

Результати формувального впливу на рефлексійні характеристики  
оптимальної педагогічної взаємодії

---

<sup>1</sup> Ковальчук Зоряна Ярославівна, кандидат психологічних наук, доцент, заступник декана факультету психології з навчально-методичної роботи Львівського державного університету внутрішніх справ, Україна

Received September 20, 2013; Accepted October 28, 2013

**Анотація.** У статті автор вводить поняття генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу, доводить його ефективність. Емпіричні дані доводять позитивний вплив генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу на характеристики рефлексійності, психологічного захисту особистості, психологічних труднощів спілкування в контексті педагогічної взаємодії. Зокрема в експериментальних тренінгових групах в учасників цих груп покращилися показники діалогічності міжособистісних стосунків; позитивного ставлення до людей; комунікативної інтолерантності; рівня рефлексії спілкування і взаємодії, *соціорефлексії*, сформованості педагогічної рефлексії; використання копінг-стратегій у контексті педагогічної взаємодії та функціонування системи психологічного захисту; росту комунікативної компетентності і майстерності завдяки зменшенню труднощів у ситуаціях педагогічної взаємодії.

**Ключові слова:** генетично-психологічний комунікативно-рефлексійний тренінг, педагогічна взаємодія, спілкування, вплив, рефлексивність, захист.

У професійному житті педагога спілкування не існує як уособлений процес або самостійна форма активності. Воно включено в індивідуальну чи групову практичну діяльність, котра не може ні виникнути, ні відбутися без інтенсивного та різностороннього спілкування. Тому існує велика потреба у проведенні комунікативно-рефлексійного тренінгу як вирішення проблемних комунікативних ситуацій. Це адекватний засіб формування рефлексивного середовища, що забезпечує цілісне самовизначення суб'єкта в ситуаціях невизначеності і непередбачуваності.

Питаннями оптимізування педагогічної комунікації як засобу вдосконалення педагогічної взаємодії займалися багато авторів, зокрема, О. Бодальов, І. Ващенко, О. Золотнікова, С. Карпова, А. Колмого-

ров, Ю. Крижанська, А. Лурія, С. Максименко, Є. Негневицька, А. Шахнарович, Л. Петровська, Н. Тализіна та ін.

Конкретні психотренінгові технології у царині педагогічної взаємодії застосовували І. Булах, Л. Долинська, І. Вахоцька, Л. Велитченко, В. Власенко, Г. Грибанова, О. Грейліх, Н. Гуткіна, О. Дусавицький, М. Каган, В. Казанська, В. Кан-Калик, Г. Ковальов, Я. Коломінський, В. Куніцина, М. Лісіна та інші.

Ми солідарні з класичним визначенням, яке зробив І. Вачков, даючи робоче (функціональне) визначення тренінгу: "Груповий психологічний тренінг є сукупністю активних методів практичної психології, які використовуються для формування навичок самопізнання й саморозвитку. При цьому тренінгові методи мо-

жуть використовуватися як у рамках клінічної психотерапії при лікуванні неврозів, алкоголізму і соматичних захворювань, так і в роботі з психічно здоровими людьми, які мають психологічні проблеми, щоб надати їм допомогу в саморозвитку" [5, 21]. Попри іншу важливу семантику цієї дефініції вважаємо найнеобхіднішим для оптимізації особистісної психогенези зробити наголос на положення про самопізнання і саморозвиток.

Генетично-психологічний комунікативно-рефлексійний тренінг належить до комплексних методів соціально-психологічного навчання і впливу. Основною його метою є підвищення компетентності у сфері спілкування. Для учасників Т-групи істотної актуальності набувають комунікативні партнерські навички, рефлексивні механізми, розвиток яких у найближчій перспективі дозволяє забезпечити свідоме, активне, творче життя, зорієнтоване як на покращання педагогічної взаємодії під час навчання, так і згодом упродовж екзистенційного самоствердження. Тренінг також сприяє створенню умов для розвитку спроможності до поглибленого самопізнання, розширення векторів самоусвідомлення, адже впродовж кожного заняття всі учасники мали змогу зосередитися на вирішенні складних питань міжособистісних взаємин та розібратися з цілим колом ймовірних проблем в адаптації, саморозкритті, конфліктності, агресивності, замкнутості тощо.

