

## ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ, ВИХОВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.925.001.8

**І.Г. БАТРАЧЕНКО,**

*доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки та психології  
Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля*

### ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ ЖИТТЄВОЇ АНТИЦИПАЦІЇ

Проаналізовано варіанти розвитку життєвої антиципації особистості у формі цілеспрямованого процесу та побічного результату життєтворчої активності. Цілеспрямований розвиток антиципації розглянуто у напрямі використання традиційних і активних групових методів навчання. Наведено результати апробації зазначених програм навчання життєвої антиципації.

*Ключові слова: антиципація, життєтворчість, навчіння, побічне навчіння, традиційні методи навчання, активні групові методи навчання.*

**П**остановка проблеми та мети дослідження. Актуальність проблеми розвитку здатності до антиципації життєвого шляху є добре усвідомленою в сучасній психології [1; 2]. Однак підхід до розвитку антиципаційної спроможності особистості, як і інших здатностей, сьогодні переважно здійснюється шляхом використання активних групових методів навчання, які зараз все частіше називають тренінговими технологіями [3]. Безперечно, тренінгові технології мають цілу низку переваг. Однак це жодним чином не нівелює значущість традиційних методів навчання, а також інших способів розвитку життєво важливих здібностей особистості. Зазначені міркування і зумовили вибір теми дослідження, метою якого є саме розробка комплексного підходу до розвитку життєвої антиципації, що поєднує як традиційні, так і новітні підходи до розвитку психічних функцій.

**Виклад основного матеріалу.** Здатність до життєвого антиципування є продуктом особливого різновиду навчіння, яке здійснюється упродовж усього людського життя. Здебільшого цей процес відбувається стихійно. Людина живе, накопичує враження про власне життя, життєві шляхи інших людей, персонажів художньої літератури, кіногероїв тощо. Ці враження мимоволі підлягають підсвідомій класифікації, узагальненню та систематизації, утворюючи основу для побудови власних планів та прогнозів. Побудовані ж очікування та сподівання постійно зіставляються з дійсністю, коригуються та уточнюються. У такий спосіб життєве антиципування може досягти досить високого розвитку, виникаючи як супутний ефект життєтворчої активності особистості.

Цілеспрямоване навчіння життєвої антиципації цілком можливе, хоча до останнього часу йому не приділялося значної уваги. Цей різновид розвитку антиципаційної спроможності особистості може здійснюватися у межах як традиційного підходу, де переважає повідомлення та сприймання відповідних знань, так і у межах активних групових методів, де домінують тренувальні вправи, спрямовані на формування відповідних навичок та вмій, а також корекцію та розбудову образу власного майбутнього суб'єкта. Обидва вони реалізуються у нашій роботі у формі розробки відповідного циклу з психології життєтворчості і антиципаційно-орієнтованого біографічного тренінгу.

Бесіди з психології життєтворчості були спрямовані на озброєння слухачів систематизованими знаннями, важливими для ефективного автобіографічного антиципування. Тема-

тика цих бесід включала такі розділи: осмислення та організація життєвого шляху в цілому; аналіз пройденого життєвого шляху та окремих його етапів; осягнення наявних життєвих ситуацій; передбачення, вибір та планування подальшого життєвого шляху; прийняття та реалізація життєвих рішень.

Зміст бесід був побудований з використанням не тільки науково-психологічних знань, але і прислів'їв, афоризмів, прикладів з художньої літератури, поезії. У цих бесідах ми прагнули інтегрувати в єдину цілісну систему надбання як науки, так і мистецтва, літератури, фольклору тощо. У програмі цих занять ми прагнули дати, наскільки це було можливо, квінтесенцію суспільно-історичного досвіду людства, накопиченого у сфері життєтворчості.

Окрема бесіда включала в себе лекційні, діалогічні та дискусійні компоненти, а загальна тривалість становила 1,5 години. Сам же цикл складався з 8–12 бесід залежно від аудиторії і обставин. Аудиторію складали три категорії слухачів: старшокласники, студенти та люди середнього віку.

