(cc) BY

Торлопова Марта Валентиновна
педагог-психолог
МБОУ «СОШ №60»
г. Чебоксары, Чувашская Республика

ТРЕНИНГ ГРУППОВОГО СПЛОЧЕНИЯ

Аннотация: *для успешного существования группы или коллектива необходима достаточная сформированность коммуникативных навыков, командного доверия, навыков общения, положительный психологический климат. По мнению автора, достичь таких результатов можно с помощью тренинга группового сплочения.*

Ключевые слова*: тренинг, межличностное взаимодействие, благоприятный психологический климат.*

Психологический тренинг как метод активного социально-психологического обучения в настоящее время представляет собой один из наиболее востребованных и динамично развивающихся видов психологической работы. Данный метод позволяет эффективно решать задачи, связанные с развитием навыков общения, самоконтроля и самопознания, активацией творческого потенциала. Отмеченные аспекты актуальны именно в подростковом возрасте. Это не только период проблем и противоречий, но и время повышенной пластичности психики, готовности к развитию и восприимчивости к влиянию, максимальной открытости новому жизненному опыту.

Тренинг – особая разновидность обучения через непосредственное «проживание» и осознание возникающего в межличностном взаимодействии опыта, которая не сводима ни к традиционному обучению через трансляцию знаний, ни к психологическому консультированию или психотерапии. Это активное обучение посредством приобретения и осмысливания жизненного опыта, моделируемого в межличностном взаимодействии.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Одна из актуальных проблем, встающих в подростковом, юношеском возрасте – недостаточная сформированность коммуникативных навыков. Хотя потребность в общении выражена в этих возрастах очень ярко, молодые люди часто испытывают сложности при установлении контактов с собеседником, при необходимости передать или воспринять от них информацию, организовать коллективную работу.

Акцент предлагаемого тренинга делается на сплочение группы и формирование командного доверия, формирование навыков общения, на развитие способностей устанавливать контакт с окружающими. Тренинг помогает снять внутренние барьеры, мешающие эффективному взаимодействию, способствует сознанию своих личностных качеств. Все это создает предпосылки для успешного осуществления дальнейшего существования группы.

Назначение программы:

Программа разработана для подростков, испытывающих трудности в межличностном взаимодействии в коллективе, где присутствуют конфликтные отношения, обособленные группировки, игнорирование. Также данную программу можно применять во вновь созданных коллективах с целью сплочения участников.

Цель: сплочение коллектива, обучение навыкам позитивного общения.

Задачи тренинга:

− создание благоприятного психологического климата;

− развитие навыков эффективного общения;

− сплочение коллектива, формирование взаимного доверия;

− раскрытие личностного потенциала участников тренинга.

Предмет коррекции: коммуникативная и эмоциональная сфера учащихся.

Формы работы: мини-лекции, командная работа, инсценировки, индивидуальная и групповая работа над заданиями, направленная медитация, упражнения на усвоение психологических техник.

Организационные аспекты: тренинг предназначен для учащихся среднего и старшего звена школы. Продолжительность занятия от 45минут до1 часа один-два раза в неделю.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Виды и формы контроля:

− перед началом курса тренинга проводится диагностика для оценки психологического климата в коллективе, методика Ф. Фидлера;

− наблюдение за поведением участников в межличностном взаимодействии в группе;

− итоговый контроль осуществляется через повторную диагностику психологического климата в коллективе, социометрию Дж. Морено.

Планируемый результат

Тренинг представляет собой комплекс командных игр, позволяющий осознать собственную ценность в команде и почувствовать эффективность командной работы. Тренинг имеет высокую эмоциональную насыщенность и продолжительный пост-эффект. В результате тренинга происходит развитие командного взаимодействия, улучшение психологического климата в коллективе, сплочение.

Ожидаемые результаты тренинга:

− доверие к членам команды, ответственность за общий результат;

− уверенность в собственных силах;

− чувство единства со всей командой;

− умение находить общий язык;

− творческий подход к разрешению насущных проблем.

Оценка эффективности программы

Оценка эффективности будет проводиться с помощью повторной диагностики с использованием методики Ф. Фидлера для оценки психологического климата в коллективе.

Таблица 1

План программы

№	*Тема*	*Цели*	*Кол-во час*
1	Позитивное общение	Создание доброжелательной атмосферы в группе. Осознание своих внутренних ресурсов	*1*
2	Учимся взаимопониманию	Развитие сензитивности к окружающим. Групповое взаимодействие.	*1*

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3	Поговорим…рисунками	Развитие коммуникативных навыков, ответственности, сплоченности внутри команды	*1*
4	Эмоции и чувства	Эмоциональная поддержка, установление доверительных отношений. Развитие эмпатии и рефлексии	*1*
5	Сплочение и доверие	Развиваются навыки невербального общения и наблюдательность	*1*
6	Наши сходства и различия	сплочение, формирование взаимного доверия	*1*
7	Мы – команда	Подведение итогов. Осмысление и закрепление опыта, полученного в процессе тренинга	*1*

Список литературы

1. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: учебно-методическое пособие / И.В. Вачков. – М., 2002. EDN TOIQDJ

2. Грецов А.Г. Психологические игры для старшеклассников и студентов / А.Г. Грецов. – СПб., 2008. EDN SHGLMP

3. Шурхут С.М. Подростковый возраст: развитие креативности, самосознания, эмоций, коммуникации и ответственности / С.М. Шурхут. – СПб., 2006.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)