

УДК 159.9.072.43+922.8

**О. В. ФРОЛОВА**

м. Бердянськ

Art\_divosvit@ukr.net

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ РОЗВИТКУ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ТА КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК ДЛЯ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ПРОХОДИТИМУТЬ ПЕДАГОГІЧНУ ПРАКТИКУ В ДИТЯЧИХ ОЗДОРОВЧИХ ТАБОРАХ**

*У статті подано авторську програму соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток організаційних та комунікативних навичок студентів, які проходять педагогічну практику в дитячих оздоровчих таборах. Реалізація програми сприяє розширенню знань з області практичної та вікової психології; формуванню практичних умінь і навиків з організації різноманітної діяльності дітей в умовах оздоровчого табору; розвитку лідерських якостей і комунікативних умінь; орієнтації учасників тренінгу на самостійне проектування програм організації діяльності (як індивідуальних, так і групових) з подальшою їх реалізацією*

*Ключові слова: соціально-психологічний тренінг; комунікативні навички; спілкування; організаційні навички, емпатія.*

Реалізація творчого потенціалу студентів в умовах дитячого оздоровчого табору можливе лише на основі отриманого психологічного та педагогічного досвіду, наявності знань, цікавих ідей, умінь та навичок, що дозволяють знаходити та застосовувати новаторські форми і методи, тим самим удосконалювати виконання своїх професійних функцій.

Мета публікації – розгорнутий виклад навчально-тренінгової програми «Соціально-психологічний тренінг розвитку організаційних та комунікативних навичок». Корекційна програма соціально-психологічного тренінгу сприяє оволодінням студентами психолого-педагогічними знаннями і розвитку організаційних і комунікативних навичок, необхідних їм для роботи вожатими в оздоровчих таборах.

Основними завданнями програми соціально-психологічного тренінгу стали: розширення знань з області практичної та вікової психології; формування практичних умінь і навиків з організації різноманітної діяльності дітей в умовах дитячого оздоровчого табору; розвиток лідерських якостей і комунікативних умінь; орієнтація учасників тренінгу на самостійне проектування програм організації діяльності (як індивідуальних, так і групових) з подальшою їх реалізацією.

У тренінгу бере участь закрита група у кількості 12–15 чоловік. Заняття проводяться протягом одного дня (6 академічних годин).

Тренінг може проводитися в таких формах:

а) безпосередньо в навчальних закладах, або в організаціях як форма навчання студентів, які проходять педагогічну практику в оздоровчих таборах;

б) поза межами організації, у вигляді виїзної сесії, коли навчання поєднується з організацією відпочинку студентів (на базах відпочинку, у туристичних комплексах тощо).

Основні техніки для проведення тренінгу: міні-лекції, групові дискусії, мозкові штурми, аналіз комунікативних ситуацій, творчі завдання, метод незакінчених речень.

Доцільним вважаємо проаналізувати деякі етапи проведення тренінгового заняття. Так основними завданням першого етапу програми було знайомство членів групи між собою, створення атмосфери довіри до тренера та інших учасників групи, зняття емоційного напруження, створення невимушеного психологічного клімату.

### **I. ЕТАП. ЗНАЙОМСТВО.**

#### **1. Вправа «Наші імена».**

*Мета:* знайомство членів групи між собою, зняття емоційного напруження, ство-

рення невимушеного психологічного клімату в групі.

*Час проведення:* 10 хвилин.

*Інструкція:* запишіть свої імена у стовпчик і навпроти кожної літери – слово, яке починається з неї і характеризує вас з кращого боку. Наприклад, ВІКТОР:

В – вольовий;

І – ініціативний;

К – красномовний;

Т – терплячий;

О – оригінальний;

Р – рішучий.

## **2. Вправа «Самопрезентація».**

*Мета:* сприяти зближенню учасників групи та виявити їх очікування від роботи у групі.

*Час проведення:* 15 хвилин.

*Інструкція:* «Зараз у нас є п'ятнадцять хвилин для того, щоб кожен з вас міг презентувати себе, давши відповідь на наступні запитання: чого я чекаю від роботи у тренінговій групі? Що є предметом моєї гордості? Чому я вирішив (вирішила) працювати в оздоровчому таборі? Презентація буде відбуватися наступним чином: один з членів групи дає відповідь на поставлені запитання, закінчуючи називанням імені свого сусіда зліва та словами «..., передаю слово тобі», при цьому злегка торкається його. Наступний учасник дякує попередньому та сам дає відповіді на запитання, і т. д., поки не відбудеться самопрезентація кожного учасника групи.

