

Т.В. Сінельнікова

ПРОБЛЕМА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Проблема підготовки психологів до використання психологічних тренінгових технологій є предметом багатьох досліджень (І.В. Вачков, К. Рудестам, В.П.Захаров, Н.Ю.Хрящева та ін.). В той же час, як зазначають фахівці (Т. Кандиба, К.Мілютіна та ін.), наявний рівень підготовки психологів до проведення тренінгів ще далекий від професійного. При цьому в окремих працях [1, 2, 4, 6] вказується на недостатню підготовку майбутніх психологів до даного виду роботи, неадекватність застосування тренінгів в окремих ситуаціях, порушення логіки тренінгу, що виявляється у невідповідності його змісту та мети, недотримуваність необхідних вимог при розробці та реалізації тренінгових програм.

З урахуванням вищесказаного та наших попередніх досліджень, ми поставили за мету розробити цілеспрямовану систему підготовки психологів до використання психологічних тренінгових технологій та апробувати її.

Для реалізації даної мети нами були виконані наступні задачі:

1) Визначити основні принципи створення цілеспрямованої системи підготовки психологів до використання психологічних тренінгових технологій.

2) Створити необхідні умови для апробації розробленої системи.

Для розв'язання першої задачі в остаточному варіанті за основу при побудові зазначеної системи були визначені наступні принципи: по-перше, принцип базової методології, який покладається в основу конкретної технології; по-друге, принципи планування тренінгової програми (наступності тренінгових дій і занять; поетапності розвитку групи) [2]; по-третє, принципи розробки різного роду психокорекційних програм (системності корекційних, профілактичних та розвиваючих задач; єдності корекції і діагностики; урахування вікових, психологічних та індивідуальних особливостей учасників; комплексності методів психологічного впливу; спирання на різні рівні організації психічних процесів; програмованого навчання; збільшення складності; урахування об'єму і ступеню різноманітності матеріала; збільшення складності; урахування емоційної складності матеріала; діяльнісний принцип корекції) [3]; по-четверте, принцип реалізації технік психологічного впливу (медитативних, аутогенного тренування, релаксації, моделювання емоцій, зворотного зв'язку, активного слухання, психогімнастики, танцювальної та арт-терапії).

При цьому, при побудові зазначеної системи ми враховували навчальні програми підготовки фахівців із психології та спиралися на прогресивний досвід вітчизняних і зарубіжних фахівців, щодо опанування тренінговими технологіями (В.П.Захаров, Н.Ю.Хрящева, О.В.Євтихов, В.Г.Пузіков, І.В.Вачков, К.Рудестам та ін.)

Дана система розрахована на 88 академічних годин (22 заняття, а саме: 5 загальних занять для двох груп і по 17 окремих занять для кожної спеціально сформованої підгрупи) і складається з трьох частин: першої - теоретико-діагностичної, другої - корекційної, третьої - практичної. Теоретико-діагностична частина включає 5 занять (20 год.). Корекційна частина містить в одній підгрупі (Е1)- 8 занять (32 год.), а в іншій підгрупі (Е2) - 10 занять (40 год.). Практична частина складається з двох підчастих: 1) досвід помічника тренера (Ко-лідера) - по 4 заняття (16 год.) для кожної підгрупи; 2) досвід

ведучого тренінга - по 3 заняття (12 год.) для кожної підгрупи.

Перша - теоретико-діагностична частина розробленої нами системи являє собою вивчення наявного матеріалу стосовно психологічних тренінгових технологій за наступними темами: Поняття "тренінг", "тренінгова технологія". Види тренінгів. Психологічний тренінг. Історичні передумови в розробці психологічних тренінгів. Теоретико-методологічні основи тренінгових технологій. Методичні рекомендації з підбору і техніки використання тренінгових вправ. Розробка тренінгової програми. Описування змісту тренінга. Організаційні умови проведення тренінга. Ресурсне забезпечення. Підбір кадрів. Групова динаміка. Фази розвитку тренінгової групи. Роль, стиль, функції ведучого тренінга та його помічників. Здійснення контролю за ходом тренінга (зворотній зв'язок). Оцінювання результатів ефективності тренінга (поточне, підсумкове).

