

# **ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА НА ОПТИМИЗАЦИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АТМОСФЕРЫ В СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЕ**

Нечаева Т.А.

ГБПОУ ВО «Воронежский политехнический техникум» г.Воронеж

Сазонова В.Н.

МОАУ ВО «Воронежский институт экономики и социального  
управления» г.Воронеж

Во многих инновационных образовательных системах принцип психологической комфортности является ведущим. Он предполагает снятие стрессообразующих факторов учебного процесса, создание внутри образовательного учреждения, студенческих групп такой психологической атмосферы, которая расковывает студентов и в которой они чувствуют себя «как дома». Под духовной или психологической атмосферой (Б.Д. Парыгин) подразумевается специфическое психическое состояние той или иной группы людей, проявляющееся в общении их друг с другом и стиле совместного поведения, связан с определенной эмоциональной окраской психологических связей, возникающих на основе их близости, симпатий, интересов и склонностей. Это своего рода качественная сторона отношений между людьми, которая проявляется в виде совокупности психологических условий, способствующих или препятствующих развитию личности в коллективе.

Если в студенческой группе складывается неблагоприятная психологическая атмосфера, то это может сказаться на конфликтности, агрессивности и других личностных особенностях.

В связи с этим, роль методов, позволяющих оптимизировать психологическую атмосферу в студенческих группах, возрастает. В связи с этим было проведено

**Социально-психологическое исследование.**

Цель исследования – выявить влияние социально-психологического тренинга на оптимизацию психологической атмосферы в студенческой группе.

Объект – психологическая атмосфера в студенческой группе.

Предмет – влияние социально-психологического тренинга на оптимизацию психологической атмосферы в студенческой группе.

Гипотезой исследования выступило предположение о том, что посредством социально-психологического тренинга можно оптимизировать психологическую атмосферу в студенческой группе.

Методики исследования:

- 1) методика «Экспертная оценка сплоченности учебной группы» стр 168;
- 2) методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру) стр. 140;
- 3) методика диагностики эмоциональных барьеров в межличностном общении (В.В.Бойко) стр 122;
- 4) методика диагностики делового, творческого и нравственного климата в коллективе. стр 149.

Экспериментальное исследование осуществлялось на базе ГБПОУ ВО «ВПТ». В нем приняли участие 24 студента 1 курса, в возрасте 15-17 лет (11 мальчиков и 13 девочек). Экспериментальное исследование осуществлялось в три этапа: На первом этапе проводилось тестирование студенческой группы, с целью оценки психологической атмосферы, сплоченности учебной группы, и т.д., обработка и анализ полученных результатов.

На втором этапе проводился социально-психологический тренинг, направленный на оптимизацию психологической атмосферы в студенческой группе.

На третьем этапе осуществлялось повторное тестирование группы для сравнительного анализа с данными первого этапа.

Анализ полученных результатов позволил сделать следующие выводы:

До занятия с элементами тренинга выявлено преобладание низкого уровня сплоченности учебной группы - рисунок 1,

(то есть обучающиеся разобщены, имеются лишь отдельные лидеры, коллективные дела проводятся от случая к случаю и не оказывают значительного влияния, как на учащихся данной группы, так и на окружающих). 29 % респондентов оценили сплоченность группы как критическую, (что свидетельствует о том, что обучающиеся неорганизованны и почти неуправляемы, нет лидеров среди них самих, отсутствуют и авторитеты среди взрослых – преподавателей).

