

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

Кафедра соціології та психології, факультет № 6

ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ

навчальної дисципліни «Соціально-психологічний тренінг»
обов'язкових компонент освітньої програми
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
053 Психологія (практична психологія)

за темою № № 6: Групи зустрічей

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол № 7 від 30.08.2023

СХВАЛЕНО

Вченою радою факультету № 6
Протокол № 7 от 25.08.2023

ПОГОДЖЕНО

Секцією Науково-методичної ради
ХНУВС з гуманітарних та соціально-
економічних дисциплін
Протокол № 7 від 29.08.2023

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології
Протокол № 8 від 15.08.2023

Розробник:

Доцент кафедри соціології та психології, канд. психол.наук, доцент Чепіга
Л.П.

Рецензенти:

1. Доцент кафедри практичної психології Навчально-наукового інституту педагогіки, психології, менеджменту та освіти дорослих Української інженерно-педагогічної академії, канд. психол. наук, доцент Казарова А.М.
2. Професор кафедри соціології і психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ, доктор соціологічних наук, професор Нечітайло І. С.

Тема 6: Групи зустрічей

План лекції

1. Основні поняття груп зустрічей.
2. Основні процедури груп зустрічей.
3. Особливості груп зустрічей.
4. Проблеми реалізації груп зустрічей.

Рекомендована література:

Основна

1. Мілютина К.Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посібник К.: МАУП, 2014.- 192 с. ел. ресурс - <https://subject.com.ua/pdf/215.pdf>
2. Мороз Л.І., Яковенко С.І. Професійно-психологічний тренінг : підручник Київ : Вид. Паливода А.В., 2011. - 252 с. 2
<http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/29696/1/%D0%9C%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B7.pdf>
3. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції. Активне соціально-психологічне навчання / Яценко Т. С. – К. : Вища шк., 2014. – 679 с <https://eruditor.io/file/1068120/>

Допоміжна

4. Барко В. І. Методика проведення тренінгів управлінського спрямування / Барко В. І. // Практична психологія та соціальна робота. – 2014. – № 4. – С. 70–77. 5.
5. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід : [Метод. посібник] / Автор.-уклад. : О. Пометун, Л. Пироженко. – К. : А.П.Н., 2012. – 136 с.
6. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу : навч. посібник уклад. : О. М. Шевчук Умань : ПП Жовтий, 2011.-133 с. ел. ресурс - <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/4856/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%B7%20%D0%A2%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%D1%83.%D0%A8%D0%B5%D0%B2%D1%87%D1%83%D0%BA.%202011.pdf>

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

7. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
8. Пошукова система Springer <https://link.springer.com/>
9. Пошукова система Scirus <https://www.elsevier.com/>
10. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>
11. Пошукова система WorldWideScience.org <https://worldwidescience.org/>
12. Пошукова система DOAJ <https://www.doaj.org/>
13. Пошукова система DOAB <https://www.doabooks.org/>

14. Пошукова система SpringerOpen <https://www.springeropen.com/>
15. Система пошуку наукової інформації у відкритих архівах України (SSM) <https://oai.org.ua/>
16. Електронна бібліотека Наукова періодика України <http://www.irbis-nbuv.gov.ua/>

Текст лекції

Основні поняття груп зустрічей

Перше використання терміну «зустріч» приписують Я. Морено, засновникові психодрами. Сучасне визначення поняття «зустріч» дана Вільямом Шутцем: "Зустріч є спосіб установлення відносин між людьми, заснований на відкритості й чесності, усвідомленні самого себе й свого фізичного "Я", відповідальності, увазі до почуттів, орієнтації на принцип "тут і тепер"". Саме це визначення ми й будемо використати для опису груп зустрічей.

У груповому русі існує поділ на Західний і Східний напрямки. Центри особистісного росту на Сході надають перевагу групам, які орієнтуються на певне завдання й спрямовані на такі теми, як комунікація, рішення проблем і лідерство. Групи на Заході більшою мірою "орієнтовані на почуття спільності" і розвивають здібності членів групи до близьких міжособистісних відносин.

Найбільше визнання Карл Роджерс одержав за свою основну роботу в області терапії, центрованої на клієнті, і в цей час цей вид терапії використовується в багатьох центрах консультацій Північної Америки. Роджерс звернувся до руху груп зустрічей як до найбільшого соціального винаходу в 60-х роках. Внеском Роджерса в рух груп зустрічей стала концепція основної зустрічі, розроблена їм у Західному інституті поведінкових наук і Центрі вивчення особистості в м. Ла-Йолле, штат Каліфорнія. Концепція груп зустрічей була тісно пов'язана з гуманістичною орієнтацією в індивідуальному консультуванні, що він розробляв в 40-х і 50-х роках.

Психологи звертають свою увагу на навички спілкування клієнта, проявляють емпатію стосовно нього без нав'язування своїх оцінних суджень і заохочують клієнта до реалізації свого власного потенціалу розвитку. Концепція К.Роджерса зустрічі містить віру в ріст особистості, тому що члени групи в спілкуванні вільно виражають свої почуття й приймають почуття інших. На відміну від Т-груп, групи зустрічі фокусуються не на груповому процесі або на процесі розвитку навичок міжособистісних взаємодій, а на пошуку автентичності й відкритості у взаєминах з іншими. Лідер намагається створити атмосферу безпеки, довіри. К.Роджерс уникає включати заплановані процедури й вправи в процес групової взаємодії й орієнтується на безумовне позитивне прийняття іншої особистості для того,

щоб зламати опір учасників розкриттю особистісних установок і включити в груповий процес всіх членів групи.

