

## ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ҚАРЫМ-ҚАТЫНАСЫНА ӘЛЕУМЕТТІК-ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ТРЕНИНГТЕРДІҢ ӘСЕРІ

**Наубаева Х.Т.**, п.с.ғ.д, педагогика және психология білім беру бағдарламасының қауымдастырылған профессоры,

**Бәйтен Б.**, «Педагогика және психология» мамандығының магистранты  
*Лияс Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Талдықорған қаласы*

E-mail: [naubaeva\\_58@bk.ru](mailto:naubaeva_58@bk.ru), [balnur.baitenova@mail.ru](mailto:balnur.baitenova@mail.ru)

*Мақалада жеткіншек жастағы балалардың өзара қарым-қатынасын қалыптасуындағы әлеуметтік-психологиялық тренингтің ролі туралы қарастырылады. Жеткіншек жасындағы басты ерекшелік – психологиялық дамудың барлық аспектілері айқын байқалады. Жеткіншек кезіндегі психикалық дамудың маңызды факторы бірі - осы кезеңнің жетекші қызметі ретінде ерекшеленетін құрдастарымен қарым-қатынасы.*

**Тірек сөздер:** жеткіншек, қарым-қатынас, тренинг, әлеуметтік-психологиялық тренинг, психологиялық көмек.

*В статье рассматривается роль социально-психологического тренинга в формировании взаимоотношений детей подросткового возраста. Главная особенность подросткового возраста-ярко выражены все аспекты психологического развития. Одним из важнейших факторов психического развития В подростковом возрасте является общение со сверстниками, которое выделяется как ведущая деятельность этого периода.*

**Ключевые слова:** подростковый возраст, общение, тренинг, социально-психологический тренинг, психологическая помощь.

*The article examines the role of socio-psychological training in the formation of relationships of adolescent children. The main feature of adolescence is that all aspects of psychological development are pronounced. One of the most important factors of mental development In adolescence is communication with peers, which stands out as the leading activity of this period.*

**Keywords:** adolescence, communication, training, socio-psychological training, psychological assistance.

Біздің қоғамда болып жатқан өзгерістер гуманистік негізде құрылған адамдар арасындағы қарым-қатынастың жаңа түрін талап етеді, онда адамға жеке тұлға ретінде көзқарас алға қойылады. Адами қатынастарды қайта құру жаңа құндылықтарды бекіту процесінде жүреді, сондықтан «адам-адам» жүйесіндегі өзара қатынастардың жағымды жағын қалыптастыру ерекше өзекті болып табылады.

Психология ғылымында «қарым-қатынас» ұғымының бір мәнді дефинициясы жоқ. Дегенмен, қарым-қатынас адамдардың өзара ақпарат алмасуын (коммуникация), өзара әрекеттесуін (интеракция) және өзара қатынас орнатуын (перцепция) сипаттайтын процесс (А.А.Бодалев, Б.Ф.Ломов, А.В.Петровский, Г.М.Андреева, Г.А.Кавалев, В.В.Знаков, А.А.Реян және тағы басқа) ретінде толымды анықталады.

Жеткіншек жасындағы оқушылар өмірде жаңа орын алып келе жатқан есею сезімінің негізінде өзіне үлкендердің жасаған қамқорлығын ауырсынып, ата-анасымен, мұғалімдермен қарым-қатынасты теңдік негізінде құрғысы келеді. Психологтар осы ерекшеліктерді ескере отырып әр адамның қарым-қатынасындағы кездесетін қиындықтардан шығу жолдарын анықтауға көмек көрсетуі керек. Дегенмен қазіргі қоғам

жағдайында жасөспірім балалардың өзара қарым-қатынасын мәдениетіне тәрбиелеу көптеген қиындықтарға әкелуде. Жас ерекшелігіне байланысты кіші мектеп жастан жеткіншекке ауысу тәжірибесі әлі жеткіліксіз және оқушылар мінез-құлық үлгісіне еруге көп мән береді. Кіші мектеп жасындағы балаларға тән ойлаудың эгоцентризмі балалардың тұлғалық және топтық қарым-қатынастағы кикілжіңдерге әкеліп соғатын өзара төзбеушілігінен, бірін-бірі тыңдағысы келмеуден көрінеді. Парыз, адалдық, әділдік, мейірімділік, жауапкершілік, сыйластық сезімдері адамдардың өзара қатынас саласын бейнелейді және оқушылар оны қиындықпен қабылдайды, кейде тіпті ізгілікті түсініктерден бұрыс түсіндіріліп жатады.

Сонымен, жеткіншек жастағы оқушылардың өзара қарым-қатынасты қалыптастыруда әлеуметтік-психологиялық тренингтің мазмұнын назарға алу және тәрбие үдерісінің нәтижелілігін арттыруға ықпал жасайтын тиімді педагогикалық, психологиялық тәсілдерді іздеуді жүзеге асыру қажеттігі туындайды.

Жасөспірім-танымдық процестердің қарқынды және жемісті даму уақыты. Кезең селективтіліктің қалыптасуымен, қабылдаудың мақсаттылығымен, тұрақты, ерікті назар мен логикалық есте сақтаудың қалыптасуымен сипатталады. Қазіргі уақытта нақты идеялармен байланысты емес ұғымдарға негізделген дерексіз, теориялық ойлау белсенді түрде қалыптасуда, күрделі тұжырымдар жасау, гипотезалар жасау және оларды тексеру мүмкіндігі пайда болады. Қалыптасып келе жатқан ойлау рефлексиямен тығыз байланысты – ойдың тақырыбын ойлау қабілеті – және жасөспірімде өзін-өзі танудың дамуына қажетті негіз болады. Бұл тұрғыда ең маңыздысы – 11-12 жыл кезеңі-нақты ойлаудан теориялық ойлауға, тікелей жадтан логикалыққа көшу уақыты. Сонымен қатар, жаңа деңгейге көшу біртіндеп жүзеге асырылады: 11 жастағы балаларда, көбінесе VI сынып ішінде ойлаудың нақты түрі басым болып қалады, ол біртіндеп қайта құрылады және шамамен 12 жастан бастап, VII сыныптан бастап Оқушылар теориялық ойлау әлемін игере бастайды. Болып жатқан өзгерістер осы кезеңнің күрделілігін құрайды, әр түрлі балалар оны басқаша сезінеді. Сонымен бірге, оқушының оқу іс-әрекетінің екі жағы бұл өзгерістерге шешуші әсер етеді: оны ересектердің ұйымдастыруы және жасөспірімнің өзінде қалыптасуы[1].

Жасөспірім кезеңінде зияткерлік іс-әрекеттегі жеке айырмашылықтар күшейе түседі, бұл тәуелсіз ойлауды, зияткерлік белсенділікті және проблемаларды шешуге шығармашылық көзқарасты дамытумен байланысты. Бұл 11-14 жасты шығармашылық ойлауды дамытудың сезімтал кезеңі ретінде қарастыруға мүмкіндік береді. Дамудың динамикалық сипаты, бір жағынан теориялық, ойлау ойлауының белсