слухати і розуміти людину.

Аналіз досліджень і публікацій.

Аспект аналізу сучасних чинників підвищення ефективності процесу підготовки соціальних працівників і випуску компетентних спеціалістів зумовлює потребу постановки проблеми вивчення доцільності тренінгів як засобу формування комунікативних здібностей, які повинні бути присутніми у висококваліфікованих спеціалістів соціальної роботи. Актуальність проблеми визначається необхідністю психолого-педагогічного забезпечення процесу впровадження тренінгів у дидактичну практику, втілення елементів тренінгу для набуття, розвитку та закріплення комунікативних здібностей. Це зумовлено поширеною практикою їх проведення, орієнтацією на отримання не лише теоретичних знань, а й на формування та розвиток особистісних якостей. Дослідженню проблеми тренінгів як засобу формування комунікативних здібностей, згідно до результатів аналізу останніх досліджень і публікацій, у зарубіжній та вітчизняній психолого-педагогічній теорії та практиці останніми роками приділяється значна увага. Слід зауважити, що за останні десятиліття чимало педагогів присвятили свої дослідження розробці теорії та практиці організації проведення тренінгів. Зокрема, проблеми розвитку комунікативних умінь на основі тренінгів були у центрі уваги В.

Киричок [7], А. Панфілова [8], В. Федорчук [10].

Метою статті є концептуалізувати роль соціально-психологічного тренінгу в житті кожної людини та при підготовці соціальних працівників зокрема, оцінити значення соціально-психологічного тренінгу для набуття та розвитку комунікативних здібностей соціальних працівників. Відповідно до мети сформульовано такі **завдання**: оцінити стан розробленості проблеми; виявити переваги тренінгової роботи; вияснити вплив соціально-психологічного тренінгу на розвиток особистості; вияснити сутність і специфіку соціально-психологічних тренінгів як засобу формування комунікативних здібностей; дослідити відношення студентської молоді до поняття «соціально-психологічний тренінг» та проаналізувати їх комунікативні навички.

Для розв'язання поставлених завдань застосовувались такі методи дослідження як контент-аналіз, спостереження, анкетування.

Останнім часом практична психологія в контексті соціальної роботи набуває все більшого значення у житті кожної сучасної людини, з кожним роком вона все більше використовує групові форми роботи, серед яких найпоширенішими є тренінги. Вони є найбільш динамічними в розвитку методології та методів соціальної психології. Тренінг являється унікальним методом групової роботи, так як одночасно поєднує в собі повну конфіденційність та внутрішню відкритість, включає в себе індивідуальний підхід та групову рефлексію, пристосованість до сучасних умов, ефективно використовуючи минуле учасників. В сучасному світі для соціальних працівників і взагалі для кожної особистості окремо набуття комунікативних навичок є надзвичайно важливим, адже від вміння ефективно спілкуватись залежать взаємовідносини з іншими людьми.

Спілкування – один з провідних видів діяльності, якому, на жаль, традиційно відводилася і відводиться, так би мовити, обслуговуюча, а отже, певною мірою, другорядна роль. Успішна комунікація можлива лише за умови дотримання чотирьох максимумів: інформативності (висловлення повинно бути змістовним), істинності (говорити тільки правду), релевантності (говорити тільки те, що стосується справи), ясності, чіткості (говорити коротко і зрозуміло), а їх можливо досягти за допомогою соціально-психологічного тренінгу.

В наш час у вітчизняній практиці соціально-психологічний тренінг має надзвичайно широке застосування. В 1982

році вийшла перша фундаментальна наукова праця Л.А. Петровської, присвячена теоретичним і методичним аспектам соціально-психологічного тренінгу [9]. Зараз тренінг дуже активно використовується в психокорекції, в психотерапії і в навчанні. Слід зазначити, що саме поняття «тренінг» в літературі трактується по-різному. Це залежить від сфери їх використання. Взагалі, термін «тренінг» пішло від англійського і значить «навчати, виховувати, тренувати». Тренінг — це комплекс дій і вправ направлених на набуття нових навичок та вдосконалення і закріплення вже набутих.

В науці тренінг розуміють і як групу методів розвитку здібностей до навчання, і як засіб розвитку компетентності в спілкуванні, і як метод групового консультування, і т.п.

На мою думку, найбільш повне визначення даного поняття представлено в психотерапевтичній енциклопедії: «Тренінг – це сукупність психотерапевтичних, психокорекційних і навчальних методів, направлених на розвиток навичок самопізнання, саморегуляції, навчання і міжособистісної взаємодії, комунікативних і професійних вмінь» [6, с.645].

