

здатність у подальшому поліпшувати ситуацію самостійно, то цей етап може стати заключним. Якщо змін не спостерігається або вони незначні, цей етап може стати стартовим у проектуванні процесу супроводу (відбувається повернення на перший етап або даються рекомендації щодо відвідин групи взаємодопомоги).

Безперечно, визначені етапи є лише напрямками для роботи, оскільки конкретний зміст кризової допомоги визначається ситуацією в якій опинився клієнт і сутністю кризового стану.

### **Список використаних джерел:**

1. Байкова И. А. Характеристика основных принципов кризисной интервенции [Электронный ресурс] / Ирина Анатольевна Байкова // Белорусская медицинская академия последипломного образования. – Режим доступа: [http://www.belmapo.by/downloads/psihoterapiay/lekcii/harakter\\_krisisn\\_intervencii.doc](http://www.belmapo.by/downloads/psihoterapiay/lekcii/harakter_krisisn_intervencii.doc)
2. Моховиков А. Н. Телефонное консультирование / А. Н. Моховиков. – М. : Смысл, 2001. – 269 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / [под ред. Б. Д. Карвасарского]. – [2-е изд.]. – СПб., 2000. – 1024 с. – (Золотой фонд психотерапии).
4. Сафонова Л. В. Содержание и методика психосоциальной работы : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Л. В. Сафонова. – М. : Изд. центр «Академия», 2006. – 224 с.

**Дем'янова А.І.**

*студентка,*

*Інститут педагогічної освіти*

*Миколаївського національного університету*

*імені В.О. Сухомлинського*

*Науковий керівник: Іванова Т.М.*

*викладач кафедри колекційної освіти,*

*Миколаївський національний університет*

*імені В.О. Сухомлинського*

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ РОЗВИТКУ ПСИХОТРЕНІНГУ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ**

Тренінг – форма активного навчання, спрямована на розвиток знань, вмінь і навиків та соціальних установок.

Одним із перших у світі тренінг розпочав застосовувати Дейл Карнегі у 1912 році. Він заснував «Dale Carnegie Training», у якому досі проводяться тренінги з розвитку навиків публічного виступу, впевненості в собі, взаємодії в соціумі. Значний внесок у розвиток тренінгу зробив соціальний психолог Курт Левін, який разом з колегами створив тренінгові групи (Т-групи), спрямовані на підвищення комплексності загалом. К. Левін стверджував, що більшість ефективних змін в установках і поведінці людини відбувається у груповому, а не в індивідуальному контексті, тому, щоб виявити і змінити свої установки, виробити нові форми поведінки, людина повинна перебороти свою автентичність і навчитися бачити себе такою, якою її бачать інші.

У 1960 році виникає, опираючись на традиції гуманістичної психології Карла Роджерса, рух тренінгу соціальних і життєвих навиків, який застосовувався у професійній підготовці вчителів, конструкторів, менеджерів з метою психологічної підтримки та розвитку. Під керівництвом М. Форверга у Лейпцигському та Йенському університетах у 1970 році був розроблений метод, що має назву «соціально-психологічний тренінг». Засобами тренінгу виступають рольові ігри з елементами драматизації, які створюють умови для формування ефективних комунікативних навичок [2, с. 18].

Соціально-психологічний тренінг отримав значне поширення й у вітчизняній практиці. Перша монографія, у якій викладено теоретичні і методичні аспекти соціально-психологічного тренінгу, опублікована Л. Петрівською у 1982 році. Цю дату можна вважати початком ери соціально-психологічного тренінгу у вітчизняній психологічній практиці.

На сьогодні існує декілька видів тренінгу: тренінг партнерського спілкування, тренінг сенситивності, мотиваційний тренінг, тренінг креативності тощо, які націлені на формування та розвиток умінь, навичок і компетентності у соціальній взаємодії. Тренінгові форми активно використовуються у роботі з дітьми, учнями, студентами, батьками, професіоналами соціономічної групи, керівниками підприємств та організацій і мають великі перспективи.

В Україні тренінги як вид психологічної роботи почали застосовуватися із середини 70-х років, насамперед фахівцями, що отримали психологічну освіту в Москві та Ленінграді. Поступово в Україні почала складатися й національна школа тренінгу, чому сприяли викладачі Київського національного університету ім.

