

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE PHENOMENON OF GROUP INTERACTION

У статті подано теоретичний аналіз феномену групової взаємодії та особливостей групової динаміки. У статті охарактеризовано методи групової роботи та особливості їх використання у тренінговій практиці. Проаналізовано роль гуманістичних принципів у створенні сприятливої атмосфери для розкриття учасників тренінгової групи та пізнання один одного. У статті зосереджено увагу на значущості участі майбутніх психологів у тренінговій роботі з метою гармонізації їх особистості та підвищення рівня професіоналізму. Основна увага у статті приділяється специфічним особливостям групової взаємодії в контексті організації оптимальної тренінгової роботи та забезпечення сприятливої психологічної атмосфери для самопізнання учасників групи. У роботі описано важливість продуктивної активності кожного суб'єкта групової взаємодії, яка сприяє розвитку як групи загалом, так і формуванню особистісних характеристик окремих її членів. Стаття присвячена визначенню місця та ролі групової психокорекції у становленні особистості психолога як кваліфікованого фахівця. У статті здійснено системний аналіз феномену групової психокорекції та її ролі у процесі фахової підготовки майбутніх психологів. При цьому фахова підготовка психолога потребує застосування оптимальних курсів і програм групової психокорекції, які забезпечують гуманістичне пізнання особистості та рефлексію майбутнього психолога. Також визначено основні аспекти міжособистісної взаємодії учасників тренінгової групи, причини виникнення конфліктів, особливості вияву групових процесів. Окреслено особливості тренінгу як сучасного, активного навчального процесу та засобу гуманізації освіти. У статті розглянуто суб'єктів тренінгу та основні чинники, що впливають на групову взаємодію. Виділено обов'язки тренера та психологічні засоби для побудови конструктивної взаємодії. Розглянуто алгоритм розвитку взаємодії у тренінгу від формування групи до завершення її роботи.

Ключові слова: тренінг, групова взаємодія, психокорекційні групи, групова динаміка, психокорекція.

The article presents a theoretical analysis of the phenomenon of group interaction and features of group dynamics. The article describes methods of group work and features of their use in training practice. The role of humanistic principles in creating a favorable atmosphere for the disclosure of training group participants and getting to know each other is analyzed. The article focuses on the importance of the participation of future psychologists in training work with the aim of harmonizing their personality and increasing the level of professionalism. The focus of the article is on the specific features of group interaction in the context of organizing optimal training work and providing a favorable psychological atmosphere for self-discovery of group members. The paper describes the importance of the productive activity of each subject of group interaction, which contributes to the development of both the group as a whole and the formation of personal characteristics of its individual members. The article is devoted to determining the place and role of group psychocorrection in the formation of a psychologist's personality as a qualified specialist. The article provides a systematic analysis of the phenomenon of group psychocorrection and its role in the process of professional training of future psychologists. At the same time, the professional training of a psychologist requires the use of optimal courses and programs of group psychocorrection, which provide humanistic knowledge of the personality and reflection of the future psychologist. The main aspects of the interpersonal interaction of training group participants, the causes of conflicts, and the peculiarities of group processes are also determined. The features of training as a modern, active educational process and a means of humanizing education are outlined. The article discusses the subjects of the training and the main factors affecting group interaction. The coach's responsibilities and psychological tools for building constructive interaction are highlighted. The algorithm for the development of interaction in the training, starting with the formation of the group and ending with it, is considered.

Key words: training, group interaction, psycho-corrective groups, group dynamics, psychocorrection.

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.43.6>

Момот М.А.

викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України

Вступ. Сьогодні групова форма роботи є досить поширеним явищем в освітній галузі, бізнесі, психологічних школах тощо. Проводяться різноманітні тренінги, які за своєю суттю значно відрізняються від класичних форм надання індивідуальної психологічної допомоги. Однією з основних особливостей тренінгу є специфічний характер взаємодії між тренером та учасниками групи, а також постійна взаємодія усіх учасників один з одним. Проблема практичного застосування

тренінгів, попри великий спектр наукових джерел, присвячених груповій роботі, залишається актуальною, оскільки малодослідженим є феномен групової взаємодії учасників тренінгової групи. Метою статті є теоретико-методологічний аналіз групової взаємодії, що відбувається у форматі тренінгової роботи.

