

СУЧАСНІ МЕТОДИ ГРУПОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ ЗІ ЗДОБУВАЧАМИ ОСВІТИ

Олена Перцова, Юлія Перевізна

Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради
м. Харків, Україна

Основною *метою* діяльності соціально-психологічної служби ЗВО є підвищення ефективності освітнього процесу засобами практичної психології та, одночасно, захист психічного здоров'я всіх його учасників – студентів, викладачів та співробітників. Діяльність соціально-психологічної служби закладу вищої освіти має відбуватися в руслі основної мети освітньої діяльності, сприяти досягненню його кінцевих цілей – формування особистості та професійних якостей фахівця, підготовка до самостійного свідомого професійного, соціального та особистого життя.

Основні *завдання* у роботі психологів академії тісно пов'язані з завданнями підготовки висококваліфікованого фахівця, що не лише володіє необхідним обсягом теоретичних знань, практичних умінь та навичок, а й має необхідні психологічно-значущі особистісні якості, котрі дають йому змогу успішно адаптуватись до майбутньої діяльності, прагнути фахового й особистісного самовдосконалення, тобто бути професіоналом, який не зупиняється у своєму розвитку.

Одним з найбільш ефективних, як засвідчує досвід, сучасних методів групової психологічної роботи є проведення *психологічних тренінгів*.

Незважаючи на те, що психотренінг вважають науковим винаходом ХХ століття, цікаво, що історія мистецтв має власний досвід використання певних засобів для розвитку відчуттів, сприймання, емоцій та емпатійності, уваги та уяви. Так, сучасні ідеї щодо ефективних складових розвитку професійної майстерності шляхом групового і аутотренінгу пропонували своїм учням геніальний італієць Леонардо да Вінчі (XV ст.), паризький професор вокалу

Франсуа дель Сарте (XIX ст.) та інші. У теперішній час у психолого-педагогічній практиці тренінги широко використовуються з метою навчання, розвитку та психокорекції. Діапазон завдань, які можна вирішити за допомогою тренінгових технологій, охоплює різноманітні аспекти – від налагодження та вдосконалення сенсорних систем до сприяння процесам особистісного зростання, розвитку творчого потенціалу, розкриття можливостей самопізнання й саморефлексії.

Активно впроваджуються в роботу із здобувачами освіти *соціально-психологічні тренінгові заняття*, що спрямовані на покращення рівня культури міжособистісних стосунків в освітньому середовищі, взаємовідносин у родині, профілактику шкідливих звичок, пропаганду здорового способу життя, підвищення рівня толерантності, профілактику стресових станів, вирішення конфліктних ситуацій тощо. Довгий час психологи академії з успіхом упроваджують такі теми тренінгових занять зі студентами, як «Спілкування. Вчимося розуміти й поважати інших», «Здоровим бути здорово!», «Толерантність як необхідна умова функціонування сучасного суспільства», «Спілкуємось та діємо!», «Спілкування – один із найважливіших процесів в житті людини», «Конфлікт як явище комунікації».

Одним із найулюбленіших напрямів роботи, апробованих зі студентами, є впровадження *арт-терапевтичних методів*. Термін «*арт-терапія*» (терапія мистецтвом) був уведений Адріаном Хілом у 1938 р. і як спосіб вільного особистісного самовираження.

Сучасна арт-терапія не має обмежень і протипоказань, вона завжди ресурсна та екологічна у плані її застосування. Сьогодні вона з успіхом використовується у психології та педагогіці, соціальній роботі і в бізнесі.

Арт-терапія – це метод надання психологічної допомоги, де твори мистецтва або сам процес їх створення використовуються як своєрідний терапевтичний фактор для передачі людських емоцій і почуттів, різних проявів психічної діяльності людини. У процесі творчої діяльності під час арт-

терапевтичних сесій у студентів виникає почуття емоційної насиченості, відбувається більш глибоке розуміння себе і свого внутрішнього світу.

Використання в роботі з майбутніми фахівцями арт-терапевтичних тренінгів, вправ, технік як у груповій, так і в індивідуальній формах вирішує багато особистісних проблем студентів, пов'язаних із бар'єрами комунікації, конфліктами, психологічними травмами, депресіями, пошуками ресурсних станів, актуалізацією проблемних моментів. Метод допомагає розвитку здібності до зняття внутрішнього контролю, розвитку уяви, релаксації у цілому.

Для студентів, які мешкають у гуртожитку проводяться такі арт-терапевтичні заходи, як: «Арт-терапія як ефективний метод саморегуляції психоемоційного стану», «Дерево року», тренінг «Повір у себе!». Метою заходів є: розвиток емоційного інтелекту, здатності до саморефлексії, формування визначення і пошуку ресурсів, підвищення комунікативних навиків, розвиток працювати у команді, формування сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі.

Проводяться Круглі столи для здобувачів освіти за темами «Толерантність як риса сучасної людини», «Профілактика булінгу у студентському середовищі», «Кохання – це...», «Протидія та профілактика домашнього насильства у відношенні дітей», тренінгові заняття «Вміння приймати рішення, розвиток навичок самоконтролю – як важливі фактори ефективної взаємодії».

Розробляються та проводяться тренінгові заняття, метою яких є стимулювання внутрішньої мотивації студентів в оволодінні обраної професією й особистісному зростанні. У ході занять психолог-тренер прагне вирішити наступні завдання: допомогти учасникам зрозуміти, що вони самі можуть визначити процес свого навчання та змін; допомогти кожному краще зрозуміти власну точку зору та думки інших учасників тренінгу; уважно простежити процес послідовного опанування учасниками основних питань за тематикою тренінгу, допомогти учасникам усвідомити власні результати навчання, підтримати впевненість у власних силах, умінні самостійно

знаходити конструктивні способи вирішення проблем, завдань розуміючи одночасно цінність колективної взаємодії, толерантності взаємин, що ведуть до позитивних довготривалих наслідків.

Таким чином, проведення *соціально-психологічних тренінгових занять* та запровадження арт-терапевтичного методу у роботі зі здобувачами освіти є ефективним психологічним інструментом практичних психологів у супроводі освітнього процесу.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ІНФОРМАЦІЇ

1. Афанасьєв М.В./ Тренінг формування компетенцій з економіки підприємства: навчальний посібник [Текст] / М.В Афанасьєв, І.В. Гонтарева, Д.О. Тищенко. – Х.: ВД «ІНЖЕК», 2010. – 328 с.

2. Вачков И.В. Основы группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. [Текст] / И.В. Вачков. – М.: «Ось-89», 2001. – 224 с.

3. Венщикова И.А. Технология организации и ведения бизнес-тренинга [Текст] / И. А. Венщикова. Методическое пособие. – СПб.: Речь, 2006. –342 с.

4. Кроль Л.М., Михайлова Е.Л. Тренинг тренеров: как закалялась сталь [Текст] / Л.М.Кроль, Е.Л. Михайлова. – М.: Независимая фирма «Класс», 2002. – 192 с.