Не зважаючи на те що в групі кожному окремо взятому учаснику приділяється менше уваги, чим під час індивідуальної терапії, існує безліч переваг тренінгової роботи.

В процесі тренінгової роботи підвищуються можливості психодіагностики, так як під час індивідуальної роботи інформація в основному отримується зі слів клієнта. Тренінгові заняття відтворюють життя в мініатюрі, а це дає можливість учаснику тренінгу природно і повністю відкритись, без примусу з боку психолога. До того ж відкритість інших людей допомагає іншим учасникам краще зрозуміти свої проблеми та розібратись в них, а дійсно висококваліфікованим, компетентним соціальним працівником може бути лише людина без комплексів та без власних проблем. Також слід зауважити, що сама атмосфера тренінгу, не залежно від її типу – психотерапевтична, так як учасник тренінгу бачить, що він не один з такою проблемою, що ця проблема поширена. Сам факт цього зменшує переживання з приводу своєї проблеми. Це в свою чергу підвищує самооцінку учасника і віру в себе. Також учасники тренінгу дуже часто стають групою підтримки для кожного з учасників в реальному житті.

Під час проведення тренінгу створюється неформальне, невимушене спілкування, яке відкриває перед групою велику кількість варіантів розвитку та

розв'язання проблеми, заради якої вона зібралася.

Під час групової роботи поставлені спочатку цілі можуть змінюватись, розширюватись. Значення загальної цілі в тренінгу може змінюватись від першочергової до менш важливої; і залежить від типу групи. На думку К. Рудестама, роль цілі зростає, коли функція групи направлена на вирішення проблеми, і менш важлива вона в групах особистісного росту; але у всіх випадках вона обов'язково присутня [3, с.17].

У всі часи та у всіх сферах життя величезне значення надавалось та надається комунікативним здібностям кожної людини (особистості). І саме соціально-психологічний тренінг направлений та впливає на розвиток особистості, здобуття комунікативних вмінь та навичок, засвоєння міжособистісної взаємодії, здобуття емпатичних здібностей. Соціально-психологічний тренінг – найперспективніший метод психолого-педагогічної підготовки фахівців різних галузей, значною мірою тих, які пов'язані з різноманітними людськими контактами.

Слід зауважити, що соціально-психологічний тренінг являється важливим компонентом у навчанні та підвищенні кваліфікації соціальних працівників, адже їх головним обов'язком являється ефективне спілкування з людьми. Так як, соціальна робота – професійна діяльність, спрямована на підвищення якості життя клієнта засобами організації допомоги, підтримки та захисту людей і груп, що потрапили у важкі життєві ситуації та подальшої їх психосоціальної реабілітації й інтеграції [11]. Соціальний працівник зобов'язаний в кожній ситуації, незалежно від того, яка людина і з якою проблемою звернулась, вислухати і почути. До кожної людини соціальний працівник повинен мати індивідуальний підхід, навіть в спілкуванні.

Спілкування, як і будь-яка інша діяльність, потребує тривалого процесу освоєння – від набуття знань до вироблення навиків. Ця обставина дозволяє будь-якій людині, не залежно від начального рівня розвитку у нього комунікативних навиків, в результаті спеціально організованого навчання підняти на високий професійний рівень. В наш час це не так і важко, адже разом з традиційними лекціями надзвичайно широко використовуються тренінги спілкування.

Спілкування являється необхідною умовою існування людини, одним із найважливіших чинників її соціального розвитку. Без спілкування, людина не може жити, працювати, задовольняти свої потреби, так як це умова розвитку

особистості. Так як кожна людина – це особистість, індивідуальність, і для того, щоб вміти адекватно сприймати і розуміти її відношення, потрібно виявляти спостережливості, і до самої людини, і до форми вираження цих відносин. Для цього потрібно мати певні знання, навички, вміння і постійно поглиблювати їх. Для того, щоб взаємодія була успішною, у особистості повинні бути сформовані такі психологічні якості, як здатність до емпатії, саморефлексії, ідентифікації, тощо. Нажаль, не дуже великій кількості людей в сучасному суспільстві притаманні ці якості. Це як правило призводить до конфліктів і непорозумінь. В результаті цього страждають професійна, особистісна сфера людини, а найголовніше це фізичне і психологічне здоров'я самої особистості. Саме вирішенням цих проблем займається соціально-психологічний тренінг. Тренінг допомагає людині оволодіти певними знаннями і навичками у сфері взаємовідносин між людьми, а також тренінг дає змогу сформувати ті важливі психологічні якості, які потрібні для цього. Це дозволить людині бути вільною, уникати та успішно розв'язувати конфлікти, а найголовніше зберігати своє здоров'я та здоров'я оточуючих.

