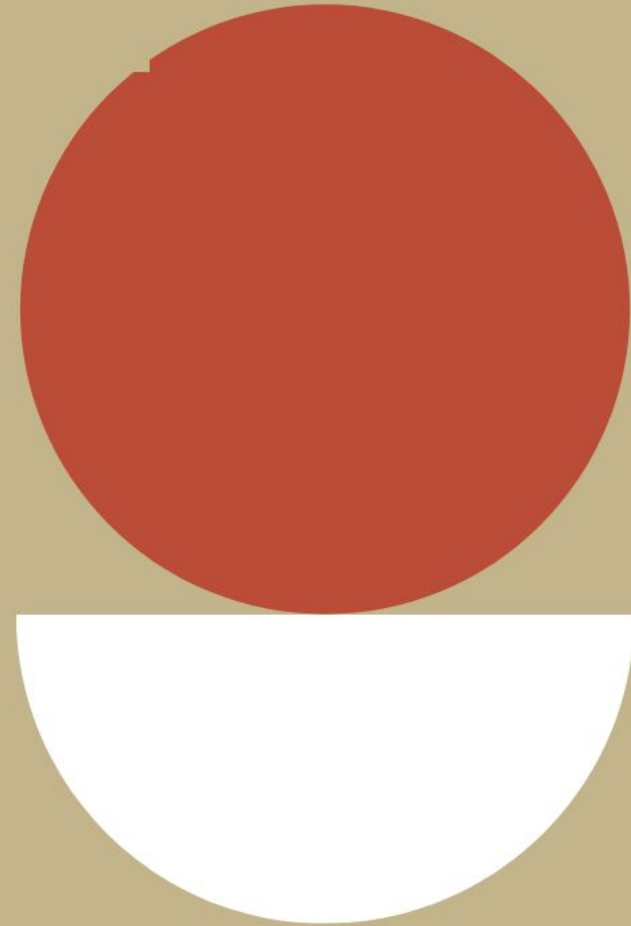


ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ТРЕНИНГОВОЙ ГРУППЫ.

Подготовила: Созонова Софья, ПС-3-19-01



1. Общение по принципу «здесь и теперь»

Данный принцип ограничивает работу группы событиями, происходящими «здесь и теперь», т.е. в данной группе, в данный момент.



2. Принцип персонификации и высказываний

Означает право высказываться только от своего имени и о том, что воспринято, прочувствовано, переживается здесь и сейчас.

3. Принцип акцентирования языка чувств

избегание оценочных суждений,
их замена описанием собственных
эмоциональных достояний.

4. Принцип активности



активность как норма поведения в тренинге подразумевает реальную «включенность» в интенсивное групповое взаимодействие каждого члена группы.

5. Принцип доверительного общения

искренность, открытое выражение эмоций и чувств.



6. Принцип конфиденциальности

суть принципа сводится к рекомендации не выносить содержание общения, развивающегося в процессе тренинга, за пределы группы.

1. Принцип гетерогенности

т.е. предпочтительно объединение в трениговую группу людей, различающихся по полу, степени знакомства, а если тренинг проводится за пределами школы, то и по возрасту.



2. Принцип постоянного состава группы.



Тренинговая группа работает наиболее продуктивно и в ней возникают особые процессы, способствующие самораскрытию участников, если она закрыта, т.е. работает постоянный состав участников и нет постоянного притока новых членов на каждом занятии. Это означает, что после начала занятий не следует включать новых участников, и крайне нежелательно, чтобы приступившие к занятиям уходили из группы до полного окончания тренинга.



3. Принцип диалогизации взаимодействия

т.е. равноправного и полноценного межличностного общения во время занятий группы.



4. Принцип постоянной обратной связи

т.е. непрерывное получение участником информации от других членов группы о результатах его действий в ходе тренинга.

Требования к обратной связи

- носить описательный, а не оценочный характер;
- быть не отсроченной, соответствовать принципу «здесь и сейчас»;
- быть специфичной, т. е. к конкретным действиям участников, а не к личности в целом;
- являться релевантной, т. е. соответствующей потребностям как того, кто ее получает, так и того, кто ее дает;
- ориентироваться на те черты, которые реально могут быть изменены;
- реализовываться в контексте тренингового взаимодействия, а не выбиваться из него;
- по возможности быть сформулированной в Я-Высказываниях, особенно если речь идет о чувствах;
- быть адресной, относиться к конкретным участникам, микрогруппам или к группе в целом, но не к абстрактным «отдельным товарищам»;
- иметь обратный адреса, т. е. даваться от собственного лица или от лица конкретной, четко обозначенной микрогруппы, а не от «некоторых из нас»;
- носить характер констатации фактов, а не советов или назиданий.

Правило	Примеры обратной связи	
	Удачная формулировка	Неудачная формулировка
<i>Описательность</i>	От тебя пахнет табаком	От тебя воняет как от пепельницы
<i>Неотсроченность</i>	Сегодня (только что) ты...	А вот помнишь, две недели назад ты...
<i>Специфичность</i>	Я испытываю недоумение, когда ты говоришь «Не знаю» в ответ на все вопросы	Ты такой, что в общении с тобой остается только недоумевать
<i>Релевантность</i>	Ты говоришь, что хочешь стать спортсменом. Для этого важна воля	Если бы ты увлекался математикой, то понял бы, что для нее важна пунктуальность
<i>Ориентация на изменяемые черты</i>	Мне тяжело общаться с тобой, когда ты навеселе	Мне тяжело общаться с тобой, поскольку ты обладаешь восточными чертами внешности
<i>Нахождение в контексте тренинга</i>	Я воспринял как обиду то, что ты мог бы помочь мне в предыдущем упражнении, но не сделал этого	Я воспринял как обиду то, что ты не дал мне списать домашнее задание по английскому, и я получил «2»
<i>Я-высказывание</i>	Я испытываю раздражение, когда ты...	Ты раздражаешь меня тем, что...

