

Одінцова А. М. Зміни в рольовій структурі особистості під впливом тренінгових занять / А. М. Одінцова // Вісник післядипломної освіти : зб. наук. пр. [голов. ред. В. В. Олійник]. – К. : АТОПОЛ, 2013. – Вип. 9 (22) – Ч. 2. – С. 268–274.

УДК 159.947

Одінцова А. М.

м. Херсон

ЗМІНИ В РОЛЬОВІЙ СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ ПІД ВПЛИВОМ ТРЕНІНГОВИХ ЗАНЯТЬ

У даній статті представлені результати емпіричного дослідження, метою якого було визначити зміни в рольовій структурі особистості, під час та після проходження декількох тренінгових занять. Також, у статті надається опис діагностичного інструментарію, а саме анкети «Відношення до власної ролі».

Ключові слова: життєва роль, рольова структура особистості, поведінковий, емоційний та когнітивний компоненти.

Постановка проблеми. Велике значення у формуванні гармонійної, всебічно розвиненої, духовної особистості мають уявлення людини про себе, як про суб'єкта ролі, а також кількісний та якісний комплект цих ролей. У наш час не існує єдиної теорії соціальних ролей як такої. Поняття ролі, їх характеристики, походження й розвиток розглядаються в рамках різних соціологічних, психологічних і біосоціальних теорій.

Життєва роль – це динамічна система поглядів, відношень та дій особистості, що починає формуватися в ранньому дитинстві та триває усе життя (як компонент процесу пристосування, соціалізації). Якісне забарвлення життєвої ролі є суто індивідуальним (так як одна і та сама роль різними людьми буде сприйматися та виконуватися по-різному), прояв певної ролі пов'язаний з міжособистісною взаємодією, з соціальними та особистими стереотипами та з рівнем домагань особистості.

Під рольовою структурою особистості ми маємо на увазі наявність у самосприйнятті та поведінці особистості ролей, які можна віднести до основних категорій, таких як: соціальні, сімейні, віково-гендерні, особистісні, професійні ролі, ролі дії та субкультурні ролі.

Аналіз останніх досліджень. Багато вчених намагалися виділити поняття ролі, розробити класифікацію та знайти певні характеристики ролей, серед них були: Дж. Морено, Р. Лінтон, С. Деніелс, Дж. Мід, Г. Блумер, Э. Гоффман, М. Кун, М. Мід, І.С. Кон, а також К.Г. Юнг, з його теорією про архетипи.

Мета даної роботи - визначити зміни в рольовій структурі особистості, підчас та після проходження декількох тренінгових занять

Основна частина. Ми поставили перед собою мету створити інструментарій для фіксування та аналізування змін в рольовій структурі особистості, підчас та після проходження декількох тренінгових занять. Задля отримання кількісних і якісних результатів нами була створена анкета «Відношення до власної ролі», яка заповнювалася учасниками у кінці кожного тренінгового заняття.

Тренінгова програма має назву «Які ролі ми граємо в житті» і складається з трьох тренінгових занять: «Персона та Тінь особистості», «Міфи про жінок», «Ролі: ефективні та не ефективні». Розроблені нами тренінгові заняття спрямовані на самопізнання та саморозвиток учасниць. Метою всієї тренінгової програми було визначити особисте поняття та ставлення до найбільш важливих ролей та дослідити рольову структуру учасниць.

Кожне тренінгове заняття мало свою структуру та мету. Тривалість тренінгових занять – три години, проводилися щотижнево.

У дослідженні приймали участь студентки та випускниці Херсонського Державного університету, у кількості 11 осіб, віком від 18 до 23 років. Кількість досліджуваних була зумовлена особливостями тренінгового заняття. Участь у дослідженні була цілком добровільною.

Анкета «Відношення до власної ролі» дає нам можливість прослідити самооцінювання опитуваних, щодо їх ставлення до власних особистісних та сімейних ролей. Дані категорії ролей були обрані нами як найбільш вживані та зрозумілі для учасників тренінгу. В подальшому, дану анкету також можна використовувати і при дослідженні інших категорій чи навіть окремих ролей. Анкета має 12 шкал з крайніми полюсами (твердженнями), час заповнення необмежений.

