

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ДЕЛАМ КАЗАЧЕСТВА И КАДЕТСКИХ УЧЕБНЫХ
ЗАВЕДЕНИЙ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«МИЛЛЕРОВСКИЙ КАЗАЧИЙ КАДЕТСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ
ТЕХНИКУМ»

Доклад (отчет) по теме:

**«Тренинг, как метод активного обучения
определенными социально-психологическими
знаниями об эффективных технологиях общения, о
возможных коммуникативных ошибках и способах их
преодоления».**

Социально-психологический тренинг, как условие развития коммуникативной компетентности

Термин «социально- психологический тренинг» введен немецким ученым Форвергом М. Основное назначение социально- психологического тренинга, по мнению Н.Н.Богомоловой, состоит в овладении социально-психологическими знаниями в области формирования соответствующих социальных установок в активной форме, т.е. в ходе специально разработанных активных действий.

Группы социально- психологического тренинга реализуют потребность человека в эмоциональном тепле и контакте с другим человеком. Именно здесь, по Рудестаму К., «человек чувствует себя принятым и понимающим, пользующимся доверием и доверяющим, окруженным заботой и заботящимся, получающим помощь и помогающим». Особую ценность представляет помощь и поддержка людей, имеющих аналогичные проблемы и переживания. В таких поддерживающих и контролируемых условиях облегчается самораскрытие и самоисследование личности, на фоне которых только и возможно успешное обучение.

Специфическими чертами социально-психологического тренинга являются:

- соблюдение ряда принципов групповой работы,
- нацеленность на психологическую помощь участников группы в саморазвитии, при этом такая помощь исходит не только от ведущего, сколько от самих участников группы,
- наличие более или менее постоянной группы,
- определенная пространственная организация (чаще всего работа в удобном, изолированном помещении, участники большую часть времени проводят в кругу),
- акцент на взаимоотношения между участниками группы, которые развиваются и активизируются в ситуации «здесь и теперь»,
- применение активных методов групповой работы,
- объективация субъективных чувств и эмоций участников группы относительно друг друга и происходящего в группе, вербализованная рефлексия,
- атмосфера раскованности и свободы общения между участниками, климат психологической безопасности.

В рамках этих черт существует огромное количество модификаций конкретных форм тренингов, различающихся между собой по целому ряду признаков. Одной из таких форм является тренинг развития компетентности в общении (коммуникативной компетентности, коммуникативных умений).

Основы тренинга коммуникативной компетентности подробно рассмотрены в работах Андреевой Г.А., Богомоловой Н.Н., Емельянова Ю.Н., Петровской Л.А., Хараша А.И. и др. Авторы отмечают, что в социально-психологическом тренинге развитие коммуникативной компетентности происходит не естественным путем, а с помощью специальных приемов, заключающихся в создании особых ситуаций воздействия. Тренинг коммуникативной компетентности заключается в выработке социально- психологических умений, связанных с овладением процессами взаимосвязи, взаимовыражения, взаимопонимания, взаимоотношений, взаимовлияний.

- умение психологически верно и ситуативно обусловлено вступить в общение;
- умение поддерживать общение, психологически стимулировать активность партнера;
- умение психологически точно определить «точку» завершения общения;
- умение максимально использовать социально- психологические характеристики коммуникативной ситуации для реализации своей стратегической линии;
- умение прогнозировать возможные пути развития коммуникативной ситуации, в рамках которой разворачивается общение;
- умение прогнозировать реакции партнеров на собственные акты коммуникативных действий;
- умение психологически настраиваться на эмоциональный тон партнеров по общению, умение овладеть и удержать инициативу в общении;
- умение спровоцировать «желаемую реакцию» партнера по общению;
- умение формировать и «управлять» социально-психологическим настроением партнера в общении.

В тренинг коммуникативной компетентности могут быть включено упражнения целью которых является: снятие мышечных зажимов, мышечных напряжений, формирование мускульной свободы в процессе общения, овладение навыками психофизиологической саморегуляции, развитие навыков произвольного внимания, наблюдательности, развитие навыков

невербального общения, формирование умения управлять вниманием партнеров по общению и т.д. Рассмотрим их более подробно.