5. Принцип самодиагностики

т.е. постоянное самораскрытие участников, осознание и четкое формулирование ими собственных личносно значимых проблем.



6. Принцип оптимизации развития

т.е. в ходе тренинга осуществляется не только четкая диагностика и квалифицированная констатация определенного психологического состояния отдельных участников и группы в целом, но и активное вмешательство в происходящие события с целью оптимизации условий, необходимых для личностного развития.

Принципы работы тренинговой группы



7. Принцип гармонизации интеллектуальной и эмоциональной сфер



С одной стороны, для тренинга характерен высокий эмоциональный накал, участники искренне переживают происходящие в группе события. Это помогает им настроиться на откровенность, в большей мере доверять партнерам, становиться более гуманными по отношению друг к другу.



Но, с другой стороны, тренинг активизирует и интеллектуальные аналитические процессы – обсуждение событий. И главная форма такой интеллектуальной деятельности – групповая дискуссия, которая используется на протяжении всех занятий.

8. Принцип добровольного участия

как во всем тренинге, так и в его отдельных занятиях и упражнениях. Участник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменениях своей личности в ходе работы группы. Принудительно личностные изменения в положительном смысле, как правило, не происходят и не следует требовать этого от участников.

9. Принцип изолированности



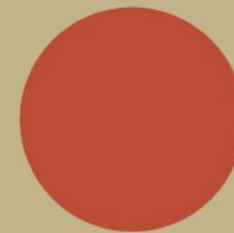
Безусловным требованием является полная уверенность участников в том, что их никто не подслушивает. Если у ведущего есть необходимость вести аудио- или видеозапись занятия, он должен получить согласие всех членов группы

10. Принцип свободного пространства

В помещении для занятий должна быть возможность свободного передвижения участников, их расположения по кругу, объединения в микрогруппы по 3-5 человек, по 7-8 человек, а также для уединения.



11. Принцип погружения



Продолжительность занятий должна быть определена в самом начале работы. Опыт проведения социально-психологического тренинга дает основание для вывода: наибольший эффект достигается при работе крупными временными блоками – погружениями на 3-4 часа за одно занятие или даже более. Это обусловлено тем, что много времени теряется на "размораживание" участников, их эмоциональное вхождение в групповые процессы после длительного перерыва в занятиях.

Рассмотренные принципы (правила) рекомендуется принимать к действию в тренинге только после обсуждения с участниками группы. Как показывает опыт, усвоение вышеизложенных принципов и правил требует определенного времени и достигается постепенно посредством периодических напоминаний, демонстрации конкретных ошибок или наоборот примеров успешного освоения участниками конкретных правил и, конечно же, посредством соблюдения данных правил самим ведущим группы

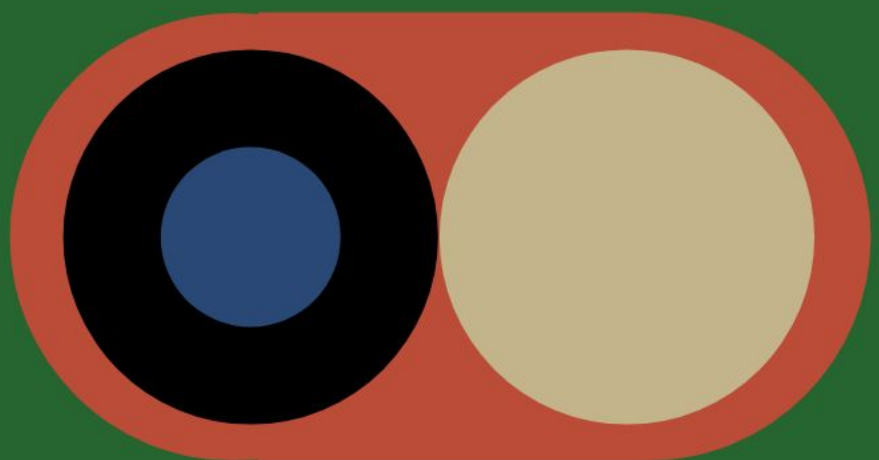




Список использованной литературы

1. Основы технологии группового тренинга. Психотехники [Текст] : учеб. пособие / И. В. Вачков ; [рец. : Н. Е. Веракса, И. Б. Гриншпун . - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Ось-89, 2003. - 223 с.
2. Грецов. А. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб.: Питер, 2011, - 416 с.: ил.
3. Евтихов О. Практика психологического тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 256 с.
4. Дэвид Ли. Практика группового тренинга. Издатель: Питер, 2009 год, 224 стр.
5. Петровская Л.А. Компетентность в общении. М.: Изд-во МГУ, 1989.
6. Прутченков А.С Школа жизни. Методические разработки социально-психологических тренингов МООДиМ `Новая цивилизация`, Педагогическое общество России, 2000
7. Захаров, В.П. Социально-психологический тренинг: учебное пособие / В.П. Захаров, Н.Ю. Хрящева. – Л.: ЛГУ, 1989. – 56 с.





**Спасибо за
внимание!**

Подготовила: Созонова Софья, ПС-3-19-01