Важливою позитивною рисою анкети «Відношення до власної ролі» є її спрямованість на отримання результатів за трьома основними аспектами ролі, які присутні під час будь-якого тренінгу особистісного зростання: поведінковий, когнітивний та емоційний.

Поведінковий компонент оцінює такі показники:

- готовність виконувати роль,
- ефективність застосування ролі,
- можливість варіювання ролями,
- готовність розвиватися в цій ролі.

До когнітивного компоненту входять такі показники:

- усвідомленість застосування ролі,
- контрольоване застосування ролі, з
- ацікавленість роллю,
- потреба в додатковій інформації про роль.

Емоційний компонент включає в себе наступні показники:

- привабливість ролі,
- ступінь задоволення від ролі,
- ступінь комфорту від виконання ролі,
- рівень самооцінки під час виконання ролі.

Показник за кожною шкалою був представлений в шкалі інтервалів (мм). Задля того, щоб порівняти отримані результати анкети «Відношення до власної ролі» та мати можливість кількісно їх представити ми використали ф-критерій Фішера та Т-критерій Вілкоксона [1]. Ми застосували критерій

Фішера для порівняння двох умов (першого та другого, другого та третього, першого та третього тренінгового заняття). Нами були розглянуті три показники: відсоток жінок у яких відсутні зміни, відсоток жінок у яких підвищився рівень оцінки та відсоток жінок у яких знизився рівень оцінки, які ми представили у таблицях 1; 2; 3. А задля того, щоб мати можливість зіставити кількісні показники, вимірювані в двох різних умовах на одній і тій самій виборці опитуваних, ми використали Т-критерій Вілкоксона. Цей критерій дозволив нам встановити виразність зрушень в тому чи іншому напрямку за показниками основних аспектів.

Таблиця 1

***Зміни в ставленні до власних ролей
у порівнянні першого та другого тренінгових занять***

Ролі, що порівнюються	Показник	Відсоток учасниць, у яких не змінився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких понизився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких підвищився рівень ознаки	φ емп.	Рівень значення
Сімейні ролі	Емоційний	0	11,1%	88,8%	3,77	0,01
Особистісні ролі	Поведінковий	11,1%	33,3%	55,5%	2,12	0,05
	Емоційний	0	22,2%	77,7%	2,49	0,01

На основі отриманих результатів ми можемо зробити такі висновки.

Зміни, які ми побачили після першого тренінгу, зачіпають такі аспекти ролі, як: емоційний, у випадку змін у відношенні до власних сімейних ролей

($\varphi=3,77$; $\rho\leq 0,01$), поведінковий ($\varphi=2,12$; $\rho\leq 0,05$) та емоційний ($\varphi=2,49$; $\rho\leq 0,01$), у випадку змін у відношенні до власних особистісних ролей.

Дані результати дають нам змогу говорити про те, що після перших тренінгових занять зміні піддається в першу чергу емоційний аспект ролі, тобто в учасниць підвищується самооцінка під час виконання ролі, роль починає більш задовольняти та приваблювати. Слід відмітити, що саме цього від початку ми і очікували, тому отримані дані підтверджують наше припущення.

Несподіванкою стали зміни в результатах стосовно поведінкового аспекту ролі в категорії «Особистісних ролей». У більшій половині опитаних результати збільшилися (55,5%) в порівнянні з результатами після першого тренінгового заняття, у 33,3% досліджуваних оцінки зменшилися і у 11,1% - результати не змінилися. Такі різноманітні оцінки у досліджуваних, пояснюються тим, що завдання на другому тренінговому занятті були пов'язані з програванням ролі, вживанням спочатку у властиву для себе роль, а згодом в її протилежність. Таким чином, нам вдалося вже на самому тренінговому занятті дати можливість учасницям застосувати роль самостійно. Саме тому, на другому тренінговому занятті «включився» поведінковий аспект ролі – готовність чи відмова від дій стосовно виконання ролі.

