



4. Борисюк А.С. До проблеми професійної ідентичності майбутнього фахівця / А.С. Борисюк // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 9. – С. 63–68.

5. Кумырина Ю.А. Социально-психологический компонент профессиональной идентичности студентов-юристов / Ю.А. Кумырина [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.dissercat.com/content/sotsialno-psikhologicheskii-komponent-professionalnoi-identichnosti-studentov-yuristov>.

6. Лук'янчук А.М. Модель розвитку професійної ідентичності майбутніх педагогів / А.М. Лук'янчук // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 2. – С. 1–7.

7. Правдивець Н.О. Психологічні фактори становлення професійної ідентичності у жінок-військовослужбовців / Н.О. Правдивець // Теорія та методика управління освітою. – 2011. – № 7. – [Електронний ресурс]. – Режим доступа : <http://umo.edu.ua/katalog/>

545-elektronne-naukove-fahove-vydannja-qteorijata-metodyka-upravlinnja-osvitojuq-vypusk-7-2011.

8. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека / Ю.П. Поваренков. – М. : Изд-во УРАО, 2002. – 160 с.

9. Черчик О.М. Професійна ідентифікація менеджера туристичного бізнесу в процесі вузівської підготовки / О.М. Черчик // Економічна наука. – 2006. – № 5–7. – С. 21–26.

10. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность (структура, генезис и условия становления) : автореф. дисс. ... докт. психол. наук : спец. 19.00.13 / Л.Б. Шнейдер. – М., 2001. – 42 с.

11. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг : [учебное пособие] / Л.Б. Шнейдер. – М. : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : МОДЭК, 2004. – 206 с.

УДК 159.923.2

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ НАСТАНОВЛЕНЬ

Сошина Ю.М., аспірант кафедри практичної психології
Запорізький національний університет

У статті розглянуто соціально-психологічний тренінг як засіб формування ціннісно-смислових настановлень. Розкрито доцільність психолого-педагогічного впливу на формування компонентів ціннісно-смилової сфери в підлітковому віці. Проаналізовано історію виникнення соціально-психологічного тренінгу. Визначено сутність підходів до психолого-педагогічної роботи в області особистісних цінностей і смислів (онтологічний і методологічний). Подано вправи СПТ для формування ціннісно-смилових настановлень в отрочстві.

Ключові слова: ціннісно-смилова сфера, ціннісно-смилові настановлення, соціально-психологічний тренінг, підліток.

В статье рассмотрен социально-психологический тренинг как способ формирования ценностно-смысловых установок. Раскрыта целесообразность психолого-педагогического воздействия на формирование компонентов ценностно-смысловой сферы в подростковом возрасте. Проанализирована история возникновения социально-психологического тренинга. Определена сущность подходов к психолого-педагогической работе в сфере личностных ценностей и смыслов (онтологический и методологический). Поданы упражнения СПТ для формирования ценностно-смысловых установок в отрочестве.

Ключевые слова: ценностно-смысловая сфера, ценностно-смысловые установки, социально-психологический тренинг, подросток.

Soshina Yu.M. SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS THE METHOD OF FORMATION OF VALUES-SEMANTIC OPTIONS

The article describes socio-psychological training as methods for the formation of values-semantic options. The appropriateness of psycho-pedagogical impact to the formation of the components of value-semantic sphere in adolescence are revealed. The history of the socio-psychological training was analyzed. The features of approaches to psycho-educational work in the sphere of personality values and sense (ontological and methodological) are defined. Program of SPT for the formation of value-semantic options in adolescence is given.

Key words: value-semantic sphere, value-semantic options, socio-psychological training, juvenile.

Постановка проблеми. Радикальні перетворення у сфері політичного, економічного та соціального буття неухильно призводять до зміни ціннісно-смилової сфери

зрілої особистості, унеможливають або ж ускладнюють формування компонентів вказаної сфери в найбільш чутливому періоді для цього – отрочстві. На зазначе-

ному етапі вікового розвитку відбувається не тільки розширення діапазону цінностей та смислів, а й їхнє усвідомлення, ієрархізація, структурування (Л.І. Божович, І.С. Кон, В.І. Слободчиков). Тому необхідно супроводжувати та стимулювати формування компонентів ціннісно-сислової сфери засобами активного соціально-психологічного навчання, впроваджувати в навчання елементи смислодидактики тощо.