Методологічною базою розробленого нами генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу були праці Г. Вачкова, І. Вашенко, Л. Карамушки, Д. О'Конора, С. Максименка, К. Рудестама, Д. Сеймура, І. Ялома, Т. Яценко та ін.

Генетично-психологічний комунікативно-рефлексійний тренінг спрямований на оволодіння певними соціально-психологічними знаннями, розвитком комунікативних здібностей, рефлексивних навичок, здатності аналізувати ситуацію, поведінку, стан як членів групи, так і свій особистий, уміння адекватно сприймати себе і оточуючих. При цьому виробляються і корегуються норми особистісної поведінки та міжособистісної взаємодії, а також розвивається здатність гнучко реагувати на ситуацію, швидко змінюватись в різних умовах і різних групах.

**Метою нашої статті** є показати емпіричні результати впливу генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу на характеристики рефлексійності, психологічного захисту особистості, психологічних труднощів спілкування в контексті педагогічної взаємодії.

Загалом, практика запровадження генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу (далі – ГП КРТ) у різноманітних навчальних закладах (масова загальноосвітня школа, гімназія, військовий ліцей, педагогічний коледж, педагогічний ліцей, педагогічний університет, університет внутрішніх справ та ін.) дала підстави стверджувати, що він стимулює розвиток самоусвідомлення, призводить до оптимізації спілкування і механізмів рефлексії, інтроспекції, самоаналізу, постійного внутрішнього діалогу, емпатії тощо.

Генетично-психологічний комунікативно-рефлексійний тренінг спричинив суттєві зрушення у

показниках рефлексивності особистості в контексті педагогічної взаємодії. В таблиці 1 наведено дані про характер і напрямок цих зрушень. Статистично значимо зросли: рівень рефлексії спілкування і взаємодії за шкалою тесту О. Карпова і В. Пономарьової ( $p \leq 0,05$ ), рівень соціорефлексії за шкалою тесту М. Гранта ( $p \leq 0,05$ ), рівень сформованості педагогічної рефлексії за тестом Є. Рукавішнікова ( $p \leq 0,01$ ). Показники саморефлексії тесту М. Гранта залишилися на початковому рівні, статистично значимо не змінилися.

Вплив тренінгу позначився також на особливостях функціонування системи психологічного захисту учасників тренінгової програми, хоча й не дуже виразно. Загальні бали тесту "Індекс життєвого стилю" Плутчика-Келлермана-Конте в експериментальній і контрольній групі після експерименту не відрізняються на статистично-значимому рівні.

Таблиця 1.

**Значущі зрушення між показниками рефлексивності в експериментальній і контрольній групах до та після тренінгу за W-критерієм Уїлксона**

Шкали / тести	Експериментальна група (ЕГ)			Контрольна група (КГ)		
	До (М)	Після (М)	W-критерій	До (М)	Після (М)	W-критерій
Шкала рефлексії спілкування і взаємодії тесту О. Карпова, В. Пономарьової	23,5	26,4	453,0*	24,7	24,1	565,0
Шкала саморефлексії тесту М. Гранта	38,6	36,9	492,5	37,9	36,8	517,5
Шкала соціорефлексії тесту М. Гранта	33,8	37,7	446,0*	34,2	35,0	534,0
Тест рівня сформованості педагогічної рефлексії Є. Рукавішнікова	18,4	24,4	392,0**	19,1	18,5	542,0

Разом із тим, за деякими шкалами, а саме – "Витіснення", "Регресія", "Проекція" та "Раціоналізація" встановлено статистично-значиме зменшення ( $p \leq 0,05$ ) напруженості вказаних видів психологічного захисту (див.табл. 2).

Таблиця 2.