По закінченні занять ми просили слухачів висловити свою думку щодо користі матеріалу занять як письмово, так і усно. На підставі цього ми робили висновок про їх ефективність. Показниками такої ефективності ми вважали думку слухача про відчуття користі для нього від циклу занять з психології творчості. Ще більш точним визначення ефективності такої оцінки буде через кілька років, коли можна буде перевірити дієвість набутих знань, що ми і плануємо зробити.

Практично всі слухачі всіх груп (4 групи – старшокласники, 3 групи – студенти, 3 групи – середній вік) визнали курс психології життєтворчості для себе цікавим і корисним. Але близько 10–15 слухачів не проходили курс повністю. Дехто – через певні обставини, а дехто – через втрату до них інтересу. Аналізуючи досвід проведення занять з психології життєтворчості в цілому, починаючи з реакції на оголошення цього курсу, співбесіди, прийняття рішення пройти курс цих занять, участь у них і підбиття підсумків після їх прослуховування, можна робити висновок, що є сенс говорити про наявність у людини особливої потреби – потреби у життєтворчості, у самостійному проектуванні і здійсненні свого життя, потреби бути володарем своєї долі. При цьому рівень розвитку цієї потреби має дуже широкі індивідуальні відмінності. Є люди з дуже слабо вираженою цією потребою, а є – з яскраво розвинутою. Саме вони і були слухачами наших груп. Окрім загострення та стихання, потреба у життєтворчості має і вікову динаміку. Вона загострюється в період вікових криз (особливо середини життя, юності) і дещо стихає в стабільні періоди.

Опишемо тепер шляхи її удосконалення активними груповими методами, які були реалізовані нами у формі антиципаційно-орієнтованого біографічного тренінгу. Основним завданням антиципаційно-орієнтованого біографічного тренінгу є психологічна допомога учасникам групи в побудові суб'єктивної моделі власного майбутнього та стимуляція розвитку здатності до автобіографічного антиципування. Груповий характер занять дає змогу психологу не тільки працювати одночасно з десятком клієнтів, але й організувати між ними взаємобмін та взаємозбагачення автобіографічного антиципування. Інтенсивне та поглиблене знайомство з життєвими цілями, сподіваннями, побоюваннями та розрахунками інших, порівняння їх з власними моделями свого майбутнього створює також сприятливі можливості для більш глибокого усвідомлення власних надій, планів та очікувань. Цьому сприяє також і розповідь про своє бачення власного майбутнього, а також розпитування з боку групи про життєві перспективи і плани кожного учасника. Це допомагає більш чітко прояснити суб'єктивну модель власного майбутнього, з'ясувати в ній прогалини та слабкі місця і накреслити шляхи її збагачення, корекції та вдосконалення.

Група може допомагати своїм учасникам також і груповим аналізом проблеми власного майбутнього для кожного її члена. Ефект групи в цьому випадку полягає в доповненні індивідуального процесу автобіографічного антиципування груповим процесом біографічної антиципації. У результаті цього людина отримує змогу порівняти власне бачення свого майбутнього з баченням свого майбутнього іншими, що значно розширює автобіографічний світогляд.

Ведучий групи не тільки організовує вищезазвані процеси, але і ознайомлює учасників групи з широким діапазоном наявних у людській культурі технологій автобіографічного антиципування, дає їх науково-психологічний аналіз, пропонує науково виважені концептуальні схеми та процедури автобіографічного передбачення та планування.

Взаємообмін досвідом автобіографічного антиципування, допомога і взаємодопомога у життєвому плануванні та передбаченні, а також засвоєння культурно-вироблених технологій біографічної антиципації має місце і у повсякденному житті. Але у повсякденному житті ці процеси відбуваються несистематично, неорганізовано і стихійно. Тому тренувальна група є до певної міри аналогом суспільства, в якому людина шляхом соціалізації вчиться автобіографічному антиципуванню. Процеси у групі також є моделлю тих процесів, які стихійно здійснюються у суспільстві при формуванні антиципації як вищої психічної функції. Але у випадку прогностично-біографічного тренінгу вони представлені у гранично-концентрованому, інтенсивному та гіперболізованому-«чистому» вигляді. При цьому ставиться мета не тільки репродукції культурно вироблених технологій автобіографічного антиципування, але і їх критичний перегляд та творчий розвиток у системі відповідних вправ.