Також, на даному етапі проводилася діагностика особистісної сфери студентів за наступними методиками: "Багатофакторний особистісний опитувальник Р.Б.Кеттелла", Тест-опитувальник Л.П.Калінінського, "Діагностика емоційної зрілості" О.Я.Чебикіна, на основі результатів якої ми поділили учасників експерименту на дві групи (Е1 та Е2).

Друга - корекційна частина розробленої системи складається з кількох блоків: рефлексивності, сензитивності та емпатії, ефективної комунікації, саморегуляції та самоконтролю, організаторських та лідерських якостей, креативності та узагальнюючих занять, та являє собою психологічний тренінг під час якого учасники, по-перше, отримують досвід участі в тренінгу, по-друге, визначають і вчать розвивати якості, необхідні тренеру, по-третє, усвідомлюють власні особистісні комплекси, які можуть заважати їм у майбутній тренерській діяльності й працюють над їх корекцією.

На цьому етапі робота проводилась у двох групах (Е1 і Е2), сформованих на основі результатів діагностики особистісної сфери. В групу Е1 увійшли студенти з вищим рівнем розвитку якостей, важливих для тренера, а в групу Е2 - особи, маючі певні "прогалини" в розвитку даних якостей. В кожній групі робота реалізовувалася з певними відмінностями, за окремим планом, з урахуванням особистісних якостей, потребуючих коригування.

Третя - практична частина розробленої системи мала дві основні мети: 1) надання досвіду Ко-тренера; 2) надання досвіду тренера.

Для реалізації першої мети нами був використаний психолого-педагогічний тренінг розпізнавання емоцій [9], який проводився викладачем, що виступав в ролі основного ведучого, і студента - Ко-лідера.

Втілення другої мети полягало в самостійному проведенні студентами міні-тренінгу або частини будь-якого тренінга під спостереженням експертів (супервзорів) та його захисті (відповіді на запитання по структурі та змісту проведеного тренінга).

Розроблена нами програма передбачає можливість її реалізації в системі фахової підготовки психологів у межах спеціальної навчальної дисципліни системного проведення протягом одного семестру 2 курсу (з розрахунку в межах 90 академічних годин) або в рамках модулів певних навчальних курсів.

Апробація означеної системи підготовки до використання тренінгових технологій проводилась на базі Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського. До участі в ній були залучені 31 студент 2 курсу Інституту психології. За результатами попереднього тестування нами були створені дві експериментальні групи (E1 і E2), еквівалентні за рівнем підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями, але такі, що відрізняються за проявом важливих для тренерської діяльності рис особистості.

Так, обидві групи студентів низько оцінювали власну обізнаність про види тренінгів, їх структуру, теоретико-методологічні підходи, які використовуються при їх побудові, вміння планувати зміст тренінгу, вносити в нього свої корективи, здійснювати контроль за його проведенням, раціонально використовувати час, імпровізувати, комбінувати тренінги, створювати авторські варіанти; помірно оцінювали – власні вміння встановлювати комунікативний контакт, розвиток організаторських здібностей, володіння власним станом, уміння “відчувати” групу, правильно представляти вправи.

Разом з тим, студентів другої експериментальної групи відрізняє нижчий рівень інтелекту, емоційної стійкості, емпатії, експресивності, саморегуляції, творчого потенціалу, спрямованості, діловитості, впевненості, але значніша лабільність настрою та негативізм, ніж у студентів першої експериментальної групи.

Одже, враховуючи ці особливості груп, варіанти роботи з ними були дещо відмінні.

Подальша апробація передбачала поступове здійснення ряду заходів з теоретичного опрацювання, корекційної проробки та практичної підготовки студентів-психологів до використання тренінгових технологій. Після кожної з цих частин експерименту було проведено самооцінювання студентами власної підготовленості. Останнє самооцінювання проводилось через 3 місяця після завершення експерименту для визначення відстроченого ефекту. Отже, протягом формуючого експерименту було проведено 5 зрізів рівня підготовленості до використання тренінгових технологій. Звернемося до їх результатів (див. табл. 1).

Таблиця 1.