## **3. Ознайомлення з основною метою роботи тренінгової групи та прийняття правил групової роботи.**

*Мета:* дати зворотний зв'язок на очікування групи та розробити і прийняти групові норми взаємодії, організувати учасників групи на чітку, злагоджену роботу.

*Час проведення:* 10 хвилин.

*Обладнання:* фліпчарт, або великий аркуш паперу.

Учасники сидять у колі. Ведучий повідомляє: «Головною метою тренінгової програми є оволодіння психолого-педагогічними знаннями і розвитку організаційних і комунікативних навичок, необхідних для роботи вожатими в оздоровчих таборах, обмін особистим досвідом переживань за представленими поняттями».

Ведучий пропонує учасникам правила за якими буде працювати група під час заняття, підкреслюючи, що вони тією ж мірою стосуються і його.

Правила можуть бути наступними: довірливий стиль спілкування, звертання один до одного на «ти» і по імені, без врахування статусу; персоніфікація висловлювань; спілкування за принципом «тут і тепер»; конфіденційність усього, що відбувається у групі; усе, що відбувається в групі, має робитися на добровільних началах; активна участь у тому, що відбувається; бути завжди відповідальним за свої слова; повага до того, хто говорить; уникати оцінок один одного; приймати себе та інших такими, якими вони є. Учасники доповнюють запропоновані правила. Всі правила записуються на ватмані.

## **II. ОСНОВНА ЧАСТИНА.**

### **1. Мозковий штурм «Ми в таборі».**

*Мета:* формування практичних умінь і навичок з організації різноманітної діяльності дітей в умовах оздоровчого табору оздоровчих таборах.

*Час проведення:* 1 година.

*Інструкція:* Ми з Вами на етапі знайомства визначили Ваші очікування від роботи в оздоровчому таборі, а тепер я пропоную Вам пофантазувати над очікуваннями ваших підопічних. Закінчіть будь ласка по черзі наступні фрази:

*Діти це – .....*

*Дитина іде в оздоровчий табір щоб.....*

*Батьки відправляють дитину в оздоровчий табір щоб.....*

Організаційний період – найважливіший період як для дітей, так і для самих вожатих. Час звикання до нових умов, нових правил, режиму дня.

Серед основних психологічних проблем з якими зустрічаються вожаті, це нудьгування дітей за домом. Тому дуже важливо спланувати час так, щоб діти отримали максимум задоволення. І так що ми можемо запропонувати нашим підопічним в оргперіод?

*Інструкція:* ознайомтесь з рекомендаціями та запропонуйте своє бачення реалізації кожної з них. Зараз ми будемо 15 хвилин працювати над цим питанням в підгрупах, а потім презентуємо свої напрацювання та обговоримо їх.

### **Рекомендації для вожатих**

1. Найшвидше познайомити дітей один з одним – провести ігри, які сприятимуть інтенсивному знайомству, розробити та намалювати індивідуальні бейджики з іменами.
2. Ознайомити дітей з розпорядком дня та стимулювати до його виконання.
3. Створити дітей відчуття затишку і комфорту – красиво оформити кімнати і весь корпус;
4. Організувати систему управління загonom – поділити дітей на «ланки», «зірочки», «екіпажі», «команди»;
5. Дати можливість дітям проявити себе, самоствердитися – запропонувати набір справ різноманітної спрямованості: спортивної, інтелектуальної, художньо-прикладної, трудової, творчої.

Дякую всім за роботу. Отже основним завданням організаційного періоду є проведення ряду заходів, щоб не залишилося часу для нудьгування за домівною.

#### *Питання для обговорення:*

1. Що нового для себе дізналися за результатами цієї вправи?
2. З якими труднощами ви зустрілися в процесі підготовки до реалізації запропонованих рекомендацій?

## **2. Вправи на розвиток професійних комунікативних навичок**

### **Вправа 1. «Моя професійна роль».**

*Мета вправи:* пошук групою ефективних засобів спілкування з групою підопічних і внутрішньої позиції, з якою вожатий повинен взаємодіяти з дітьми.

*Час проведення:* 40хвилин.

*Інструкція:* Група сідає в коло, і кожному учасникові ведучий дає картку, на якій зафіксована певна професійна комунікативна позиція-роль. Рекомендується мати наступний набір карток: «Помічник», «Мама», «Вихователь», «Лідер», «Авторитет», «Інформатор», «Ідеал», «Най-най ...», «Добряк», «Спостерігач», «Посередник між дитиною і батьком», «Інтелектуал», «Сухар», «Суддя», «Друг», «Товариш».

Кожен з учасників групи отримує свою картку, де позначена позиція-роль. Він читає картку і каже, в чому він згоден з такою характеристикою професійної позиції вожатого, а в чому ні.