У такій системі вправ опора йде на різні засоби категоріальної та символічної презентації суб'єктивних моделей майбутнього: слово, жест, художньо-графічний образ. У першому випадку своє бачення власного майбутнього, окремих його аспектів чи життєвого шляху в цілому учасник представляє у формі усної розповіді перед групою. Члени групи потім ставлять йому запитання на уточнення та деталізацію розповіді, а також запитання стосовно тих моментів, які не були описані. Як свідчить досвід наших занять, уже сама по собі розповідь іншим, переведення внутрішньомовного образу майбутнього у зовнішньомовне суттєво стимулює його переосмислення, але значно посилюють цей процес запитання. Дуже часто вони допомагають члену групи подивитися на власне майбутнє з незвичної для нього точки зору, замислитися над такими його моментами, які йому самому і не спадали на думку. Подібний ефект має і слухання розповідей та запитань інших, бо, аналізуючи чужий антиципаційний образ життєвого шляху, людина зіставляє його зі своїм. Це зіставлення також є гарним стимулятором автобіографічного антиципування.

Жестова презентація образу майбутнього або життєвого шляху в цілому здійснюється через пантомімічне зображення послідовності життєвих подій та станів, які очікує чи планує переживати людина. Будуючи вправи цього типу, ми відштовхувалися від вправи біографічного тренінгу О.О. Кроніка, яку він називає «Пластична картина життєвого шляху».

Художньо-графічна символізація бачення майбутнього чи життєвого шляху в цілому проводилася у формі змальювання життєвих подій, станів та обставин. При цьому інформаційне навантаження накладається не тільки на окремі малюнки, але і на їхню композицію.

Символізація майбутнього чи то у жестовій, чи то у художньо-графічній формі, – більш незвичний засіб, ніж слово, хоч у повсякденному житті він також використовується, проте рідше. Тому його інтенсивне застосування відкриває нові резерви в аналітичній роботі над образом майбутнього. Зокрема це стосується більш глибокої рефлексії неусвідомлюваних та малоусвідомлюваних компонентів суб'єктивної моделі майбутнього.

При виконанні вправ на символізацію дається спеціальна установка генерувати символи, віддаючись на плин внутрішнього, часто незрозумілого імпульсу. Саме він несе інформацію про підсвідоме антиципування, і передчасне намагання його зрозуміти може призвести до його блокування. Із цієї причини варто розчленувати генерацію символів майбутнього і їх рефлексію.

Рефлексія символіки майбутнього здійснюється через груповий аналіз малюнків чи пантоміми кожного члена групи. При цьому група намагається дати інтерпретацію символів майбутнього певного виконавця, розкодувати їх значення та значення композиції символів. Вислуховуючи різні версії, виконавець порівнює їх з власним, часто дуже розмитим, розумінням. Таке порівняння, як показує досвід, значно полегшує усвідомлення і аналіз символічно презентованих моментів майбутнього.

Описані три типи вправ конкретизувалися залежно від фази та етапу тренінгового процесу. Першу фазу можна назвати аналітичною. У ній процес осмислення йде від суб'єктивної картини життєвого шляху в цілому (перший етап) до образу майбутнього в цілому (другий етап), а потім і до окремих аспектів та стадій майбутнього (наступні етапи).

Далі йде протилежний процес – синтетична фаза. Після аналізу окремих аспектів та стадій майбутнього переглядається знову майбутнє в цілому, а потім і реконструюється нова картина життєвого шляху. Таке аналітичне заглиблення у майбутню частину жит-

тевого шляху і подальша синтетична реконструкція є суттєвою рисою, яка відрізняє наш антиципаційно-орієнтований біографічний тренінг від біографічного тренінгу [250], де зосередження уваги та інтелектуальних зусиль стосується тільки суб'єктивної картини життєвого шляху в цілому, і спеціального пропрацювання суб'єктивної моделі майбутнього не робиться.

