

УДК 371.3:316.454.52

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ

Вікторія Приходько

*Київський національний економічний університет
пр. Перемоги, 54/1, 03057 Київ, Україна
e-mail: vika@mkd.kiev.ua*

Розглянуто поняття комунікативної компетенції, головні принципи, методичні прийоми соціально-психологічних тренінгів, місце тренінгу в системі освіти.

Ключові слова: комунікативна компетенція, соціально-психологічний тренінг, методи викладання.

Сучасність характеризується тим, що дуже швидко старіє інформація, постійно виникає питання про оновлення знань. Тому необхідно не тільки оновлювати знання, але й відпрацьовувати нові підходи, що впливатимуть на зміну процесу мислення. Старі статичні форми навчання (лекції, семінари) недостатньо ефективні, тому викладачі більше уваги стали приділяти активним формам навчання, зокрема тренінговим методам. Завдання викладача полягає у створенні середовища навчання, яке дасть змогу студентові вчитися, набуваючи досвіду і мудрості, знаходити та приймати рішення самостійно. Студент повинен бути активним учасником процесу навчання.

У діяльності викладача вміння спілкуватись, висока комунікативна компетенція є невід'ємною частиною професії, поряд з спеціальними вміннями та навичками. Викладачі велику кількість часу затрачають на спілкування з учнями, студентами, колегами. Тому оволодіння ефективними стратегіями ділової поведінки для майбутніх викладачів є необхідністю. Комунікативна компетентність підвищує професійну ефективність викладача. На нашу думку, одним з найбільш результативних шляхів формування комунікативної компетенції є соціально-психологічний тренінг. У більшості публікацій цей тренінг розглядається як засіб психічної корекції в спеціальних групах.

Наша мета – проаналізувати, як можливо соціально-психологічний тренінг застосовувати у процесі навчання у вищому навчальному закладі, розглянути соціально-психологічний тренінг як засіб формування комунікативної компетенції.

Ставили перед собою такі завдання:

1. Визначити, що слід розуміти під комунікативною компетенцією.
2. Проаналізувати місце та роль соціально-психологічного тренінгу в процесі формування комунікативної компетенції.
3. Розглянути переваги та недоліки методичних прийомів тренінгу.

С. В. Петрушин розглядає комунікативну компетентність як складну організацію, до якої належать знання, установки, вміння та досвід міжособистого спілкування; як систему внутрішніх засобів регуляції комунікативних дій, як орієнтованість у спілкуванні, що заснована на знаннях і чуттєвому досвіді спілкування. На його думку, компетентність охоплює когнітивні (орієнтованість, психологічні знання та перцептивні здібності), виконавчі (вміння та навички) та емоційні (соціальні установки, досвід, систему ставлень особистості) компоненти [8].

Тому *компетентність у спілкуванні* розглядатимемо як систему внутрішніх ресурсів, необхідних для побудови ефективної комунікації у ситуаціях особистісної взаємодії, розвиток адекватної орієнтації людини в самій собі – власному психологічному потенціалі, потенціалі партнера тощо.

Розуміючи компетентність у спілкуванні як розвиток знань, соціальних установок, умінь та досвіду в сфері міжособистого спілкування [7, с. 9], Л. Петровська пропонує психологічний вплив, що базується на активних методах, об'єднати терміном “соціально-психологічний тренінг”.

Соціально-психологічний тренінг – метод, що дає змогу активізувати процес навчання, у вітчизняній психології та педагогіці його зачисляють до активних методів навчання. Сьогодні не існує загальноприйнятого визначення поняття “тренінг”, що приводить до розширеного тлумачення методу і позначення цим терміном різних прийомів, форм, способів і засобів, що використовуються у процесі викладання.

Термін “тренінг” (англ. *train, training*) має такі значення: навчання, виховання, тренування, дресирування. Звідси і неоднорідність наукових визначень тренінгу. Ю. Н. Ємельянов [4] визначає його як групу методів розвитку здібностей до навчання й оволодіння будь-яким складним видом діяльності.

Тренінг визначається і як спосіб перепрограмування наявної в людини моделі керування поведінкою і діяльністю. Є також визначення тренінгу як частини планованої активності організації, спрямованої на набуття професійних знань і умінь.