Учасники висловлюються по колу.

Зараз я пропоную вам з різних позицій-ролей відреагувати на використання підлітками у вашому загоні нецензурної лексики.

#### *Питання для обговорення:*

1. Яка зі стратегій, на вашу думку є найбільш успішною?
2. Які труднощі можуть виникнути в процесі її реалізації?

### **Вправа 2. «Компліменти».**

*Мета вправи:* відпрацювання навичок емпатії і нових способів поведінки; формування вміння робити компліменти і створювати позитивні установки один на одного.

*Час проведення:* 15-20 хвилин.

*Інструкція:* «Ви можете вільно пересуваючись по кімнаті підходити до будь-якого члену групи і обмінюватися компліментами, добрими побажаннями, похвалами. Таким чином, обійдіть всіх учасників тренінгу».

#### *Питання для обговорення:*

1. Що вам сподобалося більше, говорити компліменти чи приймати їх?
2. Наскільки складно/легко було дібрати комплімент собі колезі?
3. Який комплімент вам сподобався найбільше?

Дуже важливо вміти підбадьорити дитину, підкреслити її успіхи, похвалити. Давайте зараз разом складемо список таких компліментів для дитини:

*Чудово! Відмінно! Неймовірно! Ефектно! Круто! Добре придумано! Приголомшливо! Дотепно! Бездоганна робота! Те, що треба! Чудесно! Дивовижно! Оригінально! Потрудилися на славу! Ви цього заслуговуєте! Це подія! Ось це здібності! Все на вищому рівні! Здорово! З Вас можна брати приклад! Який прогрес! Це мені подобається! Незвичайно! Блискуче! Я вами пишаюся! Краса! Шедевр! Приємно подивитися! Це гідно похвали! Ви подолали нову висоту! Це була непроста робота, але ви впоралися! Це перемога! Чудова ідея! Олімпійський рівень! Світовий стандарт! Розумниця! Так тримати! Ми на шляху до успіху!*

### **Вправа 3. «Знайди свою зірку».**

*Мета:* можливість розслабитися, набратися оптимізму і впевненості в собі.

*Час проведення:* 40 хв.

*Інструкція:* Ви, напевно втомилися трохи, пора і відпочити. Сідайте в крісло, постарай-

теся розслабитися, зробіть три глибокі вдихи і видихи, очі закриваються. (Звучить музика) Уявіть собі зоряне небо. Зірки великі і маленькі, яскраві і темні. Для одних це одна або кілька зірок, для інших – незліченна безліч яскравих світяться точок, то віддаляються, то наближаються на відстань витягнутої руки. Подивіться уважно на зірки і виберіть найпрекраснішу зірку. Бути може, вона схожа, на вашу мрію дитинства, а може бути, вона нагадала вам про хвилини щастя, радості, удачі, натхнення?

Ще раз помилуйтеся своєю зіркою і спробуйте до неї дотягнутися. Намагайтеся з усіх сил! І ви обов'язково дістанете свою зірку. Зніміть її з неба і дбайливо покладіть перед собою, розгляньте ближче і постарайтеся запам'ятати, як вона виглядає, яке світло випромінює. А тепер, проведіть долонями по колінах, вниз до суп ніг, і солодко потягніться, відкрийте очі.

Візьміть аркуш паперу, олівці, фарби, що побажаєте. Намалюйте свою зірку, виріж та покладеш її на наше зоряне небо.

Цю зірочку ви можете взяти з собою, нехай вона буде для Вас ресурсом.

*Питання для обговорення:*

1. Чи легко було розслабитися, уявити собі небо, зірки.

**O. FROLOVA**  
Berdyansk

### **SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL TRAINING OF DEVELOPING ORGANIZATIONAL AND COMMUNICATIVE SKILLS OF STUDENTS WHO WILL TAKE PART IN PEDAGOGICAL PRACTICE IN SUMMER CAMPS FOR CHILDREN**

*In the article author's program of social and psychological training of developing organizational and communicative skills of students who will take part in pedagogical practice in summer camps for children is presented. Basic tasks of the first stage of the program were the acquaintance of group's members, creation of atmosphere of trust to the trainer and to the other participants of the group, removal of emotional tension, creation of the relaxed psychological climate. Basic part of the program is directed on forming practical abilities and skills in organization of various activities with children in the conditions of a summer camp, development of professional communicative skills, working off the new methods of conduct, formation of skills in making compliments.*

*Realization of the program helps to develop knowledge in practical and developmental psychology, to form practical abilities and skills in organization of various activities with children in the conditions of a summer camp, to develop leader's qualities and communicative abilities, to orient training's participants on the independent planning of the programs of activities' organization (both individual and group) with their subsequent realization.*

*Key words: social and psychological training, communicative skills, organizational skills, communication, empathy.*

2. Які почуття відчували?
3. Що здалося важким?
4. Який настрій у вас зараз?