Тараса Шевченка (професор В. Казмиренко), дійсний член АПР України Т. Яценко, а також практикуючі психологи (А. Гірник, Є. Білоножко, С. Дідковський, С. Дружинін, О. Живоглядів, С. Хоружій) [1, с. 8].

У вітчизняній прикладній психології усвідомлення необхідності тренінгу психологічних умінь стало порівняно недавнім відкриттям, так само, як і розуміння того, що стосунки між психотерапевтом і пацієнтом можливо екстраполювати на площину стосунків між учителем і учнем, між психологом і потребуючим у допомозі. Цей підхід є перспективним і багатообіцяючим, оскільки спрямований на поглиблення інтелекту людини. І тепер створюються належні умови для розроблення та впровадження тренінгу психологічних умінь [3, с. 5].

Основна мета психологічного тренінгу, на думку В. Захарова, Л. Петровської, Н. Хрящевої, – підвищення компетентності у сфері спілкування. На наш погляд, найбільш повну класифікацію методів тренінгу наводить Ю. Ємельянов. Науковець об'єднує активні групові методи в три основні блоки:

1) дискусійні методи (групова дискусія, аналіз випадків із практики та ситуації вибору);

2) ігрові методи: дидактичні і творчі ігри, рольові ігри (поведінкове навчання, ігрова психотерапія, психодраматична корекція, трансактний метод усвідомлення комунікативної поведінки);

3) сенситивний тренінг (тренування міжособистісної чуттєвості й сприймання себе як психофізичної єдності).

На думку науковця Л. Петровської, головне завдання психолога в групі психологічного тренінгу – завдавати і підтримувати норми групового спілкування. Вона виділяє такі норми (принципи) спілкування:

1) принцип «тут і тепер». У відповідності до цього принципу група повинна перетворитися на своєрідне об'ємне дзеркало, в якому кожен учасник побачив би себе під час виконання вправ;

2) принцип персоніфікації висловлювань, що означає добровільну відмову від безособових мовних форм, приховування власної позиції;

3) принцип пріоритетності мови почуттів. Згідно з ним учасники групи повинні концентрувати увагу на емоційних станах і проявах (своїх власних і партнерів з групи) під час зворотнього зв'язку;

4) принцип активності. Кожен учасник повинен бути включений до інтенсивної групової взаємодії з метою цілеспрямованого споглядання себе, партнера, групи загалом;

5) принцип конфіденційності полягає у рекомендації не розголошувати зміст спілкування, що розвивається в процесі тренінгу, за межі групи [4, с. 7].

Л. Столяренко стверджує, що соціально-психологічний тренінг розвиває вміння підтримувати спілкування, психологічного стимулювати активність партнера; максимально використовувати соціально-психологічні характеристики комунікативної ситуації для реалізації своєї стратегічної ситуації, у рамках якої розгортається спілкування; психологічно налаштуватись на емоційний тон партнерів по спілкуванню [6, с. 28].

Л. Мітіною (1994 р.) запропонована модель конструктивної зміни поведінки, що включає стадії і процеси, котрі відбуваються на кожній стадії. Виділяють чотири стадії зміни поведінки учасника тренінгу: підготовка, усвідомлення, переоцінка, дія. Модель об'єднує основні процеси зміни: мотиваційні (I стадія), когнітивні (II стадія), афективні (III стадія), поведінкові (IV стадія).

Для ефективної роботи на стадії підготовки завжди необхідний деякий «розігрів», створення мотивації змін. Для зняття напруги на цій стадії використовуються психогімнастичні ігри з релаксаційною спрямованістю.

Перехід на стадію усвідомлення відбувається завдяки когнітивним змінам. Це пов'язано з новими особливостями рефлексивних процесів. Рівень усвідомленості істотно підвищується завдяки спостереженню, протиставленню, інтерпретації можливих точок зору, позицій, способів і прийомів сприйняття і поведінки, що обговорюються у малих групах.

На думку І. Вачкова, стадія переоцінки супроводжується збільшенням використання не тільки когнітивних, а й афективних та оцінювальних процесів зміни. В учасників з'являється тенденція до осмислення впливу власної небажаної поведінки на безпосереднє соціальне оточення (сім'ю, студентську групу) і до переоцінки власної особистості [5, с. 126].