Сучасні науковці (Н. Афанасьєва, Є. Карпенко, Т. Яценко) зазначають, що професійна фахова підготовка психолога-практика потребує застосування адекватних методів групо-

вої психокорекційної роботи, які дають змогу гармонізувати його особистість, набуті професійно значущих особистісних характеристик та вмій. Дослідники в галузі практичної психології пропонують запровадити в межах навчального процесу тренінги особистісного зростання, що допоможе студентам-психологам здійснювати професійну рефлексію (О. Оніщенко), а також з формування у майбутніх практичних психологів особистісних та професійних новоутворень, що передбачають особистісні зміни та стабілізацію професійних якостей (О. Саркісова).

Поширеним явищем на психологічних факультетах закладів вищої освіти є тренінги вмій і навичок, практикуми із групової психокорекції, що сприяють розширенню світорозуміння студентів та удосконаленню їхнього професійного самовизначення. Проте такий підхід ще не набув цілісності й системності, а глибинна психологічна корекція особистості майбутнього психолога знаходиться в процесі розвитку. З огляду на це важливим є проведення досліджень щодо специфіки групової взаємодії і психокорекційної роботи глибинного спрямування, в процесі якої виявляються інфантильні передумови особистісних дисфункцій та труднощів у спілкуванні учасників тренінгової роботи. Отже, актуальність проблеми групової взаємодії зумовлюється потребою узагальнити наявні погляди науковців на досліджуваний феномен та окреслити його практичне значення.

Виклад основного матеріалу. Характер групової взаємодії у тренінговій роботі має суб'єкт-суб'єктний характер, на відміну від суб'єкт-об'єктних відносин у класичній освіті. Варто звернути увагу на те, що суб'єкт-суб'єктні відносини є тенденцією сучасного розвитку психологічної науки.

Важливо зазначити, що групова взаємодія виступає в ролі системотворчого фактору групи індивідів в цілому та водночас засобом управління активністю учасників тренінгового процесу, а також механізмом його регулювання. З огляду на це різноманітність тренінгів зумовлює відмінні одна від одної форми взаємодії учасників, тому ми розглянемо найбільш поширені форми та основні положення забезпечення продуктивної групової взаємодії.

Тренінг – це груповий процес, який має свою структуру та обмеження. Взаємодія у тренінгу зумовлена двома ключовими факторами – структурою групи та груповими процесами. Структура тренінгу детермінує динаміку взаємодії, а групові процеси безпосередньо відображають процес взаємодії [1]. Тобто структура та групові процеси існують одночасно і невіддільні один від одного.

Деякі науковці зосереджують увагу на необхідності дослідження та врахування групової

динаміки (К. Левін), стверджуючи, що прогресивні особистісні зміни відбуваються саме у процесі групової, а не індивідуальної роботи [9]. Вагому роль у дослідженні малих психокорекційних груп відіграли роботи К. Левіна, особливо його теорія поля. Ще понад сімдесят років тому автор говорив, що легше змінити індивідуумів, зібраних у групу, ніж кожного із них окремо.

К. Левін, як і З. Фрейд та інші представники психоаналізу, з допомогою поняття поля пояснювали процес розвитку особистості. К. Левін показав, що при розгляді процесу розвитку особистості необхідно брати до уваги різноманіття впливів, що є різними полями. Отже, одним із найбільш значущих впливів є вплив з боку інших людей, тому цілком природно, що К. Левін зацікавився взаємодією людей у малих групах. Будучи насамперед дослідником та теоретиком, він проводив експерименти з групами, розглядаючи їх як важіль розвитку навичок прийняття рішень, підвищення групової ефективності та розвитку групової взаємодії [9]. Після Другої світової війни К. Левін продовжив свою роботу в Центрі дослідження групової динаміки Массачусетського технологічного інституту. Це був перший академічний проєкт, присвячений вивченню динаміки малих груп.