### **III. ПІДСУМОК ЗАНЯТТЯ.**

Заключний етап проходить в формі аналізу тренінгового дня. Учасники по черзі висказує свою особисту думку з приводу проведеного тренінгу.

*Час проведення: 60 хвилин.*

Основними результатами цього етапу заняття є:

Розвиток рефлексії та навичок саморозкриття особистості;

Аналіз емоцій, почуттів, переживань, що виникли ході тренінгу;

Обговорення нового досвіду та його можливого впливу на поведінку особистості в міжкультурному спілкуванні.

Кожен з учасників по черзі висловлює чи справились його очікування від тренінгу та висловлює своє побажання всім учасникам тренінгової групи.

Далі проходить обговорення нового досвіду та можливості його впливу на поведінку кожного з учасників тренінгової групи.

Робота завершується прощанням групи.

**О. В. ФРОЛОВА**

г. Бердянск

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ РАЗВИТИЯ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ И КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ДЛЯ СТУДЕНТОВ, КОТОРЫЕ БУДУТ ПРОХОДИТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ ПРАКТИКУ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ**

*В статье представлена авторская программа социально-психологического тренинга, направленного на развитие организационных и коммуникативных навыков студентов, которые будут проходить педагогическую практику в детских оздоровительных лагерях. Основными задачами первого этапа программы стало знакомство участников группы между собой, создание атмосферы доверия к тренеру и другим участникам группы, снятие эмоционального напряжения, создания непринужденного психологического климата. Основная часть программы направлена на формирование практических умений и навыков по организации разнообразной деятельности детей в условиях оздоровительных лагерях, на развитие профессиональных коммуникативных навыков, отработки новых способов поведения; формирование умения делать комплименты.*

*Реализация программы способствует расширению знаний в области практической и возрастной психологии; формированию практических умений и навыков по организации разнообразной деятельности детей в условиях оздоровительного лагеря; развития лидерских качеств и коммуникативных умений; ориентации участников тренинга на самостоятельное проектирование программ организации деятельности (как индивидуальных, так и групповых) с последующей их реализацией.*

*Ключевые слова: социально-психологический тренинг, коммуникативные навыки, организационные навыки, общение, эмпатия.*

Стаття надійшла до редколегії 16.10.2015

УДК 159.922.8-055.25:316.362.1

**О. О. ХАЛІК**

м. Кривий Ріг

hhel.ua@gmail.com

**ПСИХОЛОГІЧНА СЕПАРАЦІЯ ДІВЧАТ  
СТУДЕНТСЬКОГО ВІКУ ВІД БАТЬКІВ  
ТА ЇЇ ЗАЛЕЖНІСТЬ ВІД ФУНКЦІОНУВАННЯ СІМ'Ї**

*У статті визначено основні підходи до проблеми психологічної сепарації, описано її специфіку в пізній юності та ранній дорослості, окреслено її складові, зокрема функціональну, емоційну, конфліктну та аттitudну незалежності.*

*Доведено, що на процес сепарації мають вплив особливості функціонування батьківської родини. На функціональну, емоційну та аттitudну незалежність від матері в більшій мірі мають вплив гнучкість та згуртованість батьківської сім'ї, тоді як на сепарацію від батька (емоційна та аттitudна незалежність) – лише згуртованість.*

*Експериментально виявлено достовірні відмінності у дівчат-студенток між усіма компонентами сепарації від матері та батька: дівчата є більш залежними від фігури матері.*

*Ключові слова: психологічна сепарація, функціональна незалежність, конфліктна незалежність, аттitudна незалежність, емоційна незалежність, пізня юність, рання дорослість, сепарація від матері, сепарація від батька.*

На порозі дорослого життя одним з найважливіших завдань особистості є перебудова стосунків з дорослими. Сучасні дослідники (С. Захаров, О. Захарова, В. Єлізаров) відзначають неефективність сепараційних процесів, які відображаються в соціальних явищах, зокрема, в збільшенні числа розлучень, форму-

ванні культури бездітності, переважанні індивідуальних інтересів над сімейними, збільшенні числа синглтонів (людей, які добровільно відмовилися від створення сім'ї) тощо.

Сепарація – процес перебудови батьківсько-дитячих стосунків в зв'язку з дорослішанням дітей. Особистості, які не завершили про-