После занятия с элементами тренинга уровень групповой сплоченности заметно изменился. Так критический уровень групповой сплоченности, выявленный до занятия с элементами тренинга, после занятия с элементами тренинга отсутствует. Низкий уровень сплоченности также изменился в сторону снижения количества респондентов, оценивающих его подобным образом, в сравнении с оценками до занятия с элементами тренинга. После занятия с элементами тренинга результаты оценки респондентами уровня сплоченности учебной группы распределились следующим образом: 41 % - высокий уровень и 33 % - средний уровень сплоченности. (Полученные результаты позволяют сделать заключение о том, что 33 % респондентов считает, что все же в их группе отсутствует единство коллектива, наличествует лишь отдельные группировки по симпатиям, общим интересам и т.д., позитивная деятельность обучающихся ограничена только рамками своего коллектива. 41 % респондентов считает свою учебную группу сплоченным коллективом, где среди всех ценится и уважается личность каждого студента, обучающиеся не только осуществляют активную значимую деятельность внутри учебной группы, но и оказывают положительное воздействие на окружающих).

Мальчики после тренинга оценивают уровень сплоченности учебной группы выше, чем девочки - рисунок 2.

Девочки сплоченность учебной группы оценивали ниже, чем мальчики, так как критический уровень выраженности выше у девочек – рисунок 3.

До тренинга большинство респондентов считали психологическую атмосферу в учебной группе неблагоприятной. Благоприятной психологическую атмосферу считали лишь 12,50 % испытуемых  
рисунок – 4.

После тренинга показатели психологической атмосферы значительно изменились: 79 % респондентов после тренинга оценили психологическую атмосферу в учебной группе как благоприятную и лишь 20% испытуемых – как неблагоприятную. Таким образом, после тренинга выявлено преобладание в учебной группе атмосферы взаимного внимания, уважительного отношения людей друг к другу, духа товарищества, взаимопонимания, сплоченности, чувства защищенности и 4 эмоционального благополучия каждого, сочетающегося с высокой внутренней дисциплиной, принципиальностью, ответственностью и т.д.

Мальчики по сравнению с девочками более благоприятно оценивали психологическую атмосферу в учебной группе как до тренинга, так и после тренинга рисунок - 5.

Большинство респондентов до тренинга не умели управлять своими эмоциями, неадекватно проявляли эмоции, проявлялась негибкость, неразвитость эмоций, доминировали негативные эмоции, было нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе .

После тренинга вышеуказанные показатели значительно снизились  
рисунок - 6.

До тренинга у мальчиков в большей степени, чем у девочек было выражено неадекватное проявление эмоций, негибкость, неразвитость эмоций и нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе . Следует отметить, что и после тренинга у мальчиков немного выше, чем у девочек негибкость, неразвитость эмоций, неадекватное проявление эмоций и доминирование негативных эмоций -рисунок 7.

У девочек в большей степени, чем у мальчиков до тренинга было выражено неумение управлять эмоциями и доминирование негативных эмоций

После тренинга у девочек не на много, но выше, чем у мальчиков, неумение управлять эмоциями. Итак, после тренинга все показатели и у мальчиков и у девочек снизились и практически выровнялись, разница в показателях между мальчиками и девочками незначительная.- рисунок 8.

Выявлено, что практически все показатели делового климата изменились в противоположную сторону после тренинга, то есть, если до тренинга в деловом климате были выявлены безответственность, приспособленчество, отчужденность, индивидуализм, формализм и равнодушие, то после тренинга были выявлены ответственность, сотрудничество, коллективизм и удовлетворенность - рисунок 9.

Однако следует отметить, что приспособленчество и формализм сохранили свои позиции, что, собственно, свойственно подростковому возрасту, в котором находятся респонденты. У девочек до тренинга немного больше чем у мальчиков выражены безответственность, приспособленчество, отчужденность и индивидуализм – рисунок 10.

У мальчиков до тренинга в большей степени, чем у девочек выражены формализм и равнодушие. После тренинга у мальчиков больше, чем у девочек оказались выражены ответственность, сотрудничество, коллективизм,

удовлетворенность. У девочек после тренинга больше, чем у мальчиков выражены принципиальность и деловитость. Следует отметить, что после тренинга наиболее выраженными оказались показатели сотрудничества и коллективизма как у девочек, так и у мальчиков.