У вітчизняній психології, як зазначалося вище, поширені визначення тренінгу як одного з активних методів навчання чи соціально-психологічного тренінгу. Л. А. Петровська розглядає соціально-психологічний тренінг як засіб розвитку компетентності в спілкуванні, засіб психологічного впливу. Г. А. Ковальов зачисляє соціально-психологічний тренінг до методів активного соціально-психологічного навчання як комплексного соціально-

дидактичного напрямку. Б. Д. Паригін розглядає методи групового консультування, описуючи їх як активне групове навчання навичкам спілкування в житті і суспільстві взагалі: від навчання професійно корисним навичкам до адаптації до нової соціальної ролі з відповідною корекцією Я-концепції та самооцінки.

Тепер для визначення тренінгу найчастіше використовується термін “психологічний вплив”. У працях С. І. Макшанова описано, що адекватність цього терміна визначення тренінгу як методу можна визнати лише частково: як поняття, що відображає процес руху інформації від одного учасника взаємодії до іншого. З огляду на це тренінг пропонують визначати як багатофункціональний метод навмисних змін психологічних феноменів людини, групи й організації з метою гармонізації професійного й особистісного буття людини.

Є також декілька підходів до визначення тренінгу як певного шаблону, узагальнених принципів діяльності: тренінг як специфічна форма дресирування, тренінг як тренування, тренінг як форма активного навчання, тренінг як метод створення умов для саморозкриття особистості [2, с. 17–18].

Як вищезазначено, соціально-психологічний тренінг – це форма спеціально організованого спілкування, психологічний вплив якого засновано на активних методах групової роботи. У ході тренінгу значно ефективніше зважаються питання розвитку особистості, успішно формуються комунікативні навички. Тренінг дає змогу учасникам свідомо переглянути сформовані раніше стереотипи і вирішувати свої особистісні проблеми. Зрозуміло, що не слід розраховувати на глибокі зміни в свідомості членів групи після одного заняття. Однак, здебільшого, у ході тренінгу в більшості з них відбувається переосмислення або зміна внутрішніх установок. Учасники поповнюють свої психологічні знання, у них з’являється певний досвід позитивного ставлення до себе, до навколишнього, людей і до світу в цілому. Тренінг комунікативних навичок – це не тільки відпрацювання різних форм поведінки, це і вміння співставляти власні погляди та цінності з поглядами та цінностями інших людей.

Головні цілі соціально-психологічного тренінгу: розвиток особистості; підвищення соціально-психологічної компетентності студентів; формування активної, соціальної позиції учасників; розвиток здатності робити значимі зміни у своєму житті й житті оточуючих людей; розвиток здатності адекватного і найбільш повного пізнання себе й інших людей; корекція особистісних рис і умінь, усунення бар’єрів, що заважають реальним і продуктивним діям; оволодіння прийомами міжособистісної взаємодії з метою підвищення її ефективності [9, с. 15].

Одна з головних переваг тренінгу в тому, що під час занять студент активно взаємодіє з іншими. Працюючи в тренінговій групі, учасник може

активно освоювати і відпрацьовувати нові, не використані раніше комунікативні уміння і навички, не відчуваючи дискомфорту та неприйняття з боку інших людей. З цього погляду тренінг варто розглядати як цілеспрямовану й інтенсивну підготовку до активнішого професійного та повсякденного життя.

Тренінг базується на принципах, що кардинально відрізняють його від традиційного навчання. В основу тренінгу покладено такі принципи: активності, дослідницької (творчої) позиції, об'єктивації (усвідомлення) поведінки, партнерського (суб'єкт-об'єктного) спілкування [6, с. 10–13].

Послідовна реалізація наведених принципів – одна з умов ефективної роботи групи соціально-психологічного тренінгу. Ефективність тренінгу також значною мірою залежить від того, наскільки великим арсеналом засобів володіє викладач для досягнення тієї чи іншої мети.

Перший крок у вирішенні завдання вибору засобів – це вибір методичного прийому. Найчастіше застосовуються такі методи: групові дискусії, рольові ігри, психодрама і її модифікації, психогімнастика, метод конкретних ситуацій та ін.