Середні значення показників, що характеризують підготовленість студентів до оволодіння тренінговими технологіями на різних етапах експерименту

Показник	Перша експериментальна група					Друга експериментальна група				
	1 СО	2 СО	3 СО	4 СО	5 СО	1 СО	2 СО	3 СО	4 СО	5 СО
П18-знання теоретико-методологічних підходів, що використовуються при побудові тренінгів	2,66	7,62	8,1	8,88	8,49	2,38	7,78	8,07	8,91	8,41
П19-обізнаність про види тренінгів	1,73	7	7,47	8,55	8,25	1,78	7,36	7,58	8,7	8,2
П20-знання структури тренінгу	2,19	7,36	8,45	9,2	8,82	2,46	7,69	8,4	9,2	8,62
П21-вміння планувати зміст тренінгу	2,04	6,39	7,76	8,92	8,27	2,23	6,29	7,6	8,96	8,2
П22-вміння вносити в зміст тренінгу свої корективи	1,89	5,33	7,06	8,52	8,2	1,71	5,48	6,87	8,45	8,16
П23-вміння здійснювати контроль за ходом тренінгу	1,96	5,71	7,18	8,58	8,09	1,85	5,68	7,08	8,26	7,77
П24-вміння раціонально використовувати час тренінгу	2,93	5,55	7,65	8,72	7,68	2,96	5,69	7,6	8,65	7,73
П25-вміння встановлювати комунікативний контакт	4,23	6,75	8,08	8,85	8,59	3,95	6,59	7,77	8,6	8,32
П26- організаторські здібності	4,2	6,35	7,82	8,8	8,18	3,7	6,03	7,35	8,59	8,08
П27-володіння власним станом	5,47	7,13	8,19	8,81	8,71	5,39	6,95	7,88	8,44	8,63
П28-уміння “відчувати” групу	4,74	6,37	7,69	8,56	8,15	4,43	5,99	7,42	8,22	7,76
П29-вміння правильно представляти вправи	3,85	6,26	7,48	8,41	8,23	3,51	5,82	7,27	8,22	8,13
П30-володіння різноманітними техніками і прийомами психологічного впливу	3,27	5,64	7,15	7,91	7,45	2,99	5,48	6,91	8,16	7,34
П31-вміння імпровізувати, комбінувати тренінги, створювати авторські варіанти тренінгів	2,43	5,29	7,29	8,35	8,02	2,91	5,04	6,68	8,17	7,92

Як можна побачити в цій таблиці, вже після першої (теоретичної) частини експерименту у студентів обох груп рівень виразності показників підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями підвищився.

Дані, отримані під час 2-го самооцінювання, зрости порівняно з результатами 1 тестування на 3-5 балів за тими показниками, що характеризують теоретико-методологічні знання та вміння, необхідні для проведення тренінгу (показники П18-П23), та на 1-2 бали за рештою показників, що характеризують практичні вміння, необхідні для тренерської діяльності.

Після другої (корекційної) частини експериментування, тобто за результатами 3-ої самооцінки, зростання середніх оцінок всіх показників як у першій так і у другій групах

відбувається повільніше (на 0-2 бали), особливо таких, що характеризують теоретико-методологічні знання та вміння (П18-П23), де приріст середніх значень порівняно з результатами 2-го тестування дорівнює 0-1 бал, а також показника П27 (володіння власним станом), підвищення рівня якого у групі E1 відбулося лише на 1,06 бала, а у групі E2 – на 0,93 бала. Такий невеликий приріст можна пояснити тим, що після отримання досвіду участі у тренінговій роботі студенти критичніше стали оцінювати власні регуляторні можливості.

Результати, отримані по завершенню експерименту (4 самооцінка), тобто після того як учасники отримали досвід тренерської діяльності, також свідчать про зростання в обох групах рівня виразності всіх показників підготовленості, не менш,

ніж на 0,5 бала, якщо порівнювати їх з даними 3 самооцінки.

