

Б.Д.Жигитбекова¹, Серикбай М¹

¹ Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті
Алматы, Қазақстан.

ТОПТЫҚ ЫНТЫМАҚТАСТЫҚ ӘЛЕУМЕТТІК ИДЕНТИФИКАЦИЯ ФАКТОРЫ

Аңдатпа

Мақалада психологиялық тренингте қолданылатын негізгі әдістер сөз болады. Терапиялық процестің тиімділігінің ерекше механизмдері және психотерапиялық әдісті қолдану ерекшеліктері айтылады. Клиенттің өмірін жағымды үрдісте өзгертуге бағытталған көзқарастар, мақсатқа бағытталған процестер мәселесі қарастырылады. Топтық тренинг әдістерінің мәселелеріне И.В.Вачковтың еңбектерінде терең және жан-жақты талдау беріледі. Тренингте қолданылатын жұмыстардың негізгі тәсілдері жөнінде жалпы түсінік сызбасы бейнеленген. Әдістердің мәселесін психологиялық тәжірибе құрамында талқылауда мамандар ешбір психологиялық әдіс әлеуметтік мәселелерді шеше алмайтындығына назар аударады. Нақты айтқанда, екі түрдегі субъектілер - *жеке және топтыққа* бағытталғандар болатындығы ескеріледі. Бұдан, тренингтік әдістерді жеке қатысушыларға бағытталған және жалпы топпен жұмысқа ұйғаруға бағытталғандар деп жіктеу мүмкін екендігіне талдау жасайды.

Түйін сөздер: Топтық пікірталас, тренингтік әдіс, топтық жұмыс, жеке және топтық психотерапия, топтық динамика, психотерапиялық топтар.

Б.Д.Жигитбекова¹, Серикбай М¹

¹ Казахский Национальный педагогический университет имени Абая

ГРУППОВАЯ СПЛОЧЕННОСТЬ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ

Аннотация

В статье обсуждаются основные методы психологического тренинга. А также обсуждаются конкретные механизмы и особенности использования психотерапевтических методов. Положительные подходы, направленные на изменение жизни клиента, рассматриваются процессы, направленные на цели. В работах И. В. Вачкова будут подробно обсуждаться проблемы методов группового тренинга и всестороннего анализа. При обсуждении проблемы психологической практики специалисты отмечают, что ни один психологический метод не может решить социальные проблемы. В частности, два типа объектов являются индивидуальными и групповыми. Затем он анализирует возможность классификации методов тренинга как ориентированных на отдельных участников и ориентированных на общую работу.

Ключевые слова: групповая дискуссия, тренинговый метод, групповая работа, индивидуальная и групповая психотерапия, групповая динамика, психотерапевтическая группа.

B.D. Zhigitbekova¹ Serikbay M¹

¹Abay Kazakh National Pedagogical University

GROUP COHESION AS A FACTOR OF SOCIAL IDENTIFICATION

Summary

Resumes In the article come into question basic methods of the psychological training. Concrete mechanisms and features of the use of psychotherapy methods come into question. Positive approaches, sent to the change of life of client, the processes sent to the aims are examined. In works И. В. Вачкова will in detail come into question problems of methods of the group training and all-round analysis. At the discussion of problem of psychological practice specialists mark that not a single psychological method can work out social problems. In particular, two types of objects are individual and group. Then he analyses possibility of classification of training methods as oriented to the separate participants and oriented to general work.

Keywords: *group discussion, training method, group work, individual and group psychotherapy, group dynamics, psychotherapeutic group.*

Егерде топтық психотерапиялық жұмыста жеке жұмыспен салыстырғанда қандай да бір өзіндік ерекшелік бар деп айтар болсақ, ол терапиялық процестің тиімділігінің қандайда бір ерекше механизмдерімен байланысты болуы қажет.

Негізінде, топтық жұмыстың тиімділігінің басты механизміне үлкен және кіші әлеуметтік ортада туындайтын қарым-қатынастардың үлгісі болатын **топтық динамика** жатады. Бұл талас тудырмайды, өйткені топтағы терапиялық жұмыстың белгілі бір стратегияларында терапевтің барлық іс-әрекетінің де бағыты болады. Бұл біріншіден, топтың әлеумет үлгісіне айналу процесін күшейтеді. Екіншіден, бұл қатар түсіну процесін өршітеді.