На кожному з описаних етапів категоріальна та символічна презентація набуває різного спрямування. Спочатку (і наприкінці) – на життєвий шлях в цілому, потім – на майбутнє в цілому, потім – на окремі його стадії та аспекти. Цей процес є своєрідним для кожної групи, з якою доводиться працювати. Творчий процес роботи над власним майбутнім залежить від індивідуальності як окремих учасників, так і тієї атмосфери, що формується при їх об'єднанні у групу. Тому тривалість фаз і етапів у різних груп різна. Загалом тренувальний процес коливається у межах 9–14 занять по 1,5–2 години кожне. Кількість учасників, оптимальна для занять, – 5–7 осіб.

На сьогодні ми маємо досвід роботи з 5 групами (29 учасників молодого та середнього віку) за методом антиципаційно-орієнтованого психологічного тренінгу. Про ефективність нашого тренінгу ми робили висновки з опитувань членів груп. Опитування стосувалося того, наскільки в результаті тренінгу змінився образ власного майбутнього і наскільки такі зміни члени групи вважали для себе продуктивними.

Практично всі учасники груп відзначали зміни у суб'єктивному образі майбутнього, у формі його продуктивного збагачення, 65% відзначали істотну, а 24 – кардинальну конструктивну його перебудову. Звичайно, таку оцінку ефективності тренінгу можна вважати лише попередньою. Проте і вона дає підставу говорити про велику перспективність і нагальність розробки різних варіантів антиципаційно-орієнтованого біографічного тренінгу.

Звернення до розробки групових форм психологічного тренінгу життєвого антиципування обумовлене низкою причин. Справа в тому, що груповий характер корекційно-розвивальної роботи є не тільки більш економічним у матеріальному та фінансовому плані порівняно з індивідуалізованим варіантом, але має певні додаткові переваги. По-перше, груповий характер занять створює можливості для взаємообміну досвідом життєвого антиципування та взаємозбагачення життєтворчого потенціалу членів групи.

Ще один ефект полягає в отриманні можливості аналізу проблем свого життєвого антиципування, свого образу майбутнього під різними кутами зору інших людей, часто незвичними для суб'єкта. Інтенсифікація процесів рефлексії свого майбутнього може досягатися і через ефект зовнішньоорієнтованої вербалізації, переведення порівняно згорнутої внутрішньомовної моделі майбутнього у більш розгорнуту зовнішньомовну модель.

Норми-принципи спілкування у процесі групового тренінгу життєвого антиципування були переважно типовими для тренінгової роботи. Це принципи активності, довіри та конфіденційності. Порівняно нетиповою є зорієнтованість у нашому випадку групового спілкування не за принципом «тут і тепер», а за принципом «там і в майбутньому (колись)».

Групові заняття розпочинаються із вступної бесіди, в якій розкриваються поняття життєтворчості та життєвої антиципації особистості, а також у загальних рисах пояснюються принципи й можливості концептуального тренінгу. Далі конкретизуються цілі й план проведення групового концептуального тренінгу життєвого антиципування, роз'яснюються норми-принципи поведінки в певній тренінговій групі. Обов'язково зазначається, що така форма розвивальної роботи є не тільки цікавою грою, а й вимагає досить значного інтелектуального напруження і що від інтенсивності розумових зусиль значною мірою залежить ефект тренінгу.

Така бесіда розрахована на 15–20 хвилин. Після бесіди йде знайомство учасників, якщо група скомплектована з раніше не знайомих людей. Повний курс занять за вказаною програмою пройшли 24 групи, загальна кількість учасників в яких становила 231 особу, у тому числі 110 жінок і 121 чоловік. Вік учасників коливався в межах від 18 до 37 років. Окрім того, тренінгові вправи, як окремо, так і в комбінаціях, по кілька разів проходили апробацію на різних навчальних групах студентів і поза межами основного тренінгового процесу.

