

РОЛЬОВА ГРА ЯК МЕТОД АКТИВНОГО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

О.К. Василяка, В.І. Шебанова

Херсонський державний університет, vitaliashebanova@gmail.com,

vok1321@ukr.net

Вирішення складних соціальних завдань, пов'язаних з розбудовою України як демократичної держави значною мірою залежить від ефективності підготовки практичних психологів. Останнє потребує розвитку системи державної психологічної служби, складовою якої є практична психологія. З приводу цього велике значення набуває питання методичного забезпечення галузі практичної психології, яка складається з двох блоків: індивідуального консультування та групової психокорекції.

Більшість методів групової психокорекції, описаних у літературі (Ю.Ф. Акименко, О.С.Матвійчук, Т.А.Міщенко, М.В.Удовенко та ін.), наголошують на проведенні роботи на соціально-перцептивному рівні. У межах методу активного соціально-психологічного навчання (АСПН) значного розвитку набули певні аспекти глибино-психологічного підходу до групової психокорекції (М.П. Зажирка, В.І. Коновальчук, Т.С. Яценко та ін.). Провідними механізмами психокорекції за методом АСПН на думку Т.С.Яценко є позитивна дезінтеграція і вторинна інтеграція психіки суб'єкта. Під впливом останніх відбувається гармонізація особистісної структури суб'єкта шляхом виявлення інфантильних витоків внутрішніх суперечностей, неефективних захисних механізмів.

У сучасній психологічній літературі наголошується на тому, що для успішної діяльності практичного психолога суттєвим є розуміння того, що його власний психологічний ресурс і можливості не є необмеженими, що об'єктивно існують особистісні обмеження, бар'єри, блокатори, які заважають професійній діяльності. Таким бар'єром може стати особистісна невідкоректованість майбутнього фахівця. Особистісна невідкоректованість характеризується

наявністю особистісної проблематики. Під особистісною проблематикою ми розуміємо наявність неусвідомлюваних суб'єктом стабілізованих суперечностей, які інтегруються системою « психологічних захистів». Саме актуалізація механізмів психологічного захисту: ідентифікації, раціоналізації, заміщення, перенесення, ігнорування тощо зумовлює викривлення соціально-перцептивної інформації [1]. Саме тому ми вважаємо, що перш, ніж вести мову про професійне становлення психолога, йому необхідно актуалізувати та відкоригувати власні захисні механізми, тоді ці особистісні обмеження та бар'єри не будуть заважати в професійній діяльності.

Ми поділяємо думку Т.С. Яценко, що підготовці психологів-практиків переважно притаманна слабкість взаємозв'язку психологічного самопізнання [4]. Пояснюється це тим, що традиційна (академічна) психологія, на яку орієнтована освіта психологів, може забезпечити лише стандартними знаннями, а психологу-практику потрібні рефлексивні знання, бо саме вони дають змогу розвивати свій соціально-перцептивний потенціал, оволодівати навичками самоаналізу і аналізу цілісної ситуації спілкування. На нашу думку, саме орієнтація підготовки майбутніх психологів на академічну психологію пояснює той факт, що сьогодні практичні психологи недостатньо володіють здібностями працювати в непередбачуваній ситуації, в умовах вільної спонтанної поведінки суб'єкта, адекватно сприймати поточний матеріал у ситуації «тут і тепер» .

Тому в ході підготовки майбутніх фахівців-психологів ми застосовували метод рольової гри.

Мета дослідження спрямована висвітлення можливостей рольової гри як методу активного соціально-психологічного навчання майбутніх психологів.

Виклад основного матеріалу. У науковій психологічній літературі рольову гру розглядають як форму психодрами або як похідну від неї [2], вказується і на використання понять «рольова гра», «рольовий тренінг», «психодрама» як еквівалентів [3].

Теоретичною основою при проведенні рольової гри є припущення про те, що поведінка будь-якої людини може бути відкоригована практикою, новими

знаннями та їх підкріпленням. Вважається, що ригідність поведінки викликана недоліком ігрової активності, і рольова гра надає можливість пізнавати суб'єкта досвідом програвання ролей, які він не відігравав у реальному житті.

Спектр застосування рольових ігор достатньо широкий. Їх використовують для: зміни стандарту поведінки; навчання новому або модифікація старого стилю управління власним життям і складними ситуаціями в ньому. Мета в цьому випадку може бути загальною (змінити стиль життя) або специфічною (модифікація способів вирішення тієї чи іншої проблеми в житті); зниження власної ригідності поведінки, бо набутий досвід дозволяє збільшити «гнучкість» та контактність; «будівництва» власного Его, бо під час програвання ролей шліфується і власний імідж; запобігання зайвим втратам, бо знання про оптимальну поведінку дозволяє орієнтуватися в конкретній ситуації; зниження емоційної напруги.