Рівень усвідомленості місця психологічного консультування в загальній системі роботи більшості практичних психологів-початківців – недостатній. Тому в тренінг-центрі, який було створено при дніпропетровському навчально-методичному центрі психологічної служби системи освіти у 2004 році, запровадили

короткі тренінги з консультування. Перші тренінги для практичних психологів-консультантів, які проводились у 2004-2005 рр., будувалися на програмах, опублікованих у працях А. Айві, Ф. Бурнарда, С. Васківської. З накопиченням досвіду групової роботи психологами-консультантами ці програми розформувалися і набули рис авторської розробки. У центрі уваги групової роботи були вже не окремі навички консультування, а особистість консультування.

Наступним етапом розвитку тренінгу консультування, стала супервізійна практика (2008 р.). Під час таких занять психологи, котрі мають власний консультативний досвід, намагаються допомогти колезі-консультанту якнайкраще відповісти на потреби клієнта.

Таким чином, протягом 5 років, завдяки спільній роботі тренера та учасників 10 груп практичних психологів (119 осіб), було відпрацьовано тренінг із консультування, що складається з 3 рівнів:

1. Тренінг базових навичок консультування для консультантів-початківців.

2. Тренінг формування індивідуального стилю консультування для психологів із певним досвідом консультування.

3. Супервізійний тренінг для психологів-консультантів, які мають постійну консультативну практику.

Про те, що така форма роботи відповідає проблемам практичних психологів системи освіти, свідчить факт, що кожного року, починаючи з 2004, вони отримують нові заявки на проведення тренінгу. Кожна нова група робить свій внесок у вдосконалення програми тренінгу [6, с. 23].

Зміни, що відбуваються у тренінгу, є результатом руху від зовнішнього до внутрішнього, від запропонованих у тренінгу зразків поведінки і діяльності до їх усвідомлення і включення в пізнавальні й регулятивні структури психіки у вигляді вмінь і навичок, настанов. При цьому враховується, що психічні утворення, які сформовані в тренінгу і виникли в результаті інтеріоризації зовнішнього професійного контексту, активізують самокорекцію, саморозвиток.

У результаті проведеного дослідження було окреслено специфіку розвитку психологічного тренінгу на території України. Зміни, які відбувались впродовж 45-ти років із впровадження тренінгової роботи у країні сприяли отриманню значних результатів. Відтак, використання тренінгових умінь у прикладній психології в

Україні стало порівняно недавнім відкриттям, так само, як і розуміння того, що стосунки між психотерапевтом і пацієнтом можливо екстраполювати на площину спілкування інших суб'єктів соціальної взаємодії.

### **Список використаних джерел:**

1. Тренінгові технології у роботі психологічної служби вищого навчального закладу : навчальний посібник / За наук. ред. Н. О. Євдокимивої. – Миколаїв : Іліон, 2013. – 558 с.
2. Гольштейн Арнольд, Хомик Володимир тренінг умінь спілкування : як допомогти проблемним підліткам / Пер. з англ. В. Хомик. – К.: Либідь, 2003. – 520 с.
3. Вітенко І. С., Борисюк А. С., Вітенко Т. І. Соціально-психологічний тренінг: цикл вправ для підготовки лікарів – медичних психологів : Навч.-метод. посібник / За ред. проф. Вітенка І. С. – Чернівці : Книги – ХХІ, 2008. – 124 с.
4. Євдокимова Н. О. Професійно-психологічний тренінг як технологія становлення професіонала / Євдокимова // Актуальні проблеми психології / За ред. С. Д. Максименка. – Т. 7. – Вип. 20. – Ч. 1. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. – 128 с.
5. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. – 166 с.

**Демкова Д.Т.**

*аспірант,*

*Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна*

## **ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН У КОНТЕКСТІ КРЕДИТНОЇ ЗАБОРГОВАНOSTІ ПЕРЕД БАНКОМ**

Сьогодні практично в усьому світі, і особливо у високорозвинених державах, простежується досить чітка тенденція переходу від кредиту як засобу досягнення певної мети (покупки автомобіля, оплати навчання тощо) до формування особливого стилю життя, який визначає наші споживчі потреби. В Україні ця тенденція також стає помітною. Кредитна культура формує нову етику української дійсності – етику випереджаючого споживання. Ж. Бодріяр пише з цього приводу: «Довгий час через певну сором'язливість кредит сприймався як моральна небезпека, тоді як