

УДК: 316.6.

Джура Г. С., к.э.н. Донецкая Народная Республика, г. Донецк

ГРУППОВОЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ КАК ОТВЕТ НА УГРОЗЫ ПСИХИКЕ В ИНФОРМАЦИОННОМ ОБЩЕСТВЕ

Аннотация: В статье исследованы сущность и возможности группового социально-психологического тренинга в современных реалиях.

Ключевые слова: социально-психологический тренинг, психика, воздействие, информационное пространство.

Dzhura G.S., Ph.D. Donetsk People's Republic, Donetsk

GROUP SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING AS A RESPONSE TO THREATS TO THE PSYCHE IN THE INFORMATION SOCIETY

Annotation: The article explores the essence and possibilities of group socio-psychological training in modern realities.

Key words: socio-psychological training, psyche, impact, information space.

Сегодня жизнь и человека находится в зависимости от информационного обеспечения и технического прогресса, дающего массу возможностей, и изменяя потребности личности и её мотивацию. Ввиду этого особую важность приобретает понимание и изучение воздействия информационного пространства и информационных технологий на психику человека.

Потребление информации является крайне важной потребностью личности, без которой невозможно формирование и существование ее индивидуального сознания. Так, каждый уровень потребностей пирамиды Маслоу (рисунок 1), связан с возможностями, предоставляемыми социумом.



Рисунок 1 – Пирамида Маслоу

Информационное влияние на индивида несет психологическую направленность, происходит опосредованно, через механизмы головного мозга, эффект которого проявляется в изменении психических свойств

личности и его поведения. При этом, необходимо отметить тот факт, что развитие технологий и информационных систем, оказывает не только положительное воздействие на возможности и развитие человека, но и несет в себе массу проблем и угроз для общества, связанных с психологической, нравственной и правовой безопасностью. Зачастую потребление информации, негативно влияя на психику и сознание, нарушает восприятие действительности человека и вызывает отклонения личности.

Одним из наиболее эффективных инструментов по противодействию вышеуказанным вызовам, с точки зрения автора является «социально-психологический тренинг», ключевые формулировки которого представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Трактовки понятия «социально-психологический тренинг»

Автор	Трактовка
Большая психологическая энциклопедия	«область практической психологии, ориентированная на использование активных методов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении»
Энциклопедический словарь	«прикладной раздел социальной психологии, представляющий собой совокупность групповых методов формирования умений и навыков самопознания, общения и взаимодействия людей в группе»
Емельянов Ю.В.	«группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности»
Петровская Ю.Н.	«формы обучения знаниям и умениям в сфере общения, а также формы их коррекции»
Макшанов С. И.	«многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы организации с целью гармонизации профессионального и личностного бытия человека»

Исходя из вышеприведенных определений стоит заключить, что социально-психологический тренинг — это активное обучение с целью формирования компетентности, активности и направленности личности в

общении с людьми и повышения уровня развития группы как социально-психологического объекта.

Практика тренинга несет участнику сведения о том, каков он глазами другого и помогает скорректировать себя в глазах собственных, что является особенностью тренинга. Побуждая участников действовать в разнообразных создаваемых ситуациях, тренинг полнее раскрывает участников друг другу, обеспечивает дополнительными сведениями о себе и других, позволяет входить в позицию другого человека, раскрывает потенциал участников.

Одним из важнейших преимуществ тренинговой формы является высокая эффективность использования времени, способствующей самораскрытию, самоанализу и саморазвитию личности. В ходе тренинга специалист получает не просто дополнительную информацию, речь идет об эффекте в виде своеобразного интеллектуально-эмоциональной синергии семантически сформированной в пережитом опыте. Анализу подвергаются ситуации, которые складываются в данной группе в ходе ее развития, и субъектами данных ситуаций становятся участники группы. По этой причине, сведения о трудностях, помехах процесса саморазвития оказываются не только предпосылкой извне, а еще и пропускаются через личный опыт, формирующийся через групповой анализ.

Сегодня тренингу придают большое значение в разных сферах: менеджмент, медицина, юриспруденция, преподавание, социальная сфера и сфера обслуживания и др. Тренинг способствует коррекции поведения, улучшению отношений между коллегами, членами различных групп, коррекции дезадаптации и т.д. В результате тренинг приобретает специфические формы: ролевое обучение, тренировка чувствительности и эмпатии, анализ оценок и самооценок, невербальные методики контакта и др.

Практика тренинга позволяет участнику понять, каков он через другого и помочь скорректировать свои особенности. Побуждая участников действовать в разнообразных моделируемых ситуациях, тренинг позволяет раскрыть потенциал участников, обеспечивая дополнительными сведениями о себе и других.

Актуальность (необходимость) использования социально-психологического тренинга в работе психолога оправдана его высокой эффективностью. В процессе группового занятия и выполнения упражнений, участники, под руководством тренера, не только получают теоретические знания и практические рекомендации, но, решают определенные психологические проблемы, приобретают необходимые умения и навыки, меняют ограничивающие установки. С учетом всех информационных вызовов, интегрированных в жизни людей и крайне усложняющих тренировку гибких навыков и эмоционального интеллекта индивида, профессиональная групповая социально-психологическая работа является важнейшим элементом развития человека.

Список использованных источников

1. Емелин В.А., Рассказова Е.И., Тхостов А.Ш. Психологические последствия развития информационных технологий // Национальный психологический журнал, 2012. № 1 (7).

2. Виноградова С.М., Мельник Г.С. Психология массовой коммуникации // Учебник для бакалавров. М.: Издательство Юрайт, 2017.

3. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги: основы тренинговой работы: учебное пособие для вузов / Т. Г. Бобченко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.

4. Овчинникова И. С., Кобзева Н. А. Тренинг как технология активного обучения // Молодой ученый. 2015. № 10. С. 1239–1241.