

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ ГРУПОВИХ ТРЕНІНГОВИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ, РОЗВИТКУ І КОРЕКЦІЇ

Лефтеров В.О.

кандидат психологічних наук, доцент, начальник Центру психотренінгових технологій Донецького юридичного інституту при Луганському державному університеті внутрішніх справ

Актуальність проблеми. Ефективною інновацією, що дозволяє в короткий термін і якісно сприяти просуванню прогресивних реформ і змін у різноманітних видах екстремальної діяльності (МВС, МНС України, Збройні сили тощо), є використання психотренінгових методів. Тому на сьогодні актуальним вбачається здійснення історичного огляду становлення групових тренінгових методів навчання, розвитку і корекції.

Метою даної статті є науково-історичний аналіз виникнення, розвитку та практичного використання психологічних тренінгів, як ефективних методів роботи з персоналом сучасних організацій.

Теорія і практика групового тренінгу своїми коренями іде в глибину тисячоріч. Ще на зорі людської цивілізації первісні люди, об'єднані у групи (споконвічно у формі родових племен), здійснювали різноманітні культові обряди і ритуальні дії, що виконували кілька функцій, у числі яких об'єднання, навчання і зцілення членів племені, прилучення їх до соціального і культурного досвіду своєї групи, стимуляція стану колективного емоційного підйому і збудження, емоційної розрядки.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Протягом історичного розвитку людства, завдяки духовному, соціальному та економічному перетворенню, розвитку і становленню форм і методів міжперсональної взаємодії, людина виділилась із навколишнього середовища і зайняла в ньому домінуюче становище. Ще Аристотель, розкриваючи суспільну сутність людини, відзначав, що людина - це соціальна тварина. Природне тяжіння

людей до групових форм буття, соціальної інтеграції і самоорганізації за допомогою використання групових феноменів виявляється практично у всіх галузях життєдіяльності людини. Особливо сила групового впливу використовувалася релігіями, під час здійснення різного роду релігійних обрядів, жертвопринесення і т.п. І сьогодні численні релігійні напрямки, конфесії і секти, постійно прагнучи розширити коло своїх прихильників, практикують масові ритуали, проповіді, піснопіння, танці, самокатування, показові «зцілення», часто з використанням телебачення, радіо та інших засобів пропаганди.

Давньогрецькі мислителі, у тому числі Сократ, Аристотель та інші удавалися до групової форми філософствування, щоб перевірити свої ідеї щодо природи Всесвіту і людського роду [1]. Як відзначає один з видатних дослідників групових методів психотерапії К. Рудестам (Rudectam K., 1982) «...середньовічні ченці об'єднувалися у релігійні ордени, щоб очищати душі й осягати Божественну сутність. Ці ранні форми об'єднання вже містили в собі зачатки тенденцій, що спостерігаються в сучасній психології, до роботи з групами» [2, с.9].

Згодом різноманітні групові форми психологічного впливу й інтеграції людей знайшли своє втілення в суспільних і політичних організаціях і рухах, ставали цементуючою ланкою партійних ідеологій. Вони сприяли соціальним і економічним підйомам, а також навчанню і розвитку як окремої людини, так малих і великих соціальних груп у багатьох сферах діяльності.

Дослідники групових форм психологічної практики традиційно наводять як приклад маркіза де Сад (1740-1814). Він, знаходячись у лікарні для божевільних, організовував постановку авторських п'єс, що розігрувалися його сусідами по палаті перед лікарняною публікою. Протягом вистав у цьому живому театрі часом відбувалися нудотні сцени, під час яких самодіяльні актори поступово оголювали свій внутрішній світ. Свідчення того, що експерименти маркіза де Сад в такому «живому театрі» впливали на ув'язнених, стали для сучасних авторів підставою для того, щоб розглядати ці експерименти як один з ранніх досвідів групової психотерапії [2, с. 10].

Пізніше, на початку XX століття Джекобе Морено уперше систематично застосував театральні прийоми для дослідження психіки і впливу на характер поведінки людей. Його знаменитий метод – психодрама – став цілим напрямком – школою у практичній психології і сьогодні активно використовується у системі психологічного консультування, психотерапії тренінгів і інших групових, у тому числі лікувальних і навчальних форм роботи.

В історії психології багато авторів намагалися дати науково-теоретичне пояснення процесам, що відбуваються у групі. Найбільш відомою вважається теорія «тваринного магнетизму» Франца Антона Месмера – австрійського лікаря, що практикував у Парижі наприкінці XVIII століття. На його думку, існує якийсь магнетичний флюїд, що у випадку нерівномірного розподілу усередині організму людини породжує хворобу. У зв'язку з цим лікар може за допомогою спеціальних маніпуляцій гармонійно перерозподілити флюїди і тим самим вилікувати хворого. Однак у той період вчені так і не звернули увагу на проявлені у роботі Месмера соціально-психологічні ефекти, пов'язані з міжособистісною взаємодією лікаря і хворого та цілющим впливом групи [3].