Для досягнення поставленої мети та вирішення проблеми формування ціннісно-сислових настановлень у підлітковому віці ми пропонуємо використовувати соціально-психологічний тренінг.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Соціально-психологічний тренінг як форма групового навчання має всебічне теоретичне обґрунтування та широку експериментальну базу. Так, виникнення тренінгових груп пов'язують із німецьким психологом К. Левіном (досліджував явище групової динаміки). Тренінгові групи (Т-групи) були створені для організації лабораторних тренінгів, у яких досліджувались динамічні процеси в малих соціальних групах.

Інше джерело розвитку тренінгів пов'язують з ім'ям Я. Морено. Дослідником було розроблено основи соціометрії, що досліджує структуру й динаміку малих груп та принципи групової психотерапії, які з успіхом використовуються майже в усіх сучасних психологічних тренінгах [4].

Радянський період розвитку соціально-психологічних тренінгів починається із 70-х років ХХ-го століття й пов'язаний з іменами Л.А. Петровської, Г.О. Ковальова, Ю.М. Ємельянова, Н.Ю. Хрящової та інших. В Україні одним із піонерів тренінгового руху була система активного соціально-психологічного навчання (АСПН) Т.С. Яценко [4].

Отже, соціально-психологічний тренінг – це один із методів активного навчання й психологічного впливу, який здійснюється в процесі інтенсивної групової взаємодії та спрямований на підвищення компетентності у сфері спілкування, у якій загальний принцип активності учня доповнюється принципом рефлексії над особистою поведінкою та поведінкою інших учасників групи [6, с. 338].

Постановка завдання. Мета статті полягає в тому, щоб розкрити можливість використання соціально-психологічного тренінгу як засобу формування ціннісно-сислових настановлень.

Виклад основного матеріалу дослідження. Формування системи цінностей та смислів як особливої сфери особистості найчастіше розглядається як основна мета

й сутність виховання. Однак у практиці освіти пріоритетними залишаються проблеми психології навчання, пов'язані з професійною підготовкою, адаптацією, розвитком пізнавальної сфери учнів, і незначне місце відводиться формуванню етичних та моральних устремлень, осмисленості життєвої позиції, якостей, що складають основу внутрішнього світу особистості [1].

Згідно з твердженням сучасних дослідників «в умовах духовно-ціннісного вакууму, що заповнюється маскультурою, у доросле життя вступило покоління молодих людей, які мають еклектичну систему ціннісних орієнтацій, що характеризує обмеженість їх соціалізації, втрату довіри до предметного й природного світу, деформацію соціальних відносин, наростання розгубленості в соціальній орієнтації особистості» [3, с. 11]. Для вирішення поставленої проблеми ми вбачаємо за доцільне використовувати соціально-психологічний тренінг із формування ціннісно-сислових настановлень, для обрання вправ тренінгу необхідно дотримуватися певних вимог, які ми зараз розглянемо.

О.Б. Перелигіна на основі аналізу теоретичних і практичних розробок питання ціннісно-сислового розвитку виділяє два підходи до психолого-педагогічної роботи у сфері особистісних цінностей і смислів: онтологічний і методологічний. Головна відмінність вказаних підходів полягає в ставленні до проблеми формування ціннісно-сислових настановлень. Онтологічний підхід при цьому орієнтований на очевидну, пряму орієнтацію особистості на ті чи інші цінності, що відповідають особистій онтології, на вказування так званого «правильного» шляху й способу життя. Причому треба відзначити, що як «ідеальний» шлях транслюються зазвичай мало усвідомлювані, недостатньо відрефлексовані самим транслюючим підґрунтя буття. Такого роду ціннісно-сислова трансляція прийнятна для традиційного суспільства, заснованого на стійких ціннісних орієнтаціях і смислових основах, але є кризовою в межах динамічного та мінливого світу, тим паче в умовах соціальних, політичних та економічних трансформацій соціального буття.

Методологічний підхід враховує ціннісно-сислове бачення респондента та орієнтований на побудову його особистої життєвої перспективи, у ході чого відбувається з'ясування суб'єктом власних життєвих установок, прояснення їм перспективності такої життєвої позиції та прийняття рішення про подальший рух по обраній життєвій траєкторії або про необхідність її зміни [5]. Запропоновані нами вправи соціаль-



но-психологічного тренінгу базуються саме на методологічному підході, враховуючи його особливості.