Упражнения на формирование навыков привлечения внимания партнера признаны способствовать овладению такими способами привлечения удержания внимания, как:

- организация в общении эффекта неожиданности, т.е. использование в общении или неизвестной ранее информации, или привлечение неожиданностью способа взаимодействия;
- организация «коммуникативной провокации», т.е. на короткое время вызвать у партнера по общению ситуацию несогласия с изложенной информацией, доводом, аргументом, а затем стимулировать поиск своей позиции и способа ее изложения;
- гиперболизация как способ заострения внимания партнера по общению;
- коммуникативное усиление ценностных аргументаций, которые доминируют у партнера по общению;
- коммуникативное сопоставление, все «за» и «против» дают возможность организовать, а затем удержать внимание через изложение самых разнообразных, и часто противоположных, точек зрения;
- ситуативное интервьюирование через постановку прямых вопросов ставит партнера по общению перед необходимостью включаться в коммуникативную деятельность;
- апелляция к авторитету для поддержания собственных взглядов, выводов;
- организация сопереживания через максимальное использование в общении экспрессивных средств, опоры на ассоциативность восприятия и жизненные интересы партнеров;
- драматизация ситуации общения как столкновение интересов, борьбу партнеров по общению.

Упражнения на формирование навыков стимулирования внимания партнеров по общению предусматривает овладению способами эмоциональной поддержки внимания, интонационной поддержки внимания и прямого вербального стимулирования.

Средством решения задач тренинга коммуникативных умений служат групповые дискуссии, ролевые игры, психогимнастика. Их количество меняется в зависимости от специфики целей группы.

Так в ходе групповой дискуссии участники обучаются умению управлять групповыми процессом обсуждения проблемы, а также выступать в роли рядового участника дискуссии: коммуникатора, генератора идей, эрудита и т.д.

В ролевой игре упор делается на межличностное взаимодействие. Участники «проигрывают» роли и ситуации, значимые для них в реальной жизни, при этом игровой характер ситуации освобождает игроков от практических последствий их разрешения, что раздвигает границы поиска способов поведения, дает простор для творчества. За игрой следует психологический анализ, осуществляемый группой совместно с тренером, усиливает обучающий эффект.

Психогимнастика включает разнообразные упражнения, направленные на формирование комфортной групповой атмосферы, изменение состояния участников группы, а также на тренировку различных коммуникативных свойств, в первую очередь на повышение чувствительности в восприятии окружающего мира.

Эффективность тренинга определяется тем, что он позволяет обеспечить индивидуальную направленность подготовки слушателей к конкретной деятельности.

Таким образом, психологический тренинг представляет собой совокупность активных методов практической психологии, которые используются как в рамках клинической психотерапии, так и для работы со здоровыми людьми, имеющими психологические проблемы, в целях оказания им помощи.

Анализ литературы по проблеме развития коммуникативной компетентности студентов-психологов с помощью тренинга позволил сделать следующие выводы:

1. Коммуникативная компетентность рассматривается большинством авторов, как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в ситуациях личностного взаимодействия. В состав компетентности включаются когнитивные (ориентированность, психологические знания и перцептивные способности), исполнительские (социальные установки, опыт, система отношений личности) компоненты.
2. Коммуникативная компетентность в профессиях типа «человек -- человек» становится профессионально значимой, а для профессии психолога коммуникативная компетентность является основополагающей, т. к. профессия психолога предполагает постоянное общение с людьми.
3. Источниками коммуникативной компетентности являются: врожденные особенности личности, воспитание, жизненный опыт, общая эрудиция и

специальные методы обучения. Наилучший обучающий эффект на сегодняшний день дают групповые методы, так называемые группы тренинга, или «Т- группы». В России они выступают под названием «группы социально- психологического тренинга».

4. Одним из наиболее эффективных методов развития коммуникативной компетентности является тренинг, представляющий собой синтез всех активных средств обучения. В исследованиях влияния тренинга на изменение уровня коммуникативной компетентности подтверждается его эффективность.

Таким образом, коммуникативная компетентность является неотъемлемой составляющей профессии психолога. В связи с этим при обучении в ВУЗе студентам необходимо корректировать коммуникативные умения и повышать уровень коммуникативной компетентности, а одним из самых эффективных способов в его повышении является тренинг.