Як самостійний метод роботи з людьми тренінг виник у XIX столітті спочатку в медицині. Пізніше, у XX столітті тренінг починають активно використовувати у професійній освіті (як форму навчання), а також у практичній психології (як методу розвитку і психокорекції людини, малих соціальних груп). Слід зазначити, що, починаючи з тридцятих років XX століття, груповий рух у психотерапії і практичній психології набув такого розмаху, що не звертати на цей факт уваги академічна наука не могла. Метод психологічної допомоги людям, реалізований через малу групу (терапевтичну або корекційну), виявився надзвичайно ефективним і тому отримав статус одного із самих популярних.

Одними з перших дослідників, що почали вивчення групових методів, їхніх функцій і механізмів на рубежі XIX і XX століть були Еміль Дюркгейм і Георг Зиммель [4]. Власне

термін «тренінг» виник не у клінічній психотерапії, а у практичній роботі зі здоровими людьми й аж до теперішнього часу використовується багатьма психологами в сполученні з прикметником «соціально-психологічний».

Велике значення для групової психотерапії і груп тренінгу мали ідеї школи германо-американського психолога Курта Левіна, саме вони стали основою концепції лабораторного тренінгу в США. А відома «теорія поля» Курта Левіна обумовила розвиток уявлень про групову динаміку й інші групові феномени. [5]. Саме Левіну належать відомі слова про те, що звичайно легше змінити індивідуумів, зібраних у групу, ніж змінити кожного з них окремо. На його думку, найбільш ефективно особистість може змінювати свої погляди й установки, саме знаходячись у групі. Розроблений Левіним підхід до вивчення діяльності груп одержав назву «діючого дослідження». Так, завдяки безпосередній дослідницькій і практичній діяльності К. Левіна, з'явилися Т-групи – перші тренінгові групи, що являють собою навчальні лабораторії [6].

Згодом, ґрунтуючись на працях К. Левіна й інших авторів, в США було створено національну лабораторію тренінгу, що стало важливою історичною подією в розвитку теорії та практики тренінгу. Ідеї і технічні прийоми національної лабораторії тренінгу використовувалися в соціальній психології, педагогіці, менеджменті і медицині. Концепція даної лабораторії припускала тимчасове існування деякого співтовариства для забезпечення навчальним досвідом своїх членів. Завдяки формальним і неформальним процесам, окремі учасники могли набути навичок, необхідних для продуктивної участі в інших групах демократичного суспільства. Один із ключових елементів – тренінгова група базових навичок, або Т-група, що сприяла вивченню групової динаміки, аналізу реакцій, що викликають члени групи у оточуючих [7, с. 444].

Сучасне розуміння тренінгу містить у собі багато традиційних методів групової психотерапії і психокорекції, що змушує шукати його джерела в різноманітних напрямках клінічної психотерапії у групах. Більшість шкіл групової психотерапії і

тренінгів виникли в руслі основних напрямків світової психологічної науки - психоаналізу, біхевіоризму, гештальтпсихології, гуманістичній психології - або в результаті незвичайного сполучення різних теоретичних підходів.

Здійснюючи загальний аналіз основних концепцій і методологічних передумов сучасного психологічного тренінгу, слід зазначити, що, незважаючи на розходження між різноманітними психологічними напрямками і підходами, у психологічному тренінгу виявляється однакова логіка побудови групового процесу. Так, у родоначальника психодрами Дж. Морено - першовідкривача групової психотерапії, у тренінгових групах К. Левіна, засновника «груп зустрічей» і «клієнт-центрованої терапії» К. Роджерса, а також в інших підходах до групової психологічної роботи під час тренінгу або розгляду окремих проблемних питань тем, блоків, модулів і т.п., незмінно виявляються три послідовних стадії. Перша стадія - діагностико-констатуюча. Вона характеризується оголенням існуючих у даний час проблем шляхом виведення із внутрішнього плану в зовнішній неконструктивних особистісних уявлень, позицій, елементів і моделей поведінки. У біхевіоризмі це - демонстрація наявних навичок під впливом різних стимулів, у психоаналізі - усвідомлення несвідомих мотивів і бар'єрів, у гуманістичній психології - усвідомлення своєї неавтентичності. На цій стадії учасникам пропонується вирішувати поставлені завдання так, як вони можуть робити це без стороннього втручання і спеціального навчання. Тільки виведення проблемних галузей із внутрішнього плану в зовнішній - поведінковий - створює серйозну передумову для їх наступної корекції.