Аналіз технологій ініціації смислотворення дозволяє перенести їхній зміст щодо категорії ціннісно-смилових настановлень та впливу на їхнє формування, а саме [2, с. 7–8]:

1. Прямий вплив на ціннісно-смилову сферу особистості. Задля цього слід використовувати анкети, міні-інтерв'ю, усні бесіди зі школярами щодо проблем життєвих цілей, основних суспільних та індивідуальних цінностей, про пріоритети в світогляді, про особливості вибору в ситуаціях невідзначеності.

2. Використання ідентичності з метою формування заданого ставлення до конкретного об'єкта.

Ідентичність включає в себе дві підсистеми: особистісну ідентичність і соціальну ідентичність. Перша – це самовизначення в термінах фізичних, інтелектуальних та моральних рис. Друга характеризується приналежністю людини до певних соціальних категорій: раси, національності, статі. Людина може ототожнювати себе не тільки з іншою людиною, але й з ідеалами, зразками, із суспільними цінностями, зі своїми прагненнями, цілями; і в процесі такого ототожнення чи порівняння учень починає бачити свої особливості по-новому, оперує тим ставленням, яке виникає в результаті порівняння себе з оточуючими.

3. Використання стимульної мотивації як чинника формування певних смислів через конвекцію.

Змагальна мотивація може розглядатися як суттєва складова пізнавальної мотивації старшокласників, що бере участь в актуалізації провідних смислових орієнтацій. Чим глибше особистісний смисл, породжуваний цим змагальним мотивом, чим сильніше те ставлення, яке виникає в підлітка до цілей цієї діяльності, тим імовірніше, що цей мотив стане мотивом-перспективою, найбільш стійким компонентом загальної мотивації, частиною смисложиттєвої стратегії особистості.

Отже, для формування ціннісно-смилових настановлень необхідно дотримуватись методологічного підходу, застосовувати прямий вплив на ціннісно-смилову сферу особистості, використовувати явище ідентичності з метою формування заданого ставлення до конкретного об'єкта та застосувати стимульну мотивацію як важливий чинник формування смислів. Враховуючи перераховані вимоги, можемо перейти до розгляду вправ соціально-психологічного тренінгу.

Вправа «Мої ідеали» (за І.В. Дубровіною)

Ведучий пропонує учасникам виділити певні періоди свого життя й спробувати згадати, хто з нині живих або тих, хто жив в минулому, був для них прикладом, на кого вони хотіли бути схожими – у чомусь або в усьому. Це можуть бути не тільки рідні та близькі, знайомі, друзі й т. д., але також і персонажі книг, фільмів, п'єс, історичні особистості (письменники, художники, політики й т. д.), сучасні знаменитості.

Вправа «Сенс життя» (за К. Фопель)

Учасникам необхідно зручно сісти та намагатися уявити образи за інструкцією ведучого: це образ старовинної будівлі з підвалом та горищем та основний образ-мотив – старець, який знаходиться в бібліотеці. З ним і потрібно «спілкуватись». Учня пропонують поставити йому найважливіше питання: «Навіщо я прийшов у цей світ?». Можна ставити й будь-які інші питання, які цікавлять учасника. Завершення вправи-візуалізації традиційне: необхідно вийти з будівлі тим же уявним шляхом, поступово розплющити очі й повернутись до реальної дійсності [7].

Вправа «Перетворюємо проблеми на мету»

Ця вправа дає учасникам можливість скласти загальне уявлення про їхні повсякденні проблеми та сформулювати найбільш важливі з них у вигляді цілей.

Інструкцію до цієї вправи можна використовувати як роздатковий матеріал.

Інструкція: У кожного з нас є свої проблеми. Деякі з них ми повинні прийняти й жити з ними так, як можемо. Проте, на щастя, багато наших проблем можуть бути вирішені, якщо ми зможемо представити їх для себе у вигляді цілей, яких ми хотіли б досягти.

1. Необхідно скласти список проблем, які учасники хотіли б якнайшвидше вирішити. Поставлені ведучим питання допоможуть у цьому (Що я дійсно хочу робити, мати, чого хочу досягти? Що може мене задовольнити? На що я найчастіше скаржуся?).

2. Тепер опишіть проблему, яку ви хотіли б вирішити насамперед. Намагайтеся уявити її об'єктивно.

3. Сформулюйте мету, яку ви могли б досягти. Що вам треба зробити для того, щоб ваша проблема зникла або принаймні стала менш гострою?