Психотерапияны қандайда бір психотерапиялық әдісті қолданудың бір ізділігінен емес, клиенттің өмірін жағымды үрдісте өзгертуге бағытталған көзқарастағы мақсатқа бағытталған процесс деп санағанда ғана әділ бағалау болмақ.

Атақты театр педагогы П.Ершов өзінің режиссерлік көзқарасымен адами барлық өзара әрекеттестіктің театр тілінде «күрес» деп аталатын қызық жіктеуін береді. Оның пікірінше, кез-келген өзара әрекеттестік **іскерлік** және **бағыттылық** болып бөлінеді. Іскерлік өзара әрекеттестік **қандайда бір белгілі мақсатқа қол жеткізу үшін** күрес. Бағыттылық – **қатынас үшін** күрес. (1).

Мұндай пайымдаудан бағыттылық өзара әрекеттестігі өзінің жетістілігі мүмкіндігі жағынан өте қауіпті. Мен маған деген қандайда бір белгілі қатынас үшін күресемін. Мысалы, көшбасшы ретіндегі, сүйікті адам ретіндегі, ұлы ақын ретіндегі және т.с.с. қатынас болмақ. Бұл жерде күткен нәтиже маған байланысты болмайды, керісінше кімнің қатынасы үшін күресем соған байланысты болады. Мұндай күрестің дәйегінің өзі бастапқыда-ақ, мені өз қалауымша қабылдамайтындығын көрсетеді. Нәтижесінде біреудің тарапынан мен қалаған қатынасқа қол жеткізу үшін мен өз бойымда бір нәрсені өзгертуім қажет.

Топтық динамика адам өміріндегі **бағыттылық** өзара әрекеттестіктің үлгісі болып табылады.

Алайда адам өмірінде өзара әрекеттестіктің басқа да түрі бар. Ол - белгілі мақсатқа қол жеткізуге нысандай өзара әрекеттестік. Себебі мақсат қоя білу және оларға қол жеткізу үйлесімді адамның бір қасиеті. Үйлесімділік- басқа адамдармен қатынастарында өзін көрсете алу біліктілігімен байланысты. Сондықтанда топтық психотерапиялық жұмыстың тағы да бір өзіндік ерекше механизмі - **әлеумет жағдайында нақты мақсатқа қол жеткізу процесін моделдеуді** тұжырымдау. Топтық жұмыстың барлық үлгісі мен технологиясында топтық динамикамен қатар бұл механизмді қолдана бермейді.

Топтық психотерапияда бар барлық тәсілдерді төрт негізгі топқа бөлуге болады. Шартты түрде оларды құрылымдылық, іс-жүргізу, психотерапиялық және мәселелі-бағытталған топтар деп атайды.

Құрылымдылық топтар алдын ала анықталған жаттығулар жиынтығының басымдылығымен сипатталады. Оларды орындау барысында топ қатысушылары қолданылатын техникалардың өзіндік ерекшеліктерінің күшіне салыстырмалы түрде болжамды болатын, қандайда бір тәжірибе жинақтайды. Мұндай топтарда жаттығулар арқылы орындалатын материалдармен жұмыс өзіндік міндет болмайды. Өйткені олардың мақсаты қатысушылардың ары қарай өз өмірінде өзіндік ой елегінен өткізіп және қолдануға болатын жаңа тәжірибе алу болады. Құрылымдылық үлгісінде белгілі дәрежеде шектеу болады. Бұл шектеу біріншіден, жеке мәселелік құрылым жинақтаған өмірлік тәжірибесінің жеткіліксіздігі есебінен ғана қалыптаспайды. Тәжірибені өңдеу және құрастыруды игеру механизмдерінің жеткіліксіздігінің есебінен қалыптасады. Егерде бұл механизмдер даму мен өзгеруге тап болмаса қауіп туындауы мүмкін. Онда жекелік бағыттылық және қатынас жүйесінде жаңа тәжірибе өнімді интеграцияланады. Екіншіден, өзара жекелік қатынастар мұндай топтардағы жұмыстың жеке пәні болмайды. Бұл топтық психотерапия тиімділігінің механизмі ретіндегі топтық динамиканың құндылығын төмендетеді. Топтық динамика жеке жағдайларда мұндай топтардың негізгі міндеттерін орындаудағы басты кедергі болуы мүмкін.

Іс-жүргізу топтары қатысушыларды құрылымсыз топтық процеске енгізуге негізделген. Терапиялық жұмыстың пәні болып табылатын, топ мүшелерінің әр түрлі ішкі мазмұнының жүзеге асырады. Мұндай үлгі дәстүрлі психодинамикалық топқа тән болады. Бұл топтарда топтық динамика негізгі механизм және жұмыс пәні болып табылады.