**Значущі зрушення між показниками шкал тесту Плутчика-Келлермана-Конте "Індекс життєвого стилю" в експериментальній і контрольній групах до та після тренінгу**

	Експериментальна група (ЕГ)			Контрольна група (КГ)		
	До (М)	Після (М)	W-критерій	До (М)	Після (М)	W-критерій
Реактивні утворення	40,4	37,1	577,5	39,6	33,8	541
Заперечення реальності	56,8	49,2	552	55,3	50,1	559,5
Заміщення	26,3	22,1	548	26,7	23,8	567
Регресія	30,4	24,5	418,5*	30,6	31,1	572
Компенсація	38,8	34,2	531	38,3	36,7	589
Проекція	50,3	35,4	403*	49,3	47,9	580,5
Витіснення	38,8	29,6	440*	37,5	38,8	561
Раціоналізація	60,0	49,9	413*	56,6	59,3	576

Витіснення – механізм захисту, за допомогою якого неприйнятні для особистості імпульси: бажання, думки, почуття, що викликають тривогу, – стають невідомими. Регресія – це захисна реакція за якої особистість, що потерпає від дії фруструючих факторів,

заміною рішення суб'єктивно більш складних завдань на відносно більш прості і доступні. В основі проєкції лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для особистості почуття і думки локалізуються зовні, приписується іншим людям і таким чином стають як би вторинними. Раціоналізуючи, особистість створює псевдорозумні але слушні обґрунтування своєї або чужої поведінки, дій або переживань, викликаних причинами, які вона не може визнати через загрозу втрати самоповаги. Посттестова напруженість таких механізмів захисту як "Реактивні утворення", "Заперечення реальності", "Заміщення", "Компенсація" не зазнала істотних змін.

Вплив тренінгу досить виразно позначився і на особливостях використання системи копінг-стратегій учасниками тренінгової програми. В таблиці 3 наведено дані про середній рівень напруги копінг-стратегій (за тестом А. Лазаруса «Стратегії самоопанування» в адаптації Л. Вассермана) в ситуаціях педагогічної взаємодії. Копінг-стратегії впорядковані – від найбільш "напружених", вживаних, до найменш "напружених". Планування вирішення проблеми, прийняття відповідальності, самоконтроль зазвичай застосовуються найбільше, а конфронтація, дистанціювання, втеча-уникнення – найменше.

Таблиця 3.

**Значущі зрушення між показниками шкал тесту А. Лазаруса "Стратегії самоопанування" в експериментальній і контрольній групах до та після тренінгу**

Шкали тесту А. Лазаруса	Експериментальна група (ЕГ)			Контрольна група (КГ)		
	До (М)	Після (М)	W-критерій	До (М)	Після (М)	W-критерій
Планування вирішення проблеми	66,4	72,1	446*	65,2	63,8	502,5
Прийняття відповідальності	62,3	69,2	437,5*	60,3	60,9	535
Самоконтроль	58,6	65,1	456*	57,7	55,8	495
Пошук соціальної підтримки	57,4	60,5	495	58,2	60,1	492,5
Позитивна переоцінка	56,5	64,2	391**	58,3	56,7	511
Конфронтація	55,2	45,4	372**	54,6	56,9	482
Дистанціювання	50,1	52,6	507	51,2	50,2	514
Втеча-уникнення	42,7	40,9	523,5	43,6	45,3	506,5

За шкалами "Планування вирішення проблеми", "Прийняття відповідальності", "Самоконтроль" та "Позитивна переоцінка" встановлено статистично-значимі зрушення у бік збільшення ( $p \leq 0,05$ ) використання вказаних копінг-стратегій, а за шкалою "Конфронтація" – зменшення. Після тренінгу його учасники стали більше приділяти увагу цілеспрямованому аналізу ситуацій і можливих варіантів поведінки, виробленню стратегії вирішення проблем, планування власних дій з урахуванням об'єктивних умов, досвіду і ресурсів, почали у більшій мірі визнавати свою роль у виникненні міжособистісних проблем та відповідальність за їх вирішення, сприймати колізії педагогічної взаємодії як стимул для особистісного зростання. Окрім того, вони навчилися мінімізувати вплив емоцій на оцінку ситуації і вибір стратегії поведінки і менше залучати відреагування негативних емоцій і конфронтаційні дії як засіб змінити складну ситуацію.

Посттестова актуалізованість таких механізмів копінг-стратегій як "Пошук соціальної підтримки", "Дистанціювання", "Втеча-уникнення" не зазнала істотних змін внаслідок проведення тренінгу.