При анализе данных диагностики творческого климата было выявлено, что до тренинга в коллективе преобладало равнодушие, целеустремленность, новаторство, пессимизм, энтузиазм, застой – рисунок 11.

После тренинга показатели изменились следующим образом: равнодушие сменилось увлеченностью, целеустремленность повысилась, новаторство не на много, но повысилось, оптимизм сменил пессимизм, энтузиазм повысил свои показатели, прогресс сменил застой. Необходимо отметить, что больше всего повысилась увлеченность. До тренинга целеустремленность преобладает как у мальчиков, так и у девочек – рисунок 12.

При этом следует отметить, что у девушек более выражен энтузиазм, а у юношей – новаторство. У мальчиков в большей степени, чем у девочек до тренинга выражено равнодушие, консерватизм, а у девочек немного больше, чем у мальчиков выражена пассивность.

После тренинга у мальчиков в большей степени, чем у девочек выражены увлеченность, новаторство, а у девочек - прогресс. В остальном значимых отличий между мальчиками и девочками не выявлено. При изучении нравственного климата было выявлено, что до тренинга преобладали агрессивность, лживость, враждебность, поощрение, незащищенность, наличие условий для профессионального и культурного роста – рисунок 13.

После тренинга значительно повысились показатели защищенности, дружелюбия, честности и доброжелательности. У девочек до тренинга больше, чем у мальчиков выражены поощрение и лживость – рисунок 14.

Следует отметить, что у мальчиков до тренинга больше чем у девочек выражены агрессивность, незащищенность, наличие условий для профессионального и культурного роста. После тренинга у девочек больше чем у мальчиков выражены: доброжелательность, честность, дружелюбие, защищенность. У мальчиков после тренинга больше чем у девочек условий для профессионального и культурного роста. В общем, после тренинга как у мальчиков, так и у девочек значительно повысились доброжелательность, честность, дружелюбие и защищенность. Математико-статистическая обработка данных осуществлялась посредством Т-критерия Вилкоксона. Анализ полученных данных показал наличие следующих различий: Результаты после тренинга превосходят результаты до тренинга, по уровню выраженности следующих показателей: - психологической атмосферы, - сплоченности учебной группы, - составляющей делового климата «ответственность», - составляющих творческого климата: «увлеченность», «оптимизм», «энтузиазм», «прогресс», 7 - составляющих нравственного климата: «доброжелательность», «дружелюбие», «поощрение», «социальная защищенность», «наличие условий для профессионального и культурного роста». Результаты до тренинга превосходят результаты после тренинга по уровню выраженности таких барьеров в межличностном общении, как: «неумение управлять эмоциями», «неадекватное проявление эмоций», «негибкость, неразвитость эмоций», «доминирование негативных эмоций» и «нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе». Итак, выявлено, что социально-психологический тренинг улучшает психологическую атмосферу в учебной группе, повышает групповую сплоченность, развивает умение управлять эмоциями, способствует сближению с людьми на эмоциональной основе, повышает уровень делового, творческого и нравственного климата в коллективе, а именно: развивает ответственность, доброжелательность, дружелюбие, способствует увлеченности, оптимизму, энтузиазму, прогрессу, чувству социальной защищенности, культурному росту.

(Полученные данные могут быть использованы для совершенствования образовательной деятельности с учетом психологической атмосферы и развития сплоченности студенческой группы для определения средств, способствующих оптимизации психологической атмосферы и развитию сплоченности). Разработанную программу тренинга можно использовать в учебно-воспитательном процессе вуза для оптимизации психологической атмосферы, повышению сплоченности в учебных группах и т.д. Таким образом, гипотеза нашла свое подтверждение, задачи были решены, и цель исследования была достигнута.

#### Литература:

1. Н.П. Фетискин, В.В.Козлов, Г.М.Мануйлов. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. Изд-во Института Психотерапии. 2002