Вчений В. Біон використовував два поняття, що стосуються групової взаємодії, заснованих на описаному М. Кляйн феномені проєктивної ідентифікації. Першим є поняття «валентність». Вчений використовує це поняття для позначення тенденції до включення індивідів у групу з урахуванням базових потреб особи. Люди розрізняються за своєю схильністю дотримуватися базових потреб, що передбачає довільний і миттєвий характер їх проявів. Другим поняттям у груповій взаємодії є поняття «неприйнятні потреби» як відчужені від особистості її елементи, які суб'єкт схильний проєктувати на інших. При цьому інші можуть прийняти на себе ці проєкції та перебувати під їх впливом. Лідер та інші члени групи перебувають під сильним впливом проєкцій і навряд чи можуть утриматися від ідентифікації з ними [2]. Отже, феномен групової взаємодії невід'ємно пов'язаний із базовою потребою людини у соціальній приналежності та її впливом на поведінку суб'єкта.

І. Ялом розробив власну теорію міжособистісного навчання, що має місце у груповій психотерапії [10]. Багато положень його теорії пов'язано з міжособистісною орієнтацією. Він вважає, що основним фактором психотерапевтичних змін є групова взаємодія, що відбувається в моменті «тут-і-зараз». Він не обговорює те, що відбувається поза групою, і вважає групу основною ареною для навчання. У разі відповідного структурування група утворює

соціальний мікрокосмос, що відбиває різноманітність соціальних зв'язків членів групи.

Спроба інтегрувати поняття групової взаємодії в теорії індивідуальної та групової психотерапії була здійснена Х. Даркін та Г. Глетзер [9]. Ці авторки звернули особливу увагу на переноси та опори в груповій психотерапії, використовуючи як основний матеріал особливості групової взаємодії. Взвзявши за основу індивідуальну психоаналітичну теорію, вони спробували поєднати її з аналізом групової динаміки, вважаючи, що, крім переносів на окремих людей, є переноси і на групові феномени. Прикладом цього є ситуація, коли один із членів групи опиняється в центрі уваги, що може викликати почуття заздрості та суперництва в інших учасників. У такому разі аналіз переносів та опорів, зумовлених сиблінговими моделями, стає основним, провідним.

У контексті вивчення феномену групової взаємодії варто зауважити, що значний внесок у розроблення проблеми психокорекційного впливу на особистість здійснено в зарубіжній груповій практиці, яка загалом окреслюється кількома напрямками, як-от: психоаналітичний, поведінковий, когнітивний, гуманістичний, гештальт-терапія та психодинамічний. Вагомий доробок у розвитку психокорекційної практики належить К. Роджерсу. У його «групах зустрічей» головна увага приділяється гуманістичному розвитку близькості й щирості між протагоністом і психологом, сприйманню людини як такої, що має безумовну цінність [11]. Передбачено свободу від моральної оцінки. Вивільнення потенціалу, досягнення зрілості, особистісне зростання набувають першочергового значення. Однак К. Роджерс у своїх дослідженнях не торкався глибинного аспекту, зосереджуючись передусім на виявах позитивних емоцій.

В. Шутц спробував поєднати психоаналітичну теорію з груповою динамікою, проте акцент був зроблений безпосередньо на інтеграції психічного й соматичного станів людини. Особливості ж підсвідомої сфери досліджувались опосередковано. Відомими є групи гештальт-терапії, засновані Ф. Перлзом, роботу в яких спрямовано на вироблення в людини навичок саморегуляції. Провідна роль при цьому відводиться задоволенню потреби у виявленні почуттів (любові, гніву, розчарування тощо), які за певних умов психологічно перевантажують [3].