Мұндай топтарда да кейбір шектеулер болады. Өзекті әсерлердің тереңдігі мен маңыздылығының деңгейі белгілі дәрежеде жүргізушінің жеке тұлғасы және топ құрамына байланысты болады.

Басқаша айтқанда, ұсынылған материалдың өңдеу тереңділігі мен нәтижелігіне ықпал ететін көптеген субъективті және объективті әсерлер бар. Екінші шектеулік топтық динамика, бейнелей айтқанда, «таза өнер» жағдайында пайда болады. Терапевт пен клиент арасындағы байланысты қатынастар өздері үшін қалыптасады. Мұндай үлгі олардың байланыс құрастырылуынан басқа ешқандай әсер бермейді.

Психотерапиялық топтар бастапқы да алдына психотерапиялық мақсат қоймайды. Алайда онда орын алған құбылыстар өзіндік ерекшелігінің күшіне қарай белгілі деңгейде психотерапиялық нәтиже беруі мүмкін. Оның қатарына креативтік тренингтерін, шығармашылық өзіндік көріну терапиясын, сондай-ақ арттерапия және билеу қозғалмалық терапия жанрында жүргізілетін басқа топтарды жатқызуға болады.

Бұл топта психотерапиялық көзқарас жағынан алғанда шектеу бар. Белгілі бір клиент үшін психотерапия мазмұнының сол сәттегі нәтижелері өзекті емес, тек ғана жеңіл әсер беруі мүмкін. Адамның психикалық өмірін құрайтын кейбір көлеңкеліктер жақсарғанда, «витамин тәрізді» әсер береді. Кей мағынада мұндай топтарды, медициналық терминді қолдана отырып «жалпы нығайтушы» деп атауға болады.

Топтық психотерапияның барлық түрінде, соның ішінде үнемі кездесулер жағдайында өткізілгенде, тағы бір ортақ кемшілік кездеседі. Олар әр түрлі деңгейде, жүргізушінің жеке тұлғасына және нақты бағдарламаға байланысты болады. Өзіндік эмоциялық тәуелділіктің туындауына және қарым-қатынастың белгілі бір деңгейі мен құрылымына тәуелділікті өршітеді. Көп жағдайда мұндай топтағы өмір қатысушыларға олардың топтан тыс өмірі мен қарым-қатынасына қарағанда, аса жарқын, мағыналы және қызықты болып көрінеді.

Мәселелік-бағытталған топтар көп деңгейде әлеумет жағдайындағы нақты мақсатқа қол жеткізу процесінің үлгілеу механизмін қолданады. Аталуы айтып тұрғандай-ақ мұндай тренингтің тақырыбы адамдар жиі психолог немесе психотерапевттің қабылдауында болатын кез-келген мәселе болады. Оларға өзінің немесе бөтен агрессиямен өзара қатынасы, эмоциялық тәуелділік, үрей, қызғаныш, өз-өзін жақсы көру, кінәлілік сезімі және т.с.с. жатқызуға болады. Қандайда бір топты оның қатысушыларының таңдауы сол сәтте дәл сол тақырыптың ол үшін өзектілігін айқындайды. Ал бұл қатысушылардың сол тақырыппен жұмыс істеуге белгілі дәрежеде дайындығын білдіреді. Мұндай жұмыс түріндегі дезинтеграция деп ұсынылған мәселе бойынша, топтың сол мәселеге терең кіруге бағытталған процесін санауға болады. Оның барысында топ қатысушыларының әрқайсының күнделікті өмірдегі мәселемен өзара әрекеттестігінде жанамаланған, қорғаныш механизмдері көпшілігінің жойылуы жүзеге асады. Интеграция процесі, бейнелей айтқанда, жойылған бастапқы қорғаныш құрастырымдарын ретке келтіруден тұрады. Топты құруда қолдануда шығыны аз, біршама бейімделген, ыңғайлы жаңа құрылыстың жобасын құрау. Бұл топтың зерттеуші үлгісінің сипатталған басқа топтардан айырмашылығы бар. Біріншіден, топтың әр қатысушысы негізгі материалдарды міндетті және тиянақты түрде қайта өңдейді. Екіншіден, мәнді материалды өзектендіреді. Үшіншіден, топтық процестің анық психотерапевтік мақсатқа бағыттылығы жүзеге асады.