Визначення групи зустрічей Шутцем виділяє такі ознаки цього поняття, як відкритість і чесність, усвідомлення самого себе й свого фізичного "Я", відповідальність, увага до почуттів і принцип "тут і тепер".

Саморозкриття

Відкритість і чесність досягаються через реалізацію такої групової цінності, як саморозкриття. Групи зустрічей заохочують учасників до розкриття самих себе іншим і в такий спосіб дають їм можливість встановити близькі стосунки між собою. Учасники заохочуються уважно ставитися до своїх почуттів і бути відкритими досвіду в будь-який момент часу. Розкриття особистості за принципом "тут і тепер" відрізняється від розкриття учасниками минулого досвіду, не пов'язаного із груповим процесом. Наприклад, у розповіді про те, що один зі членів групи нагадує вам вашого старшого брата, що викликав у вас почуття страху й остраху, був б не зовсім підходящий простий опис взаємин з вашим братом без їхнього співвіднесення із ситуацією в групі за принципом "тут і тепер".

Звичайно, ризикнути стати "справжньою" і автентичною особистістю можна тільки в безпечному для особистості оточенні, що викликає довіру. Згідно Роджерсу, розкриття почуттів, що виникають відносно інших членів групи, можливо тільки після того, як група придбає певний досвід і пройде через основні етапи групового процесу: відчуття фрустрації через відсутність структури; опір розкриттю особистості й вираженню емоцій; опис минулих, отже, більше безпечних життєвих подій і почуттів; відкрите вираження негативних почуттів для перевірки групової згуртованості й перші спроби дослідження особистісно значимих тем. Для того щоб члени групи змогли почати аналізувати колись неусвідомлювані й майже незнайомі їм почуття, вони повинні бути впевнені в їх безумовному позитивному прийнятті з боку інших членів групи.

Усвідомлення самого себе

Одним зі способів, за допомогою якого групи зустрічей заохочують в учасниках ріст усвідомлення себе, є конфронтація, що змушує членів групи піддавати рефлексії, уважно аналізувати й ставити під сумнів свою поведінку. Звичайно конфронтація виявляє протиріччя між тим, як члени групи сприймають самі себе і як їх сприймають інші члени групи. В ідеалі конфронтація використовується не просто для того, щоб виразити свій протест і заперечення співрозмовникові або викликати в нього ворожі почуття стосовно навколишнім. Конфронтація між членами групи повинна виражати участь і зацікавленість друг у другу для того, щоб допомогти членам групи досліджувати власну поведінку. У міру розвитку групового спілкування конфронтація стимулює вивчення самого себе й сприяє змінам своєї поведінки.

Відповідальність

Третьою ознакою визначення поняття групи зустрічей Шутцем є відповідальність. Види групової терапії, що розробляють практику впливу на принципах гуманістичної психології, у цілому ґрунтуються на повазі до клієнтів, на оцінці їх як здатних до зміни й активної участі в самому процесі здійснення цих змін. Передбачається, що члени групи повинні відповідати за свою поведінку в групі й у реальному житті. Шутц описує основний закон групи зустрічей, що полягає в тім, що учасники повинні відповідати за поведінку, що вони демонструють або від якого вони відмовляються в групі. Він наполягає на тому, що група буде не захищати своїх членів, а буде заохочувати їх до реалізації власних резервів і здатностей до прийняття рішень.

Увага до почуттів

У своє визначення поняття групи зустрічей Шутц також включив і таку ознаку цього поняття, як увага до почуттів. Основною метою програми всіх груп зустрічей є досягнення більш високого рівня усвідомлення членами групи свого афективного потенціалу.

"Тут і тепер"

Останньою ознакою визначення поняття групи зустрічей Шутцем є принцип "тут і тепер". Фокусування уваги на сьогоденні стали законом у Т-групах і групах тренінгу сензитивності. Принцип "тут і тепер" контрастує з використовуваними іншими групами методами й процедурами, що направляють увагу учасників в основному на ті події, які відбулися з ними поза груповою ситуацією. Модель основної зустрічі Роджерса трохи відрізняється від моделі групи зустрічей, що орієнтує членів групи на аналіз сьогохвилинних почуттєвих переживань. Хоча Роджерс надає перевагу тому, щоб члени груп виражали свої реакції за принципом "тут і тепер", він також дозволяє їм використати досвід минулих подій.

Основні процедури груп зустрічей

Існує багато загального в характеристиках групового процесу різних видів груп зустрічей. І хоча є розходження, зобов'язані своїм походженням індивідуальним особливостям керівників груп, основні принципи організації груп зустрічей є основою для діяльності керівників. Керівники груп намагаються допомогти членам групи "створити" значимий емоційний досвід, використовуючи цілий комплекс різних методик і вправ.

Членів групи звичайно просять дотримувати кілька універсальних базових правил: організовувати відкрите й чесне спілкування, приділяти особливу увагу тілесним відчуттям, більше звертати увагу на почуття, а не на думці, й залишатися, наскільки це можливо, вірними принципу "тут і тепер", тобто не апелювати до свого минулого досвіду й розумових описів. Учасників інформують про те, що вони відповідають за себе самі, і що їхній досвід у групі і є те, що вони самі вибрали. Більшість методик і вправ, що вводяться керівником, приводять учасників до емоційного пізнання власного

життя або навіть емоційного катарсису, за яким необхідна особистісна інтеграція й розуміння вже на більше високому рівні. Вибір конкретної справи залежить і від рівня працездатності групи, і від стадії групового процесу.