Рольові ігри широко використовуються й у вітчизняній практиці надання психологічної допомоги (Г.С. Абрамова, П.П. Горностай, С.В. Васьковська, Л.А. Петровська, Т.С. Яценко та ін.). Розігрування рольових ситуацій як метод групової корекції використовується у АСПН. У процесі АСПН рольові ігри використовуються, головним чином, для отримання додаткового психодіагностичного матеріалу, необхідного для перевірки гіпотез, більш глибокого розуміння особистісної проблематики кожного з учасників навчання. Цей метод стає особливо корисним тоді, коли в груповій роботі спостерігається тенденція до абстрактних міркувань та зайвої інтелектуалізації проблеми. Рольові ігри дають більш суттєвий психодіагностичний матеріал (у порівнянні з розповіддю) і дозволяють здолати труднощі у вербалізації окремих проблем, почуттів та емоцій.

Розігрування рольових ситуацій в АСПН відрізняється від так званого ігрового моделювання тим, що підготовка до гри в АСПН мінімальна. Рольова гра розгортається в дії, без попередніх сюжетних відпрацювань. Така невизначеність того, « що робити» , дає змогу учасникам гри набувати творчу самодіяльність. Можливість варіювати умовами виконання ролі дозволяє їм,

крізь призму вибору поведінки в тій чи іншій сюжетній ситуації, побачити особливості власних особистісних характеристик.

Рольова гра у психокорекційному процесі АСПН обов'язково завершується обговоренням та аналізом побаченого і почутого. Важливим при цьому виступає обмін думками і враженнями учасниками групи АСПН про те, як їм imponувала та чи інша роль, з яким партнером взаємодіяти було важко і навпаки, які почуття викликали у присутніх виконавці тієї чи іншої ролі.

Під час АСПН майбутніх фахівців-психологів нами проводилися тренінгові заняття (на протязі одного семестру два рази на тиждень по 4 години). Програвання тієї чи іншої ситуації дало студентам змогу на власному досвіді переконатися як в діагностичних, так і в терапевтичних можливостях метода «рольової гри». Студенти упевнилися, що завдяки «програванню» ситуації об'єктивізуються деякі несвідомі моменти їх поведінки, стають більш «прозорими» особистісні риси. Все це сприяє аналізу та розширенню поля свідомості майбутнього фахівця.

Програвання рольових ситуацій в психокорекційному процесі АСПН каталізує розкриття внутрішнього (як правило, скритого) психологічного змісту учасників групи. Так самі умови рольової ситуації дають учасникам гри відчуття захищеності, а отже мінімізуються прояви активізації захистів. Завдяки цьому всі зусилля членів групи АСПН йдуть не на захисти і емоційні переживання, а на дослідження причин певних реакцій.

Прикладом може служити фрагмент стенограми ситуації «Перше знайомство в школі». Суть ситуації: *психолог-жінка прийшла на роботу в школу. Директор визначив для неї місце роботи на другому поверсі, вказав номер кабінету і дав від нього ключ. Психолог намагається відчинити двері, але їй це не вдається. В ту мить поруч з нею проходив чоловік. Психолог звернулася до нього з проханням допомогти їй відчинити кабінет. Він допоміг, але, відчиняючи двері, сказав: «Ввічлива людина у чужий будинок без господаря не входить» .*

Далі кожному члену групи пропонувалося взяти на себе роль психолога і

надати свій варіант відповіді. Ця ситуація цікава тим, що зачіпає певні моральні аспекти (що дії психолога були санкціоновані кимось іншим, що людина, яка перед цим зробила послугу, показує негативне ставлення до входження психолога в цей кабінет). Суперечливість моменту складається в тому, що з одного боку психолог має віддячити чоловіку за допомогу, яку він їй надав; з іншого – вона має якось відреагувати на недобррозичливий тон. Отже ми маємо можливість прослідкувати, наскільки самостійна в своїх діях та чи інша особистість, яка буде виступати в ролі психолога. Додаткового інтересу до цієї ситуації додає той факт, що кожна людина бажає бути господарем в тій кімнаті, яку вона займає. Отже, таке нарікання, що звучало з уст чоловіка зачіпає гідність «Я». Тому ця ситуація є дуже цікавою для самопізнання.

Проаналізуємо деякі висловлювання членів групи АСПН.

«Я теж такої думки, тому з цієї миті господарювати тут буду я».

Психологічний зміст цієї фрази: «якби я в цьому кабінеті не була господинею, то я сюди б не зайшла, бо теж вважаю, що в чужий дім без господаря не заходять, а моя дія вказує на те, що цей кабінет для мене не чужий». В цьому випадку ми бачимо *захисну тенденцію*, а саме, використання слабкої сторони у висловлюванні тієї людини, яка хоче чимось дорікнути. Отже спрацьовує психологічний захист, зокрема за тенденцією «від слабкості до сили». Суб'єкт, з одного боку, хоче займати вигідну, панівну позицію, а, з другого боку, поступається діловими параметрами заради виправлення на його думку кривдженого «Я».