Таблиця 2

***Зміни в ставленні до власних ролей
у порівнянні другого та третього тренінгових занять***

Ролі, що порівнюються	Показник	Відсоток учасниць, у яких не змінився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких понизився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких підвищився рівень ознаки	φ емп	Рівень значення

Сімейні ролі	Поведінк овий	0	20%	80%	2,03	0,05
	Когнітив ний	0	20%	80%	2,03	0,05
	Емоційн ий	0	20%	80%	2,03	0,05
Особисті сні ролі	Поведінк овий	0	20%	80%	2,03	0,05
	Когнітив ний	0	20%	80%	2,03	0,05

Наведені в таблиці 1.2 дані демонструють нам значне підвищення рівня оцінок в учасниць майже за всіма аспектам ($\varphi=2,03$; $\rho\leq 0,05$) сімейних та особистісних ролей, окрім емоційного аспекту особистісних ролей.

Такі результати ми пояснюємо тим, що після третього тренінгового заняття вже всі три аспекти ролі присутні в структурі особистості та активно на неї впливають. Людина відчуває готовність використовувати отриману на тренінгових заняттях інформацію у своєму житті, з'являється розуміння та усвідомлення деяких аспектів власного характеру та поведінки, і разом з цим продовжуються зміни в емоційному ставленні до власних відкриттів, інсайтів.

Треба звернути увагу, що ми вперше бачимо зміну в рівні оцінок когнітивного аспекту ролі, тобто усвідомленість та інтерес, в учасниць тренінгового заняття, з'явилися лише на момент третього тренінгового заняття.

Відсутність зміни в емоційному аспекті особистісних ролей, пояснюється активним проявом підвищення рівня ознаки вже між першим та другим тренінговим заняттям, і як результат, ми маємо стабілізацію показників між другим та третім тренінговим заняттям.

Таблиця 3

**Зміни в ставленні до власних ролей
у порівнянні першого та третього тренінгових занять**

Ролі, що порівнюються	Показник	Відсоток учасниць, у яких не змінився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких понизився рівень ознаки	Відсоток учасниць, у яких підвищився рівень ознаки	ϕ емп	Рівень значення
Сімейні ролі	Поведінковий	0	0	100%	5,43	0,01
	Когнітивний	0	16,6%	83,3%	2,52	0,01
	Емоційний	0	0	100%	5,43	0,01
Особистісні ролі	Емоційний	0	16,6%	83,3%	2,52	0,01

Порівняння результатів після першого і після третього тренінгового заняття знову свідчить про значне підвищення рівня ознаки в учасниць. Стосовно сімейних ролей, поведінковий та емоційний аспекти ролі підвищилися стовідсотково, тобто у всіх учасниць тренінгу збільшилися оцінки за цими показниками ($\phi=5,43$; $\rho \leq 0,01$). В порівнянні з минулими результатами, збільшився відсоток жінок у яких підвищився рівень ознаки за показниками когнітивного аспекту ролі ($\phi=2,52$; $\rho \leq 0,01$). Щодо особистісних ролей, то тут тільки емоційний аспект ролі має достатній рівень значення ($\phi=2,52$; $\rho \leq 0,01$) і свідчить про значне підвищення відсотку тих учасниць тренінгового заняття, у яких підвищився рівень оцінок.

Ці дані відображають ті самі результати, які ми отримали порівнюючи оцінки досліджуваних після другого і третього тренінгу. Але в цьому

випадку ми маємо стовідсоткове підвищення результатів за поведінковим та емоційним аспектами. Тобто за три заняття нам вдалося підвищити ці два показники у всіх учасниць. Також, нам вдалося стабілізувати результати за поведінковим аспектом особистісних ролей.