Слід зауважити, що оцінки експертів, отримані під час спостереження ними за самостійним проведенням студентами власних міні-тренінгів, за більшістю показників навіть перевищують значення самооцінки студентів на цьому етапі: виразність показників, виражаючих володіння різноманітними техніками та прийомами психологічного впливу, вміння планувати зміст тренінгу, вміння раціонально використовувати час тренінга, володіння власним станом), вміння правильно представляти вправи, загальна оцінка тренінга - в обох групах вище, ніж відповідні їм показники самооцінки. Така невідповідність пояснюється нами природною для первинного етапу оволодіння уміннями та навичками невпевненістю у власних можливостях.

За деякими показниками, такими як: вміння вносити в зміст тренінга свої корективи (імпровізувати), вміння здійснювати контроль за ходом тренінга, вміння організувати роботу в групі, вміння відчувати настрій групи, така тенденція відтворюється лише у першій експериментальній групі, а в другій –

результати самооцінки перевищують дані експертів. Така різниця в об'єктивності самооцінювання в різних групах, на наш погляд, є результатом корекційної роботи, яка в окремих групах проводилася з певними відмінностями.

Щодо результатів відстроченого тестування (5 самооцінка), середні значення за всіма показниками в обох групах декілька зменшились порівняно з даними 4 самооцінки. Таке зниження є зовсім не суттєвим для показників П22 (уміння вносити корективи у зміст тренінгу), П25 (уміння встановлювати комунікативний контакт), П27 (володіння власним станом), П29 (уміння правильно представляти вправи) та П31 (вміння імпровізувати, комбінувати тренінги, створювати авторські варіанти), де зменшення середніх оцінок відбулося на 0,1-0,4 бали. Разом з тим, воно є декілька більшим для інших показників (на 0,5- 1 бал).

Далі простежимо, як змінювалися протягом експерименту середні значення показника П32, який характеризує загальну підготовленість до оволодіння тренінговими технологіями студентів обох експериментальних груп (див. рис. 2).

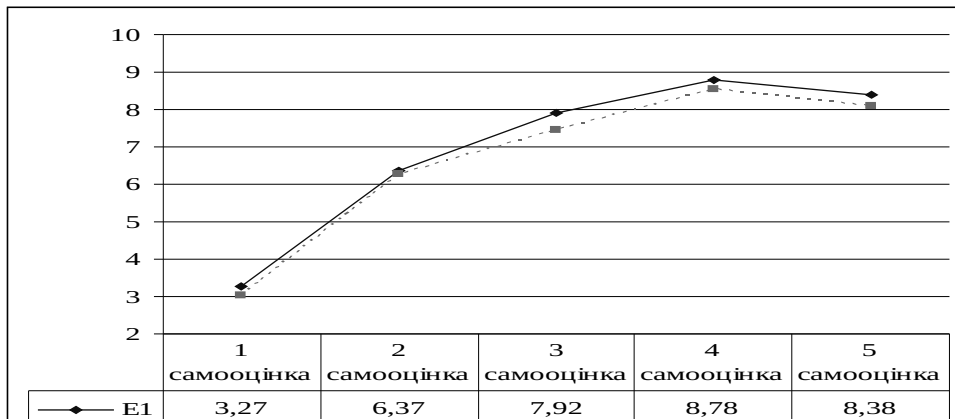


Рис. 2. Динаміка підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями у студентів протягом формуючого експерименту

Представлені на графіку дані показують, що показник загальної підготовленості протягом експерименту зростає, більш ніж на 5 балів у двох експериментальних групах. Потім, через 3 місяці по його завершенню, середні значення цього показника знижуються у групі Е1 лише на 0,4 бала, та у групі Е2 – на 0,45 бала.

Отже, наведені дані показують, що у студентів – учасників експерименту в результаті його проведення підвищився рівень знань та вмінь, необхідних для оволодіння тренінговими технологіями, що позитивно відобразилося на їхній загальній підготовленості до тренерської діяльності.

Водночас, логіка доведення ефективності розробленої нами системи потребує статистичного порівняння попереднього, підсумкового та відстроченого тестувань з оцінкою достовірності вказаних змін у студентів обох груп.