Вправа «Мапа майбутнього»

Представлення свого майбутнього у вигляді мапи місцевості дозволить учасникам більш чітко усвідомити свої цілі. Метафоричне вираження цілей у вигляді пунктів

на мапі, а шляхів їх досягнення – у вигляді вулиць і доріг, допомагає учасникам створити в уяві наочну картину свого майбутнього.

Після створення такої карти кожен зможе співвіднести цілі між собою й зрозуміти, наскільки вони поєднуються одна з одною, які перешкоди зустрічаються на шляху до них, які нові можливості відкриваються тощо [7].

Вправа «Стріла»

Ця вправа навчає учасників влучному «прицілюванню». Нерідко ми прагнемо досягти своїх цілей надто різко або вибираємо невдалий для їх досягнення час. Уявно діючи, ми можемо усвідомити, що саме нам треба робити, щоб рухатися до своєї мети впевнено й зосереджено. Учасники уявляють лук, об'єкт, у який необхідно поцілити. Ведучий детально проговорює всі уявлювані дії.

Вправа «Мій всесвіт»

На аркуші паперу намальовані сім кіл, у центрі – ще одне коло. Кола потрібно заповнити таким чином:

- моє улюблене заняття;
- мій улюблений колір;
- мій найкращий друг;
- моя улюблена тварина;
- моя улюблена пора року;
- мій улюблений казковий персонаж;
- моя улюблена музика.

У центральному колі пишеться ім'я. Потім учасники за бажанням зачитують, що їх оточує, дарує радість та є їхнім всесвітом.

Вправа «Частини мого «Я»

Ведучий пропонує учасникам згадати, якими вони бувають у різних ситуаціях залежно від обставин (часом настільки несхожими на себе самих, начебто це різні люди), і спробувати намалювати ці різні види свого «Я».

Після виконання завдання всі учасники та ведучий по черзі показують свої малюнки групі, розповідають, що на них зображено, та обмінюються враженнями.

Вправа «Чарівна крамниця»

Ведучий пропонує учасникам подумати, якими якостями вони володіють. Потім просить уявити собі чарівний магазин, у якому кожен в обмін на одні свої якості (розум, сміливість, чесність, лінь, байдужість тощо) може отримати інші, які вважає потрібними. «Покупець» здає свої якості, «продавець» говорить, чи є те, що потрібно, скільки він міг би дати натомість і т. д. У дискусії учасники діляться своїми переживаннями від гри, обговорюють, чи будь-яка людська якість є цінною тощо.

Вправа «Перелік улюблених речей»

1. Ведучий просить учасників, щоб вони перерахували, записавши в стовпчик,

5 своїх улюблених предметів, володіння якими приносить задоволення, або тих, які є дуже корисними, чи предмети, завдяки яким учасники можуть у чомусь вдосконалюватися. У другому стовпчику – 5 речей, без яких їм важко було б жити, які вони беруть із собою кожен раз, відправляючись куди-небудь, або без яких почуваються нещасними чи відчували б себе так, якби ці предмети у них відібрали.

2. Після заповнення опитувальних листів учасники представляють свої результати, показуючи одночасно значення перерахованих предметів для них самих і для близьких їм людей.

3. Учасники дають відповіді на питання (Що саме вони цінують? Чого прагнуть, приділяючи увагу своїм улюбленим речам?)

4. Після закінчення дискусії учасники займають зручні місця (у кріслі, на дивані, можна розміститися на підлозі), закривають на кілька хвилин очі й уявляють, що вони опинилися в закритій кімнаті, де знаходяться різні речі: радіоапаратура, антикваріат, старовинні годинники, побутова техніка, одяг тощо. Вони повинні вирішити, що з побаченого хотіли б взяти собі, враховуючи, що дозволено взяти 3 речі.

5. На листках паперу учасники пишуть назви цих трьох речей, які обрали. Потім порівнюють, як обрані ними предмети співвідносяться з перерахованими раніше улюбленими речами й до яких цінностей їх можна віднести [8].

Вправа «Цінність та сенс життя»

1. Ведучий просить учасників намалювати дерево. Пояснює, що справа не в художньому виконанні, а в зображенні якогось символу – у цьому випадку ним буде дерево, яке символізує конкретного учасника.