Цікавим є той факт, що когнітивний аспект особистісних ролей за три заняття так і не змінився. Можливо це пов'язано з тим, що усвідомлення власних особистісних ролей, які пов'язані з характеристиками особистості, є важким процесом, що вимагає уваги до себе та відкритості до нової інформації, а для цього потрібно більше часу і більше тренінгових занять чи зустрічей з психологом.

Отже, таке значне підвищення рівня ознаки, яке зустрічалось після кожного тренінгового заняття свідчить про те, що тренінгові заняття були направлені на всі три аспекти і збільшили інтерес учасниць до них. Ці зміни були поступові, так, наприклад в порівнянні між першим та другим тренінговими заняттями ми впливали лише на емоційний аспект ролі, між другим та третім – на всі три аспекти ролі. Таким чином нам вдалося дослідити зміни в поведінковому, когнітивному та емоційному аспектах ролі, що відбувалися на протязі тренінгової програми в учасниць.

Слід відмітити, що найлегше піддається зміні емоційний аспект ролі, а поведінковий та когнітивний аспекти – є більш інертними і вони складніше піддаються змінам, особливо когнітивний, який пов'язаний з усвідомленням. Таким чином, ми можемо говорити про певну поступовість, яка відбувається підчас тренінгової програми: спочатку впливу зазнає емоційна сторона особистості, за нею готовність до дій та змін, і лише згодом усвідомлення та прийняття цих змін.

Для того, щоб дослідити зміни в оцінках більш детально, ми використали Т-критерій Вілкоксона [1], за допомогою якого порівняли зміни між показниками основних компонентів.

Порівнюючи між собою результати першого та другого тренінгу ми отримали значущі результати за наступними показниками: щодо сімейних

ролей, інтенсивний зсув показників ефективності виконання ролі (Темп.=5; $\rho \leq 0,05$) [1, с. 324], що свідчить про пониження, на думку досліджуваних, ефективності виконання ролі; та показників оцінки можливості варіювання роллю (Темп.=8; $\rho \leq 0,05$), що дає нам змогу говорити про зменшення можливості учасницями бути різноманітними під час виконання ролі. А також, критерій Вілкоксона, на відміну від критерія Фішера, показав інтенсивний зсув в сумарному поведінковому аспекті ролі, оцінки сімейних ролей (Темп.=7; $\rho \leq 0,05$). Стосовно особистісних ролей, в учасниць тренінгових занять зменшилася потреба в додатковій інформації про роль і її виконання (Темп.=2; $\rho \leq 0,05$).

Тобто в порівнянні з першим тренінговим заняттям у досліджуваних зменшилася потреба в додатковій інформації про виконання особистісних ролей. Це свідчить про те, що саме поняття «ролі» і її виконання стало для учасниць тренінгу більш зрозумілим. Але разом з цим зменшилася оцінка досліджуваними власних можливостей ефективного виконання сімейних ролей, а також можливості бути різноманітною у цих ролях. Можливо це пов'язано з початком більш усвідомленого ставлення до цих ролей та з переоцінкою їх виконання.

При зіставленні результатів другого та третього тренінгових занять ми отримали виражені не випадкові зміни за такими показниками, як підвищення зацікавленості особистісною роллю (Темп.=0; $\rho \leq 0,05$) – когнітивний аспект ролі, та позитивне оцінювання себе в особистісній та сімейній ролі (Темп.=0; $\rho \leq 0,05$) – емоційний аспект ролі. У досліджуваних підвищилася симпатія до себе під час виконання цих категорій ролей, вони позитивно оцінюють себе та подобаються собі. Пов'язуючи ці результати з вище описаними, можна стверджувати, що отримані дані свідчать про те, що між другим та третім тренінговим заняттям учасниці впровадили отриману інформацію у власне життя, а це в свою чергу підвищило оцінку ефективності виконання ролі.