Бұл үлгінің басты шектеуі топтық динамика механизмін қолданудағы қандайда бір «әсері» болады. Бұл әрине жүргізуші топтағы қатынастарды анықтаудан қашқақтайтынын білдірмейді. Тек ғана топтық динамика басым бөлігінде нақты нәтижеге жаңа жекелілік және мінез-құлықтық әдеттерді құрастыруға қол жеткізу жұмысының жалпы процесіне көзделген.

Топтық психотерапиялық процестің кейбір жалпы заңдылықтарын сипаттай отыра, мұндай жұмыстың өзіндік ерекшелігі тақырыбына оралайық. Психотерапевтке қойылатын ерекше талаптарын құрастыруға тырысайық.

Бірінші кезекте, бұл талаптар терапевтің, топ жүргізушісінің жекелік сипаттамаларына байланысты болады. Топтық жұмыста одан өте жоғары деңгейдегі күш-жігерді талап етеді. Егер индивидуалды жұмыста психотерапевт әр аулан, сонымен бірге флегмативті болса, ал топта (психодинамика үлгісін қоспағанда) психотерапевт топты «жандандыра» алу қабілеттілігі, яғни жылдам және тиімді қауіпсіздік аумағын құруы қажет. Сонымен қатар, қатысушылардың топтық процеске қызығушылығын тудыру талап етіледі. Психотерапевтің сезімталдылығының да мәні зор. Өйткені ол топтық процестің әр сәтінде орын алған оқиғаның эмоциялық «қызуын», әр қатысушының процеске қатысу дәрежесін және т.с.с. назарда ұстауы тиіс.

Психотерапевтің, топ жүргізушісінің есте сақтауы жақсы болуы тиіс. Себебі ол топтың бар уақытта бойында әрбір қатысушыға қатысты өзінің барлық диагностикалық болжамдарын және топта

белсендірілген ауқымды ақпаратты ойында сақтауы қажет. Психотерапевт топ барысында орын алған сөздердің, дене және қол қимылдарын басымырақ есінде сақтаса, топтық процесс аса тиімді және қызу өрши түседі.

Топтық жұмыс терапевтен нақты бағдарламаны жүзеге асыруға арналған «үй тапсырмасымен арасындағы нақты сәйкестілікті және орын алған оқиғаға байланысты көзделген бағдарламаны жылдам және тура қайта құруға мүмкіндік беретін қимыл-әрекетінің шапшаңдылығын талап етеді.

Топтық тренингтің пайда болғанына біршама кезең болғанымен, бүгінгі күнге дейін оны белгілі бір түрлерге бөлуде айқындылық жоқ. Тәсілдердің әрбіреуі салдары, ерекше мақсаттары, құрылымы және композициясы ретінде өзінің өлшемдерін ұйғарады. Топтық кеңес беру мәселелерін талдай келе, Дж. Котлер және Р. Браун, тек аталуы әр түрлі ғана емес, сондай-ақ, жұмыс тактикасы мен стратегиясы бір-бірінен озық көптеген топтарды мысалға келтіреді. Олар өздерінің еңбектерінде негізгі түрлерді ұсынумен қатар, олардың әрқайсының мазмұндық жағының ерекшелігін көрсетеді. Бұл топтардың әрқайсына берілген қысқаша сипаттамаға тоқталайық:

1. «Кездесулер тобы» ең екі ұшты категорияға жатады. Мұнда әр алуан түрлермен қоса, «адамдық қарым-қатынастар тобы», «потенциалды ашу бойынша топтар», «Т-топтар», «Жеке адамдық өсу топтары» және т.с.с. аталып өтуі мүмкін. Мұндай топтардың ерекше тартымдылығы сенім мен шынайылыққа негізделген қандай да бір оқыту құрылымын құруға ерекше мән бергендігімен байланысты болуына орай назар аудартады. Сонымен қатар, мұндай топтар жеткілікті деңгейде еркін құрылымда болады. Ал жүргізуші бұл жерде, ең алдымен, қатысушы, бірақ сарапшы емес екендігіне де назар аударылады. (2).

2. «Тақырыптық топ». Жоғарыда сипатталған категориядан ерекшелігі мұнда нақты формат, құрылым, жұмыс жоспары бар. Мұндай топтарға қатысушылардың сезімдері мен уайымдарына нысандалмаған дидактикалық, педагогикалық сипаттама тән. Олардың мақсаты, жалпы алғанда, болуы мүмкін мәселелерді алдын алудан тұрады. Мұнда қатысушылардың бойында нақты мәселелерді шешуге қажетті әр түрлі бейімделу дағдылары қалыптастырылады (жұмысқа орналасу, колледжде, жоғары оқу орнында дәріс алу және т.с.с.) (2).