У контексті психологічного аналізу феномену групової взаємодії варто звернути увагу на правила, які потрібні для регуляції взаємодій у групі та гарантування безпеки учасників групи. Якщо учасники не почуваються в безпеці (немає довіри, складно розкритися, є побоювання висловлювати власну думку), то груповий (тренінговий) процес зупиняється або значно сповільнюється.

Розглянемо правила, які є загальними для функціонування тренінгової групи та які впливають на взаємодію у групі. Організація роботи в тренінговій групі: до складу групи входить 10–14 осіб, які під час занять розміщуються по колу. Заняття можуть проводитись у невеликому приміщенні, використання наочних засобів пізнання має бути мінімальним. Діють такі принципи групової роботи: рівність учасників групи, щирість і спонтанність у висловлюваннях, представленні власних почуттів та реакції на поведінку іншого члена групи; звернення один до одного на ім'я й на «ти» (при цьому статусно-професійні рівні сприйняття учасниками одне одного виключаються); конфіденційність, що передбачає нерозголошення інтимно-особистісної інформації за межами групи; відсутність оцінних суджень та критики [4]. Знання отримуються (а не повідомляються в готовому вигляді) у процесі спільного дослідницького пізнання, взаємодії одного учасника з іншим, цінується поточний момент «тут і тепер». Конспектування отриманої інформації, що сприймається як на когнітивному, так і на емоційному рівні, не передбачене. Суб'єкт залучається до процесу пізнання цілісно, в єдності несвідомої й свідомої сфер психіки, що зумовлює особистісні зміни на латентному рівні.

Ставлення з повагою один до одного – важливе правило, що регулює взаємодію учасників. Це правило передбачає дотримання основних етичних норм поведінки при спілкуванні (на жаль, вони часто забуваються, особливо в запалі дискусій або під час обговорення спірних моментів). Тобто це означає, що неприпустимо перебивати один одного, нецензурно висловлюватися, ображати когось тощо.

Так, важливим є розуміння феномену групової динаміки, яка пов'язана не лише зі сприйняттям інших членів психокорекційної групи та самих себе у ній, а й з об'єктивними закономірностями групового розвитку. На початку роботи групи учасники можуть відчувати невизначеність, нерозуміння її мети, а присутність малознайомих людей посилює тривогу, невпевненість у собі. Завдяки груповим принципам відбувається взаємна адаптація, забезпечується відчуття психологічної безпеки, знімаються ситуативні захисти. Атмосфера довіри та підтримки нівелює очікування осуду, негативної оцінки особистості. Це сприяє зближенню учасників тренінгу, скороченню емоційної дистанції, а отже, й груповій інтеграції [8]. Її показником є відчуття членами групи цілісності дослідницької мети в напрямі самопізнання та пізнання іншого.

Феномен групової динаміки пов'язаний із загальновідомими груповими ефектами. Так, у групі може відбутися зараження певною емоцією або станом (наприклад, сльози одного учасника, що мають для нього семан-

тичне навантаження, викликають почуття солідарності в інших). Проте цей феномен несе позитивну функцію актуалізації само-розкриття членів групи. Зараження та наслідування сприяють робочій атмосфері в групі, проте в разі виокремлення групового лідера може сформуватися залежність одних її членів від інших. Така залежність породжується інфантильним бажанням, щоб хтось «вів за руку», спричиненим, зокрема, почуттям меншовартості. Активність за таких умов може невидимо переорієнтуватися з бажання пізнати власну психіку на підтримання стосунків залежності від іншого члена групи. Корекція таких виявів не є легкою, оскільки блокується можливість отримання людиною бажаної для неї психокорекційної допомоги [3]. Важливим для розвитку групової динаміки є механізм ідентифікації, що дає змогу зрозуміти внутрішній світ іншої людини на основі подібності життєвих позицій та досвіду. Цей механізм знаходить конструктивне вираження в підтримці, взаємодопомозі й нівелює недоброчинливу поведінку.