Вибір того чи іншого методичного прийому, а також конкретного засобу відповідно до цього прийому визначається такими чинниками: *змістом тренінгу; особливостями групи; особливостями ситуації; можливостями викладача.*

Серед різноманіття конкретних вправ, заходів, технік, що використовують у тренінгах, прийнято виділяти декілька базових методів: лекція, метод кейсів, моделювання практичних ситуацій, мозкова атака, дискусія, ситуаційно-рольові ігри. Застосування того чи іншого тренінгового методу залежить від багатьох зовнішніх і внутрішніх чинників. Розглянемо недоліки та переваги методичних прийомів [5, с. 47–87].

Міні-лекція. Інформація (теоретичні відомості) йде від викладача-тренера до студентів. Тривалість 10–15 хв.

Переваги: ефективна для використання у великих групах; не потребує великих затрат; можливість структурування матеріалу; контролювання логічної послідовності матеріалу; розподіл часу взагалі та між окремими блоками зокрема; дає змогу систематизувати знання за короткий проміжок часу.

Недоліки: пасивна роль учасників; відсутність або слабкість зворотного зв'язку; підвищені вимоги до тренера-викладача; небезпека перевантаження аудиторії інформацією, діє тільки на слухові канали.

Групова дискусія у психологічному тренінгу – це спільне обговорення будь-якого суперечного питання, що дає змогу прояснити (можливо, змінити) думки, позиції й установки учасників групи у процесі безпосереднього спілкування. Дискусія дає змогу побачити проблему з двох боків, вчить

обґрунтовувати свою думку та переконувати інших, водночас вона вчить культурі полеміки, вмінню прислухатись до інших поглядів. Дискусії можуть бути структуровані (задається певна тема для обговорення) та неструктуровані.

Переваги: демонстрація розуміння або нерозуміння обговорюваних питань; активна передача знань, активна взаємодія, швидкий зворотний зв'язок.

Недоліки: потребує багато часу; важкість контролювання; можливість відходження від теми; сильна залежність від групи, рівня її підготовки; ймовірність затвердитись у хибній позиції, можливе виникнення роздратування.

Ігрові методи. Можна поділити на ситуаційно-рольові, дидактичні, творчі, організаційно-діяльнісні, ділові та імітаційні ігри. Гра допомагає усунути напруження учасників на початку тренінгів, може використовуватись для діагностики та самодіагностики труднощів і проблем, окрім того, закріплюються певні навички поведінки, ведеться пошук нових навиків, раніше невідомих, сприяє розкриттю творчих здібностей учасника.

Переваги: набутий досвід зберігається надовго; емоційне забарвлення; виникнення розуміння того, як ведуть себе інші люди, як сприймають наші дії; безпечне середовище.

Недоліки: штучність, можливість легковажного ставлення з боку учасників, збайдужіння; є елемент ризику, оцінюється виступ, а не проблема.

Метод конкретних ситуацій (кейсів). Один з популярних сьогодні методів. Інформація подається у вигляді фактів, що базуються на реальній ситуації, слід проаналізувати питання та проблеми, дати рекомендації щодо їх вирішення.

Переваги: реалізм; мінімізація тиску оточуючого середовища; можливість розгляду різноманітних поглядів; зв'язок з реальним життям; активна взаємодія.

Недоліки: виникнення ілюзій у разі зіткнення з подібною ситуацією в реальному житті з приводу наявності часу, знань, безпеки для її вирішення; відсутність висновків; правдоподібність.

Мозкова атака. Це метод вирішення проблем шляхом пошуку великої кількості різноманітних рішень протягом малого проміжку часу для подальшого їх аналізу та оцінювання. Головна функція – генерація ідей, а не аналіз та обговорення запропонованих рішень. Принципи методу: відсутність критики, заохочення ідей, рівноправність учасників, свобода асоціацій, записування всіх ідей, час для обговорення ідей та їх селекції.

Переваги: заохочення творчості мислення; вихід за межі стандартного мислення; простота, широкий збір інформації та ідей.

Недоліки: залежить від ступеня залучення учасників до процесу, їх відповідальності та налаштованості на результат; неповнота процесу, потребує наявності певних навичок.