3. «Кеңес беру тобы» бұл - ең алдымен, қатысушылардың жеке тұлға аралық мәселелерін шешуге бағытталған топтық жұмыстардың алуан түрлігі. Онда барлық әрекеттер осы шаққа, жекелік мақсаттарға шоғырланған. Сонымен бірге, топ мүшелері бір-біріне қолдау көрсетуге ұмтылады (2).

4. «Психотерапевтік топ» ең алдымен мақсаттарымен ерекшеленеді. Өйткені дәрістер психонервоз, нерв жүйесі зақымдану немесе психоз дертіне шалдыққан адамдармен жүргізіледі. Жұмыс сәйкес біліктілікті талап етеді және ұзақ мерзімді және интенсивті ем жүргізуді ұйғарады (2).

5. «Өзіндік көмек және қолдау тобы» өзінің аталуында (өзіндік көмек, қолдау) анық бейнеленген мақсатымен ерекшеленеді. Осыған байланысты оның жүргізушісі маман емес, осындай топтың тәжірибелі мол мүшесі бола алады. Мұндай топтар қандай да бір мәселені, саяси және т.б. қоса отыра, шешуге нысандалған (2).

Орыс тілді анықтамалық басылымдардың көбінде тренингтің келесі алуан түрлігі жиі келтіріледі.

1. Коммуникативтік дағдылар мен икемділіктер тренингі.
2. Жеке адамның өсу тренингі.
3. Өзіндік жүйелеу тренингі (мысалы, өзіне деген сенімділік).
4. Оқытушы тренингтер (оқытушылардың нақты категориясына арналған: мекеме қызметшілеріне кәсіби маңызды дағдылар тренингі, келіссөздер жүргізу тренингі) және т.с.с.

Әр түрлі өлшемдердің көмегімен тренинг түрлерінің басқа жіктелуін құруға болады. Нақтыласақ, жоғарыда келтірілген сызбада мақсат өлшемдерін пайдалана отырып, автор тренингтік топтардың келесі алуан түрлігін атап көрсетеді:

- психологиялық мәселелерді шешу топтары;
- психологиялық саулық және өмір сапасы топтары;
- ЭПТ топтары;
- өзіндік түсінікті дамыту тренингі топтары;
- жеке адамдық өсу топтары.

Негізі және оған сәйкес ықпал ету мақсатында жатқан өлшемі бойынша тренингтің басқа да алуан түрлерін атап көрсетуге болады, нақтылар болсақ:

1) *дрессура*: мақсаты- жаттықтырушының пікірі бойынша тұжырым қажетті, талап етілген (оқиғамен, өмірмен және т.с.с.) мінез-құлық әдеттерін қалыптастыру;

- 2) *шынықтыру*: мақсаты- нақты адамға қажетті жеке дағдылар мен икемділіктерді құрастыру;
 - 3) *оқыту*: мақсаты – топ қатысушыларына психологиялық мәселелерді шешудің мүмкін болар амалдарымен таныстыру және беру;
 - 4) *жетілу*: мақсаты - өзіндік жетілу барысында, өзіндік мүмкіндіктерін ашуға көмек көрсету (3).
- Бүгінгі күнгі кәсіби энциклопедиялардың бір қатарында тренингтің келесі алуан түрлілігі тізбектелген: *өзін-өзі тану тренингі, сенситивтік тренингі (19); ассертивтілік тренингі, жеке адамдар арасындағы қарым-қатынастар тренингі; басшылар тренингі; әлеуметтік дағдылар тренингі (3) және т.б.*

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Zhigitbekova B.D. *Топтық психотерапия*. – Алматы: Ұлағат, 2008. – 196 б.
2. Namazbaeva Zh.I. *Psihologiya zhәне psihoterapiya. izd. Print Express, Almaty, 2006, 20 p.l. – uchebnik dlya vuza.*-242 b.
3. Vachkov I.V. *Osnovy tekhnologii gruppovogo treninga. Psihotekhniki – M.,2000– 224 s.*
4. Zhigitbekova B.D..*Оқыту үрдісінде психологиялық тренингті қолдану // Абaj атындағы ҚазҰПУ-нің habarshysy. . . «Psihologiya» seriyasy, 2017. – S.36-39.*