Ограничения в работе тренинговых групп

Подготовила: Зубрина Анастасия ПС-3-19-02
Преподаватель: Федоренко Виктория Валерьевна

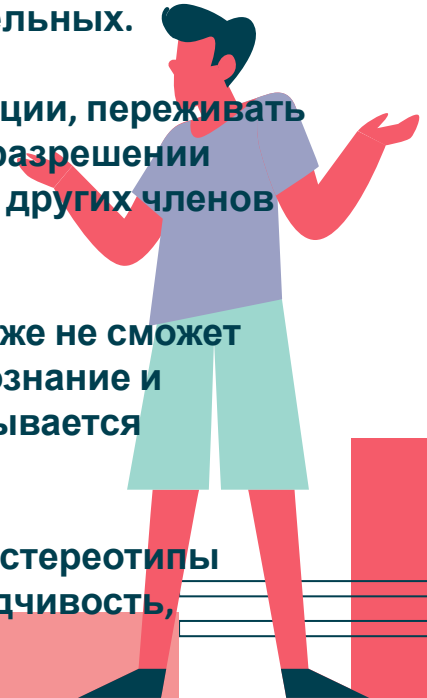
Что дает тренинг?

1. Тренинг как процесс активного обучения позволяет произвести такие изменения в личности участников как: выработка новых навыков, формирование новых моделей поведения вместо нежелательных.

2. Члены группы могут проявлять и выражать различные эмоции, переживать множество чувств, принимать или не принимать участие в разрешении собственных ситуаций, становиться участниками ситуаций других членов группы.

3. Более того, успешен ли был участник тренинга или нет, он уже не сможет жить по-прежнему, так как у него появился новый опыт. Осознание и понимание себя или ситуации может прийти позже. Это называется тренинговым эффектом.

4. В качестве тренингового эффекта могут проявиться новые стереотипы поведения, повышенная сенсорная чувствительность, обидчивость, зависимость от тренинга и др.

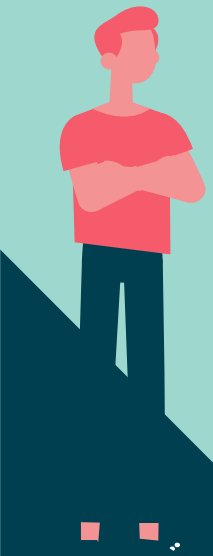


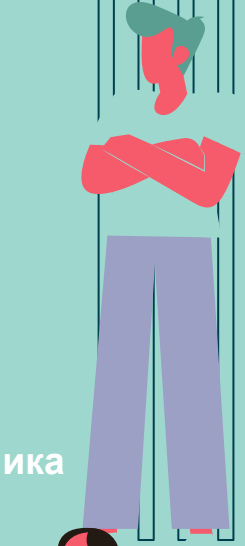
Численность группы

Оптимальная численность группы составляет 8–12 человек, которые включаются в занятия, исходя из принципа добровольности

Эффективность такой группы определяется приемлемой для каждого участника средней нормой времени и внимания, которые ему могут уделить другие участники и ведущий.

Численность группы определяется стилем ее ведения
- Тренер-фасилитатор, с демократическим стилем ведения, предпочитает работать с группой 8–12 человек
- Чем более авторитарного стиля ведения группы придерживается тренер, тем большую по численности группу он может вести
- В группах численностью более 12 человек ведущим часто используется режим работы в подгруппах от 2 до 6 человек.



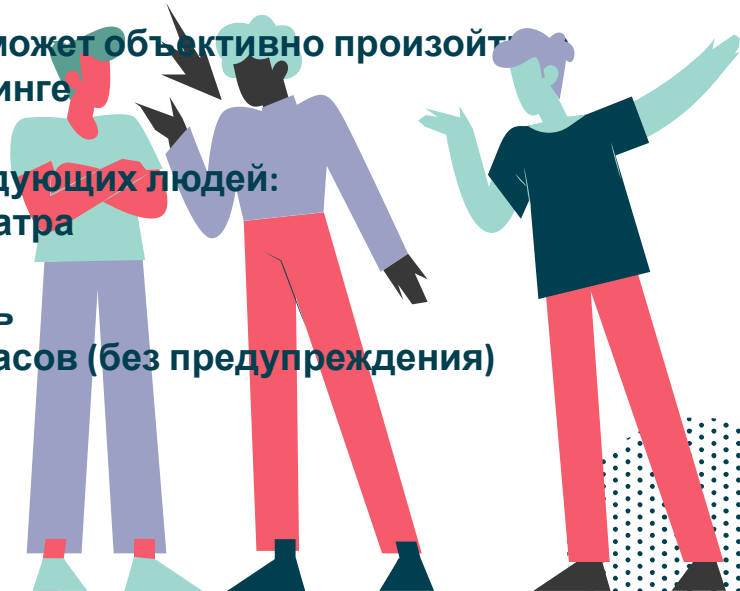


Правила отбора участников

1. Принцип добровольности участия в группе
если человек пришел в группу – это его самостоятельный выбор, он знает, зачем ему это нужно