Оскільки кожна тренінгова група є неповторною, то групова взаємодія набуває у процесі роботи конкретного змісту, що визначається, з одного боку, характером проблем учасників групової роботи, а з іншого, – результатами психодіагностики, яка структурує прийоми та реакції керівника [5]. Забезпечення керівником сприятливих умов для продуктивної активності кожного суб'єкта сприяє розвитку як групи загалом, так і особистісних характеристик окремих її членів.

Участь у формах роботи, які передбачають групову взаємодію, сприяють досягненню професіоналізму особистості. Відвідування психокорекційної групи дає змогу суб'єкту опанувати принципи групової взаємодії та набутти необхідних навичок самопізнання й самокорекції (цей етап є обов'язковою умовою психокорекції майбутнього психолога). Також кожний учасник групових психокорекційних занять має змогу не лише коригувати себе, а й аналізувати характер впливу власної особистісної проблематики на взаємодію з іншими людьми. Отже, важливою є групова робота, під час якої майбутні психологи рефлексують власні похибки реалістичності соціально-перцептивного сприйняття [6]. Після проходження психокорекційних груп можливо стає супервізія як спосіб професійного вдосконалення, коли робота психолога з протагоністом відбувається в умовах спостереження під наглядом більш кваліфікованого фахівця, який піддає аналізу таку взаємодію. Цей етап особливо є значимим для становлення професіоналізму психолога-початківця, хоча елементи супервізії можуть застосовуватися й у роботі зі студентами.

Розглянувши основні аспекти групової взаємодії, варто проаналізувати методи, які використовуються під час тренінгових занять, що сприяють розкриттю учасників та підвищенню рівня їх згуртованості. Групова дискусія – провідний метод, в результаті якого створюється можливість вивчати базові психологічні захисти, логіку несвідомого й характер внутрішньої програмованості поведінки [7]. В основу методу спонтанної дискусії покладено безпосередню, нерегламентовану вербальну інтеракцію (взаємодію) між членами тренінгової групи, завдяки чому навчання наповнюється неповторним змістовним матеріалом, який піддається осмисленню. Це психомалюнок, який можна використовувати як із психодіагностичною, так і з навчальною метою. Під час занять члени психокорекційної групи набувають умінь читати психологічний зміст психомалюнків і знаходити в них спільне, що виводить на пізнання логіки несвідомого. Рольова гра – метод розігрування рольових ситуацій, що дає змогу побачити членів групи не лише в міжособистісних стосунках, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Поведінка в рольовій грі дозволяє уточнити психодіагностичні припущення й з'ясувати, як особистісна проблема руйнує професійні взаємини, робить їх неефективними. Ще один метод групової роботи – психодрама. Мета психодрами – допомогти людині вирішити актуальні для неї проблеми. Ролями може служити будь-що, починаючи від людей і тварин і завершуючи абстрактними поняттями та почуттями. Ці ролі є важливими для людини в реальному житті. Методи невербальної взаємодії – це ефективний засіб оптимізації соціально-перцептивної сфери особистості, оскільки увага в них спрямована на «мову тіла», а також на характеристики психіки, які можна розглядати в часі і просторі. До засобів невербальної взаємодії можна віднести міміку, жести, рухи тіла, дистанцію, паузи [6]. Отже, усі методи сприяють пізнанню учасниками себе та один одного під час групової взаємодії.

Тісно пов'язаним із практикою групової роботи було уявлення про те, що міжособистісна взаємодія групи може відобразити внутрішньопсихічні конфлікти її членів і навіть супроводжуватися проявом групових процесів [1]. Досі немає загальної теорії для обґрунтування групової роботи, а більшість психологів поєднує уявлення про групову динаміку з ідеями міжособистісної взаємодії та індивідуальної психології.