Значні результати були отримані при зіставленні даних отриманих після першого і третього тренінгового заняття. Найбільш рухомим та

чутливим до змін виявився емоційний аспект ролі, що підтверджує раніше описані результати. Невипадковими вважаються зміни у таких показниках емоційного аспекту ролі, як підвищення привабливості категорії особистісних ролей (Темп.=0; $p \leq 0,05$) для учасниць тренінгу, підвищення ступеню задоволення особистісними ролями (Темп.=1,5; $p \leq 0,05$), комфортне самовідчуття від категорії особистісних ролей (Темп.=1; $p \leq 0,05$) та позитивне ставлення до себе під час виконання особистісних ролей.

А також, зміни в оцінках присутні в таких сумарних аспектах ролі, як: емоційний аспект особистісних ролей, а також поведінковий та емоційний аспекти сімейних ролей. Тобто ми знову бачимо підвищення в емоційному аспекті ролі, що підтверджує раніше отримані нами результати, а також підвищення в поведінковому та когнітивному аспектах ролі, що також є підтвердженням отриманих за допомогою F -критерія Фішера, результатів.

На основі отриманих за допомогою двох критеріїв результатів, ми можемо говорити про закономірність отриманих даних та їх беззаперечність.

Висновки. Таким чином, ми встановили, що найлегше піддаються впливу емоційні аспекти рольової структури: починаючи з першого заняття і к третьому підвищуючись у всіх учасників тренінгу. Вслід за емоційним підвищуються показники поведінкового та когнітивного аспекту ролі. Своєрідною рисою поведінкового аспекту ролі - є пониження результатів за основними його показниками в порівнянні між першим та другим тренінговими заняттями, а потім їх підвищення і стабілізування. А що стосується когнітивного аспекту ролі, ми прийшли висновку, що для його формування та змін потрібно більше часу та він вимагає більше уваги, через пов'язаність з процесом усвідомлення. Зміну його показників ми помітили лише стосовно сімейних ролей, тобто ролей найчастіше вживаних, а що стосується особистісних ролей пов'язаних з характером, то зміни так і не відбулися, так як дана категорія ролей пов'язана з необхідністю рефлексії, яка вимагає більшого прикладання вольових зусиль.

Створена нами анкета зі шкальними показниками дозволяє кількісно та якісно проаналізувати зміни, що відбуваються у структурі особистості під час проходження тренінгової програми. Дана анкета охоплює три основні аспекти ролі: поведінковий, когнітивний та емоційний, за декількома показниками, і дозволяє отримати результати змін в ставленні особистості як до окремої ролі так і до всієї категорії ролей.

Таким чином, ми можемо говорити про певну поступовість, яка відбувається під час тренінгової програми: спочатку впливу зазнає емоційна сторона особистості, за нею готовність до дій та змін, і лише згодом усвідомлення та прийняття цих змін. Отже, створена нами анкета зі шкальними показниками дозволила кількісно та якісно проаналізувати зміни, що відбулися у структурі особистості учасниць під час проходження тренінгової програми.

ЛІТЕРАТУРА

1. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2006. – 350 с.

Одинцова А.Н. Изменения в ролевой структуре личности под влиянием тренинговых занятий / А.Н. Одинцова //

Аннотация: В данной статье представлены результаты эмпирического исследования, целью которого было определить изменения в ролевой структуре личности, во время и после прохождения нескольких тренинговых занятий. Также, в статье дается описание диагностического инструментария, а именно анкеты «Отношение к собственной роли».

Ключевые слова: жизненная роль, ролевая структура личности, поведенческий, эмоциональный и когнитивный компоненты.

Odintsova A.N. Changes in the structure of the individual role under the influence of training sessions / A.N. Odintsova //

Abstract: In the given article presents the results of an empirical study that aimed to determine changes in the structure of the role of personality, during, and after going through several training sessions. Also, the article describes the diagnostic tools, namely the questionnaire "Attitude to their own role."

Key words: vital role, role structure of the personality, behavioral, emotional and cognitive components.

Відомості про автора: Одінцова Анастасія Миколаївна, асистент кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету, моб.тел. 0501948291, ел. адреса asyaodin@mail.ru