Друга стадія - моделюючо-еталонна - характеризується побудовою моделі ідеальної поведінки. У поведінковій психології це здійснюють через штучне створення еталона у формі відеозапису або програвання. Психодинамічний підхід особливо виділяє етап виникнення «звільненої, очищеної» особистості. У гуманістичному підході еталоном найчастіше виступає або поведінка ведучого, або тих учасників, що усвідомили цінність своєї особистості і прийняли себе такими, які вони є. Іншими словами, застосовуючи стратегії пошуку аналогів, комбінування,

реконструювання ведучий і учасники знаходять оптимальні моделі поведінки в кожній конкретній ситуації.

На заключній, третій стадії – формуючій та закріплюючій - навички індивідуальної і групової поведінки учасників групи максимально наближуються до еталона. У поведінковій психології це досягається через диференціацію підкріплення: позитивне підкріплення успішної поведінки і руйнування старих штампів. Психоаналітичні групи на завершальній стадії «звільняються» від тиску неефективних сценаріїв або інших конструктів несвідомого. У гуманістичній психології спеціально обговорюються і закріплюються основні принципи самоактуалізованої поведінки.

Поряд із практично незмінною логікою побудови групового процесу загальним для усіх без винятку тренінгів є наявність ігрового компонента. Тобто головною дією будь-якого тренінгу виступає гра.

У вітчизняній науці і практиці в 30-х роках ХХ сторіччя важливим напрямком, що реалізовував групові методи в соціальній практиці, виступила педологія, що претендувала на роль «метапсихології». У ряді наукових центрів, психотехнічних і педагогічних лабораторіях цілком у дусі часу намагалися розробляти методи і прийоми розвитку різних навчальних і трудових колективів відповідно до завдань комуністичного виховання. [8].

Виховні системи перших п'ятирічок радянської влади активно розробляли і використовували психотехнології, які згодом знайшли застосування й у психологічних тренінгах. Так, цілий ряд методик, що застосовувалися у груповій роботі з безпритульними відомим педагогом А.С. Макаренком. У радянській педагогіці розроблялися форми групового впливу в роботах В.А. Сухомлинського та інших педагогів.

Радянська психологія на ранніх етапах свого розвитку виявилася дуже сприйнятливою до ідей зарубіжних дослідників. Зокрема активно застосовувались групові методи, творчо використовувались психоаналітичні ідеї. Однак фактична заборона владою та гоніння на психологів вчених і практиків припинили на певний час розвиток тренінгу у вітчизняній науці.

В Україні тренінги як вид психологічної роботи почали застосовуватися з 70-х років минулого сторіччя. У 90-х роках почала формуватися національна школа тренінгу, чому сприяли учені і практики, що працювали в Київському національному університеті ім. Т.Г. Шевченка, Інституті психології ім. Г.С. Костюка, Інституті соціальної і політичної психології й інших освітніх і науково-дослідних установах.

Висновки. Таким чином, звертання до минулого досвіду – невичерпного джерела знання і мудрості - за допомогою проведеного нами історико-теоретичного аналізу дає можливість стверджувати, що сьогодні в науці і практиці достатньо розроблені і застосовуються активні групові методи навчання, розвитку і корекції. Серед різнопланових групових методів особливо виділяється тренінг як найбільш ефективна і популярна форма і технологія навчання і розвитку. Різноманіття тренінгових підходів, що базуються на концептуальних положеннях різних шкіл і напрямків психології, у числі яких психоаналіз, біхевіоризм, гуманістична психологія й інші, свідчить про широку поширеність і розгалуженість тренінгу, його універсальність і головне - перспективність.

Література

1. Аристотель. О возникновении и уничтожении //Соч. в 4 т.- М.: Мысль, 1981.
2. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: Теория и практика.- М., 1993.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. М.: изд-во «Ось-89», 1999.
4. История философии / Под ред. А.Н. Александрова. - М., 1940-1941. Т.1-2.
5. Lewin K. Resolving Social Conflict. New-York, 1948.
6. Левин К. Разрешение социальных конфликтов: : Пер.с англ.,-СПб: Изд-во "Речь", 2000.
7. Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. – СПб.: Питер, 2006.
8. Беляев Г.С., Лобзин В.С., Копылова И.А. Психогигиеническая саморегуляция.- Л..1977.

[HTTP://NUCZU.EDU.UA/](http://nuczu.edu.ua/)