Вплив формульованого експерименту на характеристики психологічних труднощів спілкування в контексті педагогічної взаємодії. Досліджуваним пропонували уявити, що їх партнер зі спілкування в контексті педагогічної взаємодії демонструє в спілкуванні ті чи інші характеристики взаємодії і оцінити, наскільки ці особливості його поведінки ускладнюють досліджуваному спілкуванню з партнером.

Таблиця 4.

**Значущі зрушення між показниками шкал тесту "Соціально-психологічні характеристики суб'єкта спілкування" В. Лабунської в експериментальній і контрольній групах до та після тренінгу**

Методика "Соціально-психологічні характеристики суб'єкта спілкування" В. Лабунської	Експериментальна група (ЕГ)			Контрольна група (КГ)		
	До (М)	Після (М)	W-критерій	До (М)	Після (М)	W-критерій
Експресивно-мовленнєві	8,8	6,4	445,0*	9,2	9,6	672,0
Соціально-перцептивні	12,4	8,7	453,0*	12,2	11,6	640,5
Ставлення-звертання	12,7	8,6	392,5**	11,9	12,4	653,0
Уміння та навички організації взаємодії	11,6	9,1	431,0*	12,1	12,9	625,0
Умови спілкування	9,2	9,6	640,5	9,5	9,2	644

Дані, отримані до та після тренінгу, суттєво розходяться. Показники всіх шкал (окрім "умов спілкування") методики "Соціально-психологічні характеристики суб'єкта спілкування" В. Лабунської значимо знизилися (див. табл. 4).

Експресивно-мовленнєві, соціально-перцептивні, уміння та навички організації взаємодії – на рівні  $p \leq 0,05$ , ставлення-звертання – на рівні  $p \leq 0,01$ .

Таким чином, за підсумками формульованого експерименту, внаслідок реалізації програми генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу ми отримали позитивні результати у показниках ціннісних, емпатійних, інтелектуальних, рефлексивних, захисно-опанувальних складових оптимальної педагогічної взаємодії.

В експериментальних тренінгових групах (порівняно із контрольними групами) в учасників цих груп покращилися, "оптимізувалися" показники:

-діалогічності (самоцінності і конструктивності) міжособистісних стосунків; позитивного ставлення до людей ("прийняття інших", "віра в людей", "доброзичливість");

-комунікативної інтолерантності ("неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини, категоричність або консерватизм в оцінках людей", "прагнення переробити, перевиховати партнерів", "прагнення підладнати партнера під себе, зробити його зручним", "невміння вибачити іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності", "невміння пристосуватися до партнерів");

-рівня рефлексії спілкування і взаємодії, соціорефлексії, сформованості педагогічної рефлексії;

-використання копінг-стратегій у контексті педагогічної взаємодії (аналізу ситуацій і можливих варіантів поведінки, вироблення стратегії вирішення проблем, планування власних дій з урахуванням об'єктивних умов, досвіду і ресурсів, визнання своєї ролі у виникненні міжособистісних проблем та відповідальності за їх вирішення, сприймання колізій педагогічної взаємодії як стимулу для особистісного зростання) та функціонування системи психологічного захисту;

-росту комунікативної компетентності і майстерності завдяки зменшенню труднощів у ситуаціях педаго-

гічної взаємодії (експресивно-мовленнєвих, соціально-перцептивних, інтеракційних та ін.).

За підсумками формульованого експерименту можемо стверджувати, що реалізація розробленої нами програми генетично-психологічного комунікативно-рефлексійного тренінгу загалом призводить до необхідних цільових змін, які зафіксовані на емпіричному рівні та засвідчують доцільність його задіяння не лише як потужного засобу оптимізації педагогічної взаємодії, але й усієї особистісної психогенези.

Перспективою подальших досліджень є вивчення впливу генетично-психологічного рефлексійно-комунікативного тренінгу на формування емпатійних та інтелектуальних складових оптимізації педагогічної взаємодії.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Асмаковец Е. С. Развитие эмоциональной гибкости учителя посредством социально-психологического тренинга / Елена Сергеевна Асмаковец // Психологическая наука и образование. – 2000. – № 1. – С. 11–14.
2. Бакли Р. Теория и практика тренинга / Р. Бакли, Дж. Кэйпл. – СПб. : Питер, 2002. – 352 с. (Серия "Эффективный тренинг").
3. Большаков В. Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения / В. Ю. Большаков. – СПб, 1994. – 316 с.
4. Большой психологический словарь / [сост. и общ. ред.