Ефекти тренінгу оцінювалися такими способами: спостереження за учасниками тренінгу; аналіз самозвітів учасників тренінгової групи; колективне підбиття підсумків; інтерв'ювання через місяць після закінчення занять.

Апробація наведеної програми групового тренінгу життєвої антиципації дає підставу говорити про те, що за її допомогою можна чинити корекційно-розвивальний вплив на життєву антиципацію особистості.

**Висновки.** Групову форму корекції та розвитку життєвої антиципації можна будувати у формі тренінгу, що складається з таких етапів: вступні інструкції та індивідуальне самодослідження життєвої антиципації і отримання імовірнісного профілю майбутнього, його семантичного спектра, концепції майбутнього, інформаційної основи життєвого антиципування; процедурного апарату; взаємопрезентація і взаємовивчення життєвого антиципування; порівняння критеріїв ефективної та неефективної життєвої антиципації і дискусія навколо цього; взаємопроорокування; аналіз життєтворчої антиципації на матеріалі лексики (лексичний номінальний тренінг і лексичний структурний тренінг); аналіз прислів'їв та афоризмів (афористичний тренінг); аналіз анекдотів, казок, поезії, творів художньої літератури тощо (еталонний тренінг); слухання лекції з психології життєвого антиципування; групове життєве антиципування (інформаційно-пошуковий та процедурний тренінги або аналітичний тренінг); нова побудова образу власного майбутнього; обговорення нових образів майбутнього та підбиття підсумків заняття.

### Список використаних джерел

1. Батраченко І.Г. Психологія життєвої антиципації особистості / І.Г. Батраченко, О.Г. Рихальська. – Д.: Вид-во ДНУ ім. О. Гончара, 2009. – 168 с.
2. Бех І. Проблема життєтворчості особистості у наукових пошуках В.О. Сухомлинського / І. Бех // Рідна шк. – 2013. – № 8/9. – С. 9–11.
3. Чебикін О.Я. Психологічні основи тренінгових технологій: монографія / О.Я. Чебикін, Т.В. Сінельнікова; НАПН України. – О.: Лерадрук, 2013. – 229 с.

### References

1. Batrachenko, I.H., Rykhalska, I.H. (2009). *Psikholhiya zhyttyevoi antytsypatsiyi osobistosti* [Psychology anticipation individual life]. Dnepropetrovsk: DNU named after O. Honchar (In Ukrainian).
2. Bekh, I. (2013). *Problem zhiznetvorchestva osobistosti u naukovikh poshukakh V.A. Sukhomlynsky* [The problem zhiznetvorchestva personality in the scientific quest of V.A. Sukhomlynsky]. *Ridna shkola* [Mother School], 8/9, pp.9-11 (In Ukrainian).
3. Chebykin, O.J., Sinyelnikova, T.V. (2013). *Psikhologichni osnovitreninhovikh tekhnologiy* [Psychological bases of training technologies]. Odesa NAPS Ukraine. Leradruk Publ. (In Ukrainian).

Проанализированы варианты развития жизненной антиципации личности в форме целенаправленного процесса и побочного результата житнетворческой активности. Целенаправленное развитие рассмотрено в направлении использования традиционных и активных групповых методов обучения. Освещены результаты апробации различных программ обучения жизненной антиципации.

*Ключевые слова:* антиципация, житнетворчество, научение, побочное научение, традиционные методы обучения, активные групповые методы обучения.

The paper suggests a complex approach to teaching life participation which combines both traditional and up-to-date approaches. It proves that the ability to anticipate life is a variation of a special learning type that is life-long. In such a way life anticipation can evolve significantly and appear as a by-side effect of a person's life activity.

Purposeful learning of life anticipation may be fulfilled within the traditional approach frame as well as by means of active group methods with dominating trainings aimed at forming specific skills and correcting and developing one's own future subject image. Both approaches are implemented in a series of specially developed talks on creative life psychology and anticipation-oriented biographical training.

*Key words:* life anticipation, life anticipation learning, correction and development of life anticipation, talks, trainings.

Одержано 9.10.2015.