2. Принцип информированного участия
участник заранее имеет право знать все, что с ним может объективно произойти
тех процедурах, которые будут происходить в тренинге

В группы тренинга не рекомендуется включать следующих людей:
а) лиц, которые только что прошли лечение у психиатра
б) лиц, находящихся под наблюдением врача
в) тех, которые сами чувствуют свою непригодность
г) лиц, которые опоздали более, чем на несколько часов (без предупреждения)



На тренере лежит вся полнота ответственности за последствия его решения о включении кандидата в группу. Тренер должен выбирать участников в группу с учетом нейтрального отношения к ним.

Служебные отношения и тренинг

- Желательно учитывать формальный статус участников
- Недопустимо включать в группу лиц, находящихся в служебных отношениях
- Наблюдения тренеров показывают, что в поведенческом тренинге должностная или служебная зависимость лишь в небольшой степени отражается на объективности оценок, даваемых участниками друг другу
- Сложнее дело обстоит при работе с личностными проблемами таких участников

Демографические критерии

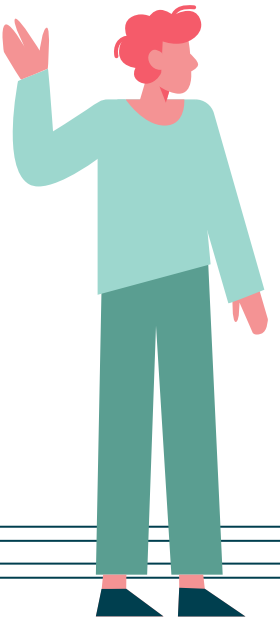
В тренинговые группы не рекомендуется включать мужей, жен, близких родственников, друзей. Если в группу таковые попали, то для пользы группового процесса и их собственной желательно их разъединить

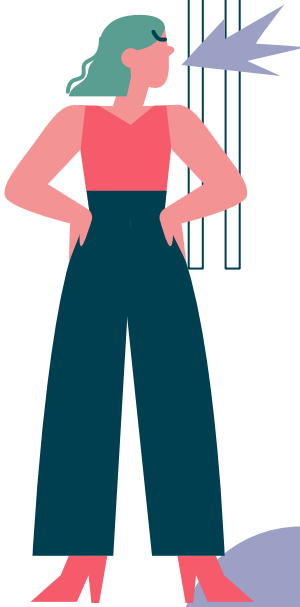
Исследователи единодушны в необходимости комплектования гетерогенных по полу групп

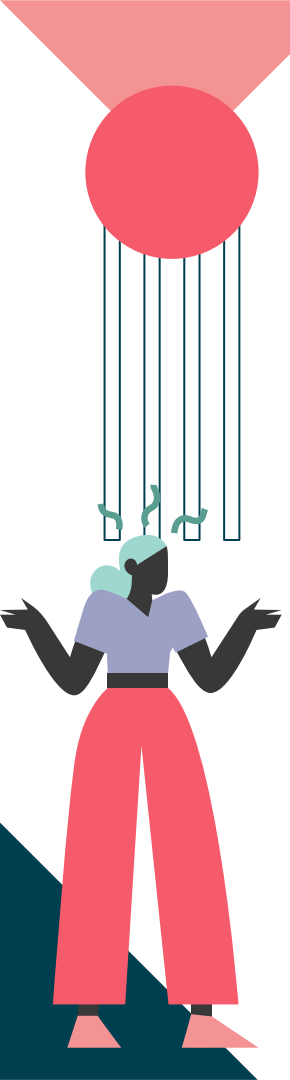
Желательно, чтобы число мужчин и женщин в группе было примерно одинаковым

Считается, что мужчины приносят в группу целесообразность, рациональность подхода к дискуссиям, ролевым играм и другим процедурам

Женщины дают группе эмоциональность, сенситивность, эмпатию, более глубокое понимание другого человека







Время

Цикл тренинговых занятий обычно рассчитан на 30–50 часов

Средняя продолжительность каждого занятия составляет 3 часа

Опыт показывает, что между отдельными занятиями предпочтительны непродолжительные интервалы – 1–3 дня.