Звернемо увагу на підтекстний зміст висловлення: «Я теж такої думки, тому з цієї миті я тут буду господарювати». Підтекстний зміст розповідає людині, яка намагалася дорікнути психологу, що я не гірша за тебе, що я це все знаю, дивуюся, що ти мені про це говориш, трохи засмучена тим, що ти це не розумієш і що мені доводиться говорити, що «я тут господар». Я навіть вище, і кожного разу той, хто хоче мене образити, понесе за це певну кару. Тобто цією фразою особистість показує, що вона перш за все зреагувала на скривжене власне «Я», намагаючись його вирівняти, виправити. Отже, їй необхідно з цим

розібратися, щоб кожного разу не реагувати на оточуючих стандартними способами, результатами яких є ілюзорні втіхи потреб ідеалізованого «Я». Неоптимальність полягає в тому, що суб'єкт забув подякувати людині, яка відчинила двері, тому він може здатися зверхнім, якому інші повинні робити послуги, і він ці послуги може легко ігнорувати, якщо при цьому людина спричинить найменшу прикрість. Тоді ця прикрість для його хворобливого «Я» стає більш вагомою, ніж все те, що зробила людина до цього. У цьому, звичайно, його незахищеність, бо партнер буде шукати можливість відмовити йому в послугі, з якою він звернеться, і не упустить той момент, щоб «віддати йому належне» за те, що він скористався його доріканням і показав свою зверхність, свою непогрішність. У плані спілкування такий шлях не є продуктивним.

«Цей ключ мені дав директор». Аналізуючи це висловлювання, можна констатувати, що «жінка-психолог» зреагувала на «фігуру», тобто на ставлення до її вчинку, і намагалась виправдатись – захиститись через санкції того, хто займає вищу соціально-службову позицію. Тут можна діагностувати цікаву тенденцію звертатися до батька чи будь-кого, хто його заміщує, і використати ймовірну можливість виправдати свої дії і зняти претензійність висловлювання. Психологічний зміст того, що вона сказала такий: «мої дії санкціоновані керівником і тому ви неправі, в тому що намагаєтесь мене в чомусь обвинувачувати». Це позиція дитини, бо намагання виправдати свої вчинки йде через апеляцію до інстанції, що стоїть вище. При такій позиції потенціал суб'єкта дрімає, він не використовує свої можливості, резерви для взаємодії з партнером. Психологічний зміст висловлювання демонструє партнеру по спілкуванню, що вона є людиною, яка потребує захисту і має інфантильні тенденції. Якщо діагностувати особистісні риси, то помітимо залежність від батьків, бажання бути гарною, чемною, слухняною «дівчинкою» і нічого не робити без санкції батька. При такій позиції блокується власний потенціал, стає неможливим його розвиток, акцентується залежність від оточуючих, зокрема від тих, хто має вищу соціальну позицію.

«Тоді я подвійно вдячна вам». Учасниця навчання робить акцент на подяці людині (що відчинила двері), а не на доріканні. На останнє вона зреагувала опосередковано, через подяку. В цьому її захищеність, тому що іншій людині важко потім далі дорікнути. Опосередковано суб'єкт демонструє свою необізнаність в тому, що це ще чиясь кімната, а людина, яка дорікала, хоч це і знає, але все ж таки відчинила двері. Ось тому вона і дякує, бо знаючи це, чоловік міг би їй і не допомогти відчинити двері. Це позиція захищеності, бо немає реакції, яка б виражала образу, а є лише реакція на висловлювання цієї людини. Учасниця групи АСПН не ігнорує висловлювання, а *реагує через позитив*. У цьому випадку ми не помічаємо автоматизованих захистів, хворобливе «Я» теж тут не спостерігається.

Висновки. Описано можливості рольової гри як методу активного соціально-психологічного навчання майбутніх психологів.

Показано, дію психологічних захистів, які спрацьовують автоматизовано на несвідомому рівні, задають динаміку активності суб'єкта, а семантика наповнюється ситуативним сюжетом.

Методика рольової гри для психокорекційного процесу в групах АСПН важлива ще й тим, що дозволяє побачити членів групи не лише в груповій міжособистісній взаємодії, а й під час виконання певної соціальної ролі. Поведінковий матеріал суб'єкта, отриманий під час програвання ситуації, дозволяє перевірити гіпотези стосовно його особистісної проблеми, бо в умовах спонтанної поведінки є показником того, як особистісна проблема впливає на структурування рольової ситуації.

Література:

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. К.: Техпрес, 1997. 216 с.
2. Калина Н.Ф. Основы психотерапии. К. : Ваклер, 2017. 272 с.
3. Шебанова В. І. Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма-патологія» : Монографія. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. 612 с.

4. Шебанова В. И. Тренинг нормализации пищевого поведения: Программа психологического сопровождения на пути к свободе от переедания. Практическое руководство. Херсон : ПП Вишемирский В. С., 2014. 394 с.

5. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції : Навч. посібник. К. : Либідь, 2016. 264 с.