Дані порівняння показують, що у студентів першої експериментальної групи безпосередньо після завершення експерименту відбулось підвищення середньої оцінки показника П18 (знання теоретико-методологічних підходів, які використовуються при побудові тренінгів) на 6,22 бала, показника П19 (обізнаність про види тренінгів) на 6,82 бала, показника П20 (знання структури тренінгу) на 7,01 бала, показника П21 (уміння планувати зміст тренінгу) на 6,88 бала, показника П22 (уміння вносити в зміст тренінгу свої корективи) на 6,63 бала, показника П23 (уміння здійснювати контроль за ходом тренінгу) на 6,62 бала, показника П24 (уміння раціонально використовувати час тренінгу) на 5,79 бала, показника П25 (уміння встановлювати комунікативний контакт)

на 4,62 бала, показника П26 (організаторські здібності) на 4,6 бала, показника П27 (володіння власним станом) на 3,34 бала, показника П28 (уміння “відчувати” групу) на 3,82 бала, показника П29 (уміння правильно представляти вправи) на 4,56 бала, показника П30 (володіння різноманітними техніками і прийомами психологічного впливу) на 4,64 бала, показника П31 (уміння імпровізувати, комбінувати тренінги, створювати авторські варіанти тренінгів) на 5,92 бала та загального показника підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями (П32) на 5,51 бала.

Статистична перевірка показала, що зміни у виразності всіх показників є статистично достовірними, але з різними рівнями значимості.

Порівняння результатів доекспериментального та відстроченого тестування у групі Е1, яке проводилося через 3 місяці після завершення експерименту для перевірки тривалості зберігання у часі отриманих знань та вмінь, показало, що середні значення показників підготовленості тут змінилися дещо менше, ніж при порівнянні результатів доекспериментального та післяекспериментального зрізів.

Так, різниця між середніми значеннями показника П18 тут склала лише 5,83 бала, показника П19 - 6,52 бала, показника П20 – 6,63 бала, показника П21 - 6,23 бала, показника П22 - 6,31 бала, показника П23 - 6,13 бала, показника П24 - 4,75 бала, показника П25 - 4,36 бала, показника П26 – 3,98 бала, показника П27 - 3,24 бала, показника П28 - 3,41 бала, показника П29 - 4,38 бала, показника П30 - 4,18 бала, показника П31 - 5,59 бала та загального показника підготовленості до

оволодіння тренінговими технологіями (ПЗ2) - 5,11 бала.

Разом з тим за даними статистичної перевірки виявлено, що такі різниці також мають уважатися достовірними, причому за 8 показниками на дуже високому рівні вірогідності ($p < 0,001$), за рештою – на рівні $p < 0,01$.

Такі дані доводять, що впровадження розробленої нами системи за першим її варіантом у навчання студентів-психологів, в яких відсутні якості особистості, що заважають тренерській діяльності, призводить до істотного підвищення рівня їхньої підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями, причому отримані протягом впровадження знання та вміння тренерської діяльності зберігаються в часі та стають невід'ємною складовою професійного досвіду майбутніх психологів.

Стосовно студентів групи Е2, в яких наша система реалізовувалася в дещо іншому варіанті, то порівняння результатів доекспериментального, післяекспериментального та відстроченого самооцінювань показали, що в них безпосередньо після завершення експерименту відбулось підвищення середньої оцінки показника П18 (знання теоретико-методологічних підходів, які використовуються при побудові тренінгів) на 6,53 бала, показника П19 (обізнаність про види тренінгів) на 6,92 бала, показника П20 (знання структури тренінгу) на 6,74 бала, показника П21 (уміння планувати зміст тренінгу) на 6,73 бала, показника П22 (вміння вносити в зміст тренінгу свої корективи) на 6,74 бала, показника П23 (уміння здійснювати контроль за ходом тренінгу) на 6,41 бала, показника П24 (уміння раціонально використовувати час тренінгу) на 5,69 бала, показника П25 (уміння встановлювати комунікативний контакт) на 4,65 бала, показника П26 (організаторські здібності) на 4,89 бала, показника П27 (володіння власним станом) на 3,05 бала, показника П28 (уміння “відчувати” групу) на 3,79 бала, показника П29 (уміння правильно представляти вправи) на 4,71 бала, показника П30 (володіння різноманітними техніками і прийомами психологічного впливу) на 5,17 бала, показника П31 (уміння імпровізувати, комбінувати тренінги, створювати авторські варіанти тренінгів) на 5,26 бала та загального показника підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями (ПЗ2) на 5,52 бала.