2. Ведучий пропонує учасникам дати відповіді на питання (Яке це дерево? З чого складається кожне дерево? Чого в ньому бракує? Що це дерево дає іншим? Що можна зробити для того, щоб моє дерево приносило ще більше плодів?).

3. Кожен з учасників розповідає про своє дерево, використовуючи власні записи з опитувального листа.

4. Учасники приколюють символи своїх дерев до одягу й прогулюються по приміщенню, більш близько знайомлячись з іншими символами. Ті з них, хто знайде собі партнера для бесіди, об'єднуються в невеликі групи й обговорюють, що їм дала вправа. Наприклад, яким чином спостереження, зроблені щодо дерева, можна пов'язати зі своїм життям, що могли б виправити у своєму житті для того, щоб «при-



носити більше плодів», як для себе знайти сенс життя? [8].

Вправа «Що важливо, що необхідно?»

1. Ведучий запалює приготовлені заздалегідь свічки так, щоб їх було добре видно всім учасникам (число свічок довільне, однак не менше трьох).

2. Ведучий просить учасників уважно дивитися на палаючі свічки. Через декілька хвилин він звертається до учасників із проханням, щоб вони розповіли, що, на їх погляд, необхідно для того, щоб свічка дала світло, що викликає збільшення полум'я, його чіткість, більшу тривалість горіння тощо. Іншими словами: що важливо, що підвищує цінність свічки, що є причиною відмінності свічки від запаленого сірника, який теж дає полум'я й світло?

3. Коли всі учасники висловляться, ведучий роздає аркуші для відповідей і просить зліва написати те, що людині необхідно для її існування, життя, а праворуч – те, що важливо й робить людину «більш ніж людиною». Потім біля найважливіших властивостей із лівого й із правого боку дописують цифру «1», біля менш важливої – цифру «2» і т. д.

4. Учасники (кожен окремо) порівнюють свої відповіді лівої та правої сторін і діляться спостереженнями з іншими.

5. Наприкінці всі малюють піраміду, яка виражає те, що необхідно, потрібно, і те, що свідчить про гуманність людини [8].

Висновки. Аналіз наукової літератури з досліджуваної проблематики дозволяє дійти таких висновків: по-перше, необхідно супроводжувати та стимулювати формування компонентів ціннісно-смыслові сфери засобами активного соціально-психологічного навчання, впроваджувати в навчання елементи смислодидактики тощо; по-друге, з підходів до психолого-педагогічної роботи у сфері особи-

стісних цінностей і смислів спиратися на методологічний, а не онтологічний підхід; по-третє, під час соціально-психологічному тренінгу застосовувати технології ініціації смислотворення (розглянуті нами вище). Щодо поданого переліку психодіагностичних вправ, то він складається з декількох блоків, адже формування ціннісно-смыслових настановлень вимагає часу та стійкого впливу на респондента не лише з боку психолого-педагогічної служби освітнього закладу, а й іншого суб'єкта виховного процесу – вчителя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Близнецова О.И. Ценностно-смысловая сфера личности студентов как цель воспитания / О.И. Близнецова, И.П. Шапенкова // Вестник Нижегородского государственного гуманитарного университета. – 2009. – № 3. – С. 68–75.

2. Воскобоев А.И. Технологии убеждающего воздействия: особенности применения в практике учебного процесса / А.И. Воскобоев // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2009. – № 7/3. – С. 5–10.

3. Воспитание: современные парадигмы : [монография] / [А.К. Быков, И.А. Липский, Л.Е. Никитина, О.Г. Прохорова и др.] ; под общ. ред. З.А. Багишаева и А.К. Быкова. – М. : Московский Север, 2005. – 160 с.

4. Горностай П.П. Основы социальной психологии : [навчальний посібник] / П.П. Горностай. – К. : Міленіум, 2008. – С. 445–477.

5. Нестеренко И.Е. Психолого-дидактические особенности формирования смысловых установок старшеклассников в учебном процессе : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 / И.Е. Нестеренко. – Ростов-на-Дону, 2009. – 20 с.

6. Осипова А.А. Общая психокоррекция : [учебное пособие] / А.А. Осипова. – М. : Сфера, 2002. – 510 с.

7. Фопель К. Психологические группы: рабочие материалы для ведущего : [практическое пособие] / К. Фопель. – М. : Генезис, 2004. – 256 с.

8. Ostrowska K. W poszukiwaniu wartości / K. Ostrowska ; il. Anna Godlewska. – Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 1994. – 150 s.