Не можна не погодитись з Петровською Л.А., що в основі комунікативної компетентності лежить не просте володіння мовою та іншими кодами спілкування, а особливості особистості індивіда в цілому, в єдності його почуттів, думок і дій, які розгортаються в конкретному соціальному контексті. Комунікативна компетенція займає особливе місце у формуванні рівня самоповаги індивіда. Адже результат будь-якої взаємодії з оточуючими будь-яка людина свідомо чи несвідомо розглядає з точки зору оцінки своєї комунікативної компетентності. Отже, комунікативна компетентність повинна розглядатися, як ідейно-моральна категорія, що регулює всю систему відношення до природного і соціального світу, а також до самої себе.

Емпіричною частиною даної статті є опитування, яке проводилось серед студентів факультету соціології і права, четвертого та п'ятого курсів НТУУ «КПІ» спеціальності «соціальна робота», так як ці студенти вже провчилися більший період часу, більшість предметів з навчальної програми вже є ними опрацьованими. Тобто на основі відповідей студентів четвертого та п'ятого курсів можна зробити висновки щодо того, чого їм не вистачало під час навчання, щоб впевненіше себе відчувати в майбутньому при взаємодії з людьми.

Було проведено анонімне анкетування метою якого є дослідження обізнаності

студентів, щодо поняття «соціально-психологічний тренінг» та виявлення комунікативних здібностей студентської молоді. При проведенні анкетування було опитано 61 особу, тобто всіх студентів четвертого та п'ятого курсів НТУУ «КПІ» спеціальності «соціальна робота».

Проаналізувавши відповіді, можна сказати, що абсолютно всім учасникам опитування подобається процес спілкування, вони б хотіли удосконалити свої знання та навички про міжособистісне сприйняття і вважають, що потрібно проводити навчання ефективній взаємодії з людьми.

На думку респондентів, майже всі конфлікти виникають через відсутність або ж недостатність певних знань та навичок у сфері спілкування, і вони прагнуть до активного розвитку та удосконалення цих знань.

Лише близько 29,5 % опитуваних поважають думку іншої людини, навіть, якщо вона не співпадає з їх власною з цього можна зробити висновок, що лише 29,5 % молоді враховують точку зору іншого. Хоча більша половина опитуваних вважають себе людиною, яка може ефективно спілкуватись. Так як у респондентів немає вмінь та навичок в сфері спілкування, вони сумніваються – віднести себе до людини, яка ефективно спілкується чи ні. Ефективність спілкування може зростати завдяки практичним методам навчання, зокрема за допомогою соціально-психологічних тренінгів. У нашому житті щодня трапляються конфліктні ситуації, і кожна людина в них опиняється. Аналізуючи відповіді можна сказати, що не всі студенти знають, що таке конфлікти, але більшість впевнені в собі і вважають, що можуть ефективно розв'язати конфліктну ситуацію.

Лише близько 27,9 % студентів знають, що таке соціально-психологічний, в той час як більше 72 % (72,1 %) навіть гадки не мають, що це. 27,9 % опитаних під поняттям «соціально-психологічний тренінг» розуміють заходи, які спрямовані на виховання впевненості в собі, на налагодження стосунків, вирішення проблем. На необхідність пояснення цього терміну та використання соціально-психологічного тренінгу на практиці вказують більше 72 % опитуваних. До психолога майже 100 % опитуваних звернулися б для вирішення конфліктів з оточуючими, менше половини (45,9 %) опитуваних звернулися б з проблемами здоров'я та міжособистісними конфліктами. На запитання: «Чи хотіли б Ви взяти участь у соціально-психологічному тренінгу?» жоден з опитуваних не відповів «ні».

Отже, на основі проведеного дослідження, можна сказати, що для сучасного студента – майбутнього соціального працівника, необхідно розробити програму соціально-психологічних тренінгів, на протязі навчання, для пояснення взагалі, що несе в собі поняття «соціально-психологічний тренінг», а також для здобуття студентами комунікативних, емпатичних, лідерських та інших здібностей.