Статистична перевірка показала, що зміни у виразності всіх показників є статистично достовірними, але з різними рівнями значимості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Изд. “Ось-89”, 2005.- 256 с.
2. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. - СПб.: Издательство “Речь”, 2004.- 256 с.
3. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. / Ред. Т.В.Журавская.- М.: Сфера, 2000.- 512 с.
4. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. – СПб.: Издательство “Речь”, 2005.- 224 с.
5. Психологічні тренінги / Упоряд. О.Г.Гавриш.- К.: Шкільний світ, 2002.- 112 с.
6. Психологічна освіта в системі вищої школи. Збірник статей за матеріалами Всеукраїнської

Подано до редакції 03.02.06

Исследование посвящено проблеме подготовки будущих психологов к использованию тренинговых технологий. Решение этой проблемы автор видит в разработке целенаправленной системы подготовки

Порівняння результатів доекспериментального та відстроченого тестування у другій експериментальній групі показало, що зміни в середніх значеннях показників підготовленості тут менші, ніж при порівнянні результатів доекспериментального та післяекспериментального тестувань.

Різниця між середніми значеннями показника П18 тут склала 6,03 бала, показника П19 - 6,42 бала, показника П20 – 6,16 бала, показника П21 – 5,93 бала, показника П22 - 6,45 бала, показника П23 – 5,92 бала, показника П24 - 4,77 бала, показника П25 - 4,37 бала, показника П26 – 4,38 бала, показника П27 - 3,24 бала, показника П28 - 3,33 бала, показника П29 - 4,62 бала, показника П30 - 4,35 бала, показника П31 - 5,01 бала та загального показника підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями (ПЗ2) - 5,07 бала. За даними статистичної перевірки виявлено, що за такими самими 13 показниками, що й при порівнянні до- та після експериментального тестувань, різниці між доекспериментальним та відстроченим зрізами мають дуже високий рівень достовірності ($p < 0,001$), за рештою – 1%-вий рівень ($p < 0,01$).

Отже, ми встановили, що впровадження розробленої нами системи за другим варіантом у навчальну діяльність студентів-психологів, які відрізнялись значнішим проявом якостей особистості, що заважають тренерській роботі, істотно підвищує рівень їхньої підготовленості до оволодіння тренінговими технологіями, причому на тривалий термін.

Підводячи підсумки нашого дослідження, ми можемо зробити наступні висновки:

- по-перше, показано, що проблема підготовки психологів до використання тренінгових технологій є актуальною і недостатньо опрацьованою;
- по-друге, розроблена цілеспрямована система підготовки майбутніх психологів до використання психологічних тренінгів, яка складається з теоретико-діагностичної, корекційної та практичної частин;
- по-третє, апробація розробленої системи в навчально-професійній підготовці психологів показала, що він дозволяє суттєво підвищити як теоретичний так і практичний рівень їх компетентності до використання психологічних тренінгових технологій.

Актуальним на майбутнє є адаптація розробленої системи до її використання у сфері підвищення кваліфікації та перепідготовки психологів.

науково-методичної конференції /За загальною редакцією О.Я.Чебикіна (17-21 вересня 1996 року, м. Одеса) – К.: Вид.-во “КЛАС”, 1997. – 192с.

7. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. ст. Л.П.Петровской. – 2-е изд.-М.: Прогресс, 1993.- 368с.

8. Тренінги спілкування / Упорядник Т. Гончаренко. – К., 2004. – 120с.

9. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности: Учебно-методическое пособие. – О.: Астропринт, 1999.- 158 с.

10. Yalom. I.D. Theory and practice of group psychotherapy (2nd ed.). New York: Basic Books, 1975.

РЕЗЮМЕ

студентов-психологов к данному виду работы. В статье представлены основные принципы построения такой системы, ее содержание, а также результаты апробации.

SUMMARY

The research deals with teaching future psychologists to use training technologies. The author suggests solving this problem by means of elaborating a special system of preparing students-psychologists for the

given kind of work. Some basic principles of elaborating this system, its contents and the results of approbation are presented in the article.