Психогімнастика. Метод, коли учасники спілкуються без слів. Виділяють підготовчу, пантомімічну та завершальну частини. Відповідно до ступеня складності вирізняють розважальні вправи, що використовуються без попередньої підготовки, для емоційної розрядки та усунення напруження; та розминку, що використовується для створення ігрової атмосфери, усунення стереотипів поведінки. А також вправи, спрямовані на розвиток невербальних навичок спілкування (тактильних, візуальних, мімічних і пантомімічних). Вони сприяють розвитку компетенції у спілкуванні [8, с. 44–47].

Проективний малюнок. Застосовується для самовираження та виявлення внутрішніх проблем і переживань учасників.

Методи, що спрямовані на розвиток соціальної перцепції. Ці методи складаються з вербальних та невербальних технік. Студенти розвивають вміння сприймати, розуміти й оцінювати інших людей, самих себе, групу. Під час тренінгу учасники отримують інформацію про те, як їх сприймають інші, про те, наскільки точне самосприйняття.

Медитативні техніки. Спрямовані на розвиток навиків автосугестії, саморегуляції, навиків усунення психологічного напруження, стресів, на вивільнення творчої енергії тощо.

Отже, розглядаючи процес формування комунікативної компетентності, головну увагу слід приділяти відпрацюванню практичних навичок і вмінь.

Сучасний підхід до проблеми розвитку й удосконалювання комунікативної компетентності студентів полягає в тому, що навчання розглядається як саморозвиток і самовдосконалення на основі власних дій, а діагностика компетентності повинна стати самодіагностикою, самоаналізом. З огляду на це найбільш ефективним засобом формування комунікативної компетенції є соціально-психологічний тренінг, бо важливим моментом процесу формування комунікативних навичок є уявне програвання своєї поведінки в різних ситуаціях, що можливо здійснити за допомогою тренінгових прийомів. Крім того, учасники соціально-психологічного тренінгу під час занять, опановуючи різні способи міжособистісної взаємодії, отримують інформацію про те, яка поведінка є найефективнішою у тій чи іншій ситуації, деякі навички поведінки у спілкуванні стають автоматичними та як наслідок студенти стають більш компетентними в сфері спілкування.

Соціально-психологічний тренінг, як видно з вищевикладеного, є хоча і дуже ефективним, однак не єдиним засобом розвитку комунікативної компетентності. Людина опановує внутрішні засоби регуляції

комунікативних дій, вивчаючи культурну спадщину, спостерігаючи за поведінкою інших людей, аналізуючи можливі комунікативні ситуації. Отже, вирішуючи питання підвищення комунікативного потенціалу особистості, необхідно використовувати весь арсенал наявних засобів.

1. *Бакли Роджер, Джим Кейпл.* Теория и практика тренинга. СПб., 2002.
2. *Вачков И. В.* Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. М., 1999.
3. *Джонсон Д. И.* Тренинг общения и развития / Пер. с англ. М., 2000.
4. *Емельянов Ю. Н.* Активное социально-психологическое обучение. Л., 1985.
5. *Ли Д.* Практика группового тренинга. СПб., 2001.
6. *Макшанов С. И., Хрящева Н. Ю.* Психогимнастика в тренинге. СПб., 2001.
7. *Петровская Л. А.* Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. М., 1989.
8. *Петрушин С. В.* Психологический тренинг в многочисленной группе (методика развития компетентности в общении в группах от 40 до 100 человек). Москва; Екатеринбург, 2000.
9. *Прутченков А. С.* Социально-психологический тренинг в школе. 2-е изд., доп. и перераб. М., 2001.
10. *Торн К., Маккей Д.* Тренинг. Настольная книга тренера. СПб., 2001.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING WORKSHOP AS A TOOL OF COMMUNICATIVE COMPETENCE FORMATION

Viktoriya Prykhod'ko

*National University of Economics of Kyiv
Pobeda Avenue, 54/1, 03057 Kyiv, Ukraine
e-mail: vika@mkd.kiev.ua*

The article is devoted to the concept of communicative competence. It considers the basic principles, methods and tools of social-psychological training workshops, and their role in education.

Key words: communicative competence, social-psychological training, instruction methods.

Стаття надійшла до редколегії 10.05.2004
Прийнята до друку 29.11.2004