Спираючись на сказане вище, потрібно зважати, що комунікативні здібності особи формувалися у взаєминах з іншими людьми, тому оптимальним варіантом їх вивчення є групова взаємодія, а не індивідуальне консультування. Каталізація такого типу навчання відбувається завдяки чинникам групової дина-

міки, яка сприяє залученню особи до процесу пізнання себе та інших людей.

Отже, тренінг виступає як активна неklasична освітня технологія, що має власну специфіку взаємодії між його суб'єктами. Взаємодія у тренінговій групі протікає у двох пов'язаних між собою сферах – структурній (що описує рамки взаємодії) та сфері групових процесів (безпосередня взаємодія). До обов'язків тренера належить стеження і контроль обох процесів. Від цього залежить якість взаємодії, а також особистісне зростання її учасників. Таким чином, найефективнішою буде та група, в якій існуватиме взаємодія всіх членів групи, кожен з яких робитиме свій творчий внесок у загальний процес.

Висновки. Аналіз літератури дозволив нам дійти висновку про те, що в сучасній науці немає єдиної думки щодо місця групової взаємодії серед інших явищ та процесів. Досліджуване поняття розглядається і як самостійна категорія, і як інтерактивна сторона спілкування, і як вид діяльності індивіда. Єдиним для всіх досліджень є твердження щодо нерозривного зв'язку між особистісним зростанням індивіда та його контактами з навколишньою дійсністю, при цьому важливим є положення про те, що механізм взаємозв'язку учасників взаємодії визначається як безперервний обмін впливами. Це дає підстави говорити про двосторонній характер впливу того чи іншого контакту на особисті зміни учасників взаємодії за рахунок обміну інформацією, діями, почуттями, психічними станами. Вищевикладене дозволяє стверджувати, що для розвитку внутрішніх функцій необхідно, щоб людина почала взаємодіяти з іншими людьми.

У такий спосіб групова взаємодія дозволяє суб'єкту розкрити особистісний потенціал, набути відкритості, адаптованості, щирості у спілкуванні. Психокорекційний процес покликаний згармонізувати особистість, розкрити канали лібідо через виявлення суперечливих тенденцій психіки та сприяти розвитку соціально-перцептивного інтелекту. Отже, фахова підготовка психолога потребує застосування

відповідних програм і курсів групової психокорекції з глибинно-психологічною орієнтацією, які забезпечують цілісне пізнання психіки та рефлексію майбутнього спеціаліста.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Афанасьєва Н. Є. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навчальний посібник. Харків : НУЦЗУ, 2016. 251 с.
2. Карпенко Є. В. Основи психотренінгу : навчальний посібник. Дрогобич, 2015. 78 с.
3. Концептуальні засади і методика глибинної психокорекції: підготовка психолога-практика : навчальний посібник / Т. С. Яценко та ін.; за ред. Т. С. Яценко. Київ : Вища школа, 2008. 342 с.
4. Лефтеров В. О. Методологічні основи і принципи психологічного тренінгу. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2007. Вип. 2. С. 49–59.
5. Оніщенко О. В. Тренінг як інноваційна методика навчання в системі післядипломної педагогічної освіти. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Педагогічні науки»*. 2015. Вип. 132. С. 106–109.
6. Практикум із групової психокорекції : підручник / С. Д. Максименко та інші. Мелітополь : Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
7. Саркісова О. Ю. Сутність поняття «групова взаємодія» як соціальної, психологічної та педагогічної категорії. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія 16*. 2013. Вип. 19 (29). С. 59–62.
8. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги : збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Умань, 14 травня 2020 року) / за заг. ред. Т. Д. Перепелюк. Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, ФСПО. Умань, 2020. 107 с.
9. Фурманов И. А., Фурманова Н. В. Основы групповой психотерапии : учебное пособие. Минск : Тесей, 2004. 256 с.
10. Ялом И. Групповая психотерапия: теория и практика. Москва : Апрель Пресс, Психотерапия, 2010. 576 с.
11. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: активне соціально-психологічне навчання : навчальний посібник. Київ : Вища школа, 2004. 679 с.