Некоторые ведущие склонны проводить занятия-марафоны, продолжительность одного занятия при этом составляет 8–12 часов

Групповым занятиям могут предшествовать индивидуальные беседы участников с психологом (ведущим группы), а также общая лекция, ориентирующая в задачах предстоящего тренинга, особенностях его организации и принципах проведения

Пространство и обстановка

Важно пространственное размещение участников – оптимальным является расположение по кругу

Оно позволяет всем хорошо слышать и видеть друг друга, давая тем самым возможность воспринимать широкий спектр невербальных проявлений.

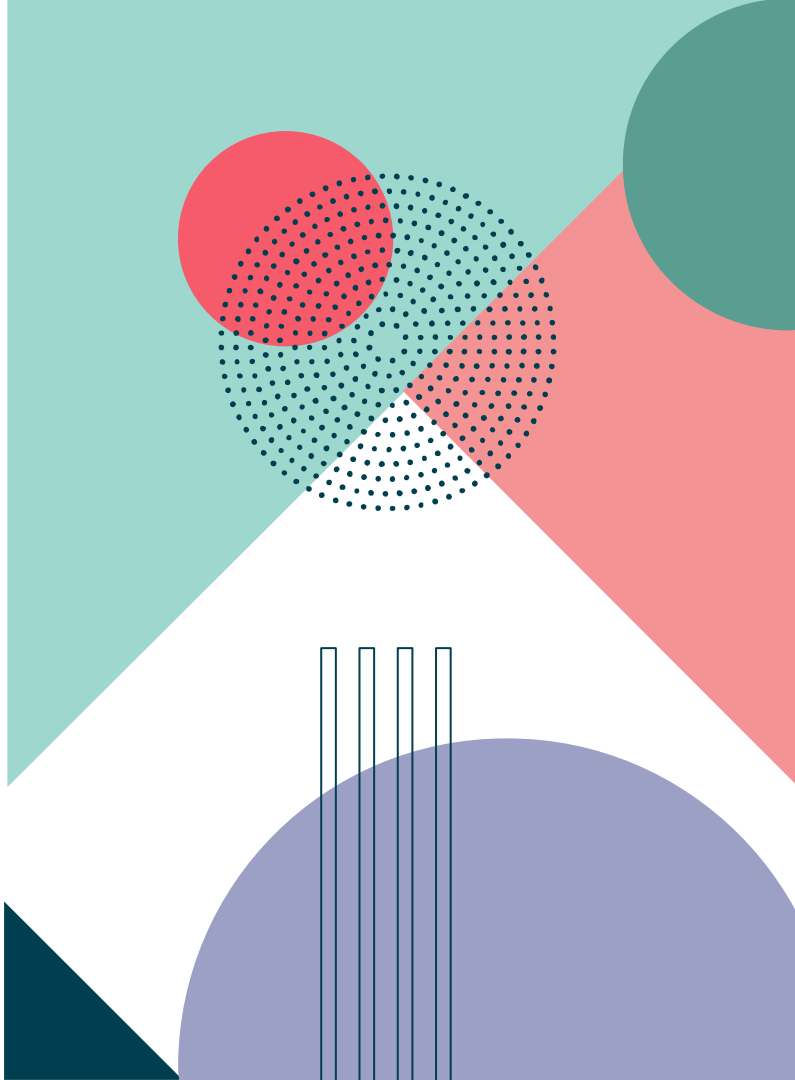
Существенным является переход участников в обращении друг к другу по имени и на «ты» – не всегда реализуемый сразу и просто.

Важны характеристики самого помещения, в котором будет организован тренинг
Комната должна быть достаточно просторной, чтобы стулья или кресла расположились по кругу
В ней не должно быть помех, отвлекающих участников от происходящего в группе

Заключение

Таким образом, существует ряд критериев, которые помогают регламентировать формат проведения тренинга, его тайминги, а так же критерии отбора участников

Правильно подобранные условия проведения тренинга делают его более эффективным и помогают участникам группы как можно больше раскрыть себя, а следовательно и получить личностный рост

Спасибо за внимание

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including icons by **Flaticon**, infographics & images by **Freepik**