Таким чином, можна зробити висновок, що спілкування – є необхідною умовою існування людини, це один з найважливіших чинників соціального розвитку особистості. Для того щоб взаємодія була успішною, у кожної людини було б доцільно сформувані такі психологічні якості, як здатність до емпатії, саморефлексії, ідентифікації, тощо. Саме соціально-психологічний тренінг формує у людини ці якості і навчає та допомагає ефективно взаємодіяти з оточуючими людьми. Це один з методів активного навчання і психологічного впливу, який здійснюється в процесі групової взаємодії і спрямований на підвищення компетентності у сфері спілкування, в якому загальний принцип активності доповнюється принципом рефлексії над особистісною поведінкою і поведінкою інших членів групи. Головною задачею соціально-психологічного тренінгу є виявлення поведінкових стереотипів у людини та уникнення їх. Отримані результати психологічного опитування показують на велику потребу у проведенні соціально-психологічних тренінгів в сучасному суспільстві, зокрема при підготовці спеціалістів соціальної сфери. Для цього необхідно проводити просвітницькі заходи, які спрямовані на пояснення людям, що таке соціально-психологічний тренінг та чим він займається.

Фахівець з активних методів навчання Ю.М. Ємельянов говорить про те, що термін «тренінг» повинен використовуватися не для позначення методів навчання, а для позначення методів розвитку здібностей до навчання або оволодіння будь-яким складним видом діяльності, і зокрема спілкуванням [5].

Висновки та рекомендації.

Таким чином, можна сказати, що при підготовці спеціалістів до таких видів професійної діяльності, в яких основну роль має процес спілкування, все більш широкого застосування повинен набувати соціально-психологічний тренінг. Всім відомо, що людина більш всього цінує в своїй поведінці те, що вироблено в результаті її власного життєвого досвіду, своїх знахідок в сфері спілкування, які стали для неї переконаннями. Цінність тренінгів полягає в

тому, що вони дають людині можливість самостійно позбутись від небажаних форм поведінки і знайти нові.

На мою думку тренінги, які повинні використовуватись у роботі з соціальними працівниками, повинні нести в собі задачі допомогти людині зняти професійну маску, стати більш гнучкою в процесі взаємодії, прагнути не лише до впливу на інших, але і стати більш відкритою по відношенню до них.

Отже, соціально-психологічний тренінг – це цілісна психолого-педагогічна система, яка здатна допомагати людині у глибинному пізнанні нею як іншої людини, так і самої себе, своїх вмінь спілкуватись і впливати на інших.

Багаторівневий зворотній зв'язок між учасниками та з учасниками навчання дає змогу кожному, хто навчається, побачити себе в очах різних людей та отримати інформацію про те, як сприймається його поведінка в тій чи іншій ситуації, виходячи з цього змінюватись та працювати над собою.

Таким чином, можна сказати, що формування та удосконалення комунікативних і емпатичних здібностей у соціального працівника являється обов'язковим у його повсякденній роботі. Адже без такого почуття як емпатія та без вміння спілкування з людьми не можлива ефективна робота соціального працівника. І тому, дуже б доцільним було використання соціально-психологічних тренінгів для набуття комунікативних та емпатичних здібностей при підготовці та підвищенні кваліфікації соціальних працівників.

Література:

1. Бібік Н.М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування // Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Б-ка з освітньої політики / За заг. Ред. О.В. Овчарук. – К.: 2005. – 116 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. М.: Издательство «Ось-89», 2000. - 224 с.
3. Горбатова Е. А. Теория и практика психологического тренинга: Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2008. – 320 с.
4. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
5. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. - Л.: Изд. ЛГУ, 1985.-166 с.
6. Карварский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.: Питер Ком, 1999. – 752 с.
7. Киричок В. Тренінги та розвиток комунікацій // Відкритий урок. – 2006. –№ 1. – С.51-61
8. Панфилова А.П. Тренинг педагогического общения: учеб пособие для студ. Высш. Учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. –336с.
9. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально психологического тренинга. – М: Изд-во МГУ, 1982. – 168 с.
10. Федорчук В.М. Соціально-психологічний тренінг «Розвиток комунікативної компетенції викладача»: Навчально-методичний посібник.– Кам'янець-Подільський: Абетка,2004. – 240с.
11. ru.wikipedia.org/wiki/Социальная_работа
12. <http://tvereza.info/sobriety/today/utoday.html>
13. <http://www.golosua.com/suspilstvo/2009/05/12/v-ukrayini-zrostaye-kilkist-ditej-sirit>