- Б. Мещеряков, В. Зинченко]. – СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
5. Вачков И. В. Введение в тренинговые технологии / Игорь Викторович Вачков // Психологическое сопровождение выбора профессии / [под ред. Л. М. Митиной]. – М. : Московский психолого-социальный институт, 1998. – С. 66–78.
6. Яценко Т. С. Активне соціально-психологічне навчання: теорія, процес, практика : навч. посіб. / Т. С. Яценко, Я. М. Кміт, Б. М. Олексієнко. – Хмельницький : Вид-во НАПВУ, 2002. – 792 с.

#### REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED

1. Asmakovets E.S. Razvitije emocionalnoj hybkosti uchitelja posredstvom psychologicheskogo treninga [Development of emotional flexibility teachers through social and psychological training] / Elena Sergeevna Asmakovets // Psycholog science and education. - 2000. - № 1. - S. 11-14.
2. Buckley R. Theoria i praktika traininga [Theory and practice trainings] / R. Buckley, J. Kaypl. - St. Petersburg. : Piter, 2002. - 352 p. (Series "Effective training").
3. Bolshakov V.Y. Psyhotrenynh. Sotsyodynamyka, igrы, upragnenya. [Psyhotrenynh. Sotsyodynamyka, Games, Exercises] / V.Y. Bolshakov. - St. Petersburg, 1994. - 316 p.

4. Big psychological dictionary / [comp. and Society. yet. B. Mescheryakov, V. Zinchenko]. - St. Petersburg. : PRIME-EVROZNAK, 2003. - 672 p.
5. Vachkov I.V. Vvedenye v trainingovye Technology [Introduction to training Technology] / Igor Viktorovich Vachkov // Psychological accompaniment choice of the profession / [ed. L.M. Mytynoy]. - Moscow: Moscow Psychological and social institution, 1998. - S. 66 - 78.
6. Yatsenko, T. C. Activne socialno-psyhologichne navchanya: teoriya, process, praktica [Active socio-psychological studies: Theory, Process, Practice: teach. Handbook] / T. Yatsenko, J. M. Kmit, B.M. Oleksienko. - Inc: Type of NAPVU, 2002. - 792 p.

#### Results formative influence on the reflective properties of optimal pedagogical interaction

**Abstract.** The article introduces the concept of genetic communicative and reflective psychological training proves its effectiveness. Empirical data demonstrate a positive psychological impact of genetic communicative and reflective training on refleksiynosti characteristics, psychological protection of the individual, psychological difficulties of communication in the context of teacher interaction. In particular, the experimental training groups of participants in these groups improved performance of dialogue interpersonal relationships, positive attitudes towards people, communication intolerance; reflection level of communication and interaction, social reflection, forming pedagogical reflection, use of coping strategies in the context of pedagogical interaction and functioning of psychological defense, growth communicative competence and skill by reducing difficulties in situations of pedagogical interaction.

**Keywords:** genetic and psychological communicative and reflective training, pedagogical interaction, communication, influence, reflexivity, protection.

#### Ковальчук З.Я. Результаты формирующего влияния на рефлексивные характеристики оптимального педагогического взаимодействия

**Аннотация.** В статье автор вводит понятие генетико-психологического коммуникативно-рефлексивного тренинга, доказывает его эффективность. Эмпирические данные показывают положительное влияние генетико-психологического коммуникативно-рефлексивного тренинга на характеристики рефлексивности, психологической защиты личности, психологических трудностей общения в контексте педагогического взаимодействия. В частности, в экспериментальных тренинговых группах у участников этих групп улучшились показатели диалогичности межличностных отношений; позитивного отношения к людям; коммуникативной интолерантности; уровня рефлексии общения и взаимодействия, социорефлексии, сформированности педагогической рефлексии, использование копинг-стратегий в контексте педагогического взаимодействия и функционирования системы психологической защиты; роста коммуникативной компетентности и мастерства благодаря уменьшению трудностей в ситуациях педагогического взаимодействия.

**Ключевые слова:** генетико-психологический коммуникативно-рефлексивный тренинг, педагогическое взаимодействие, общение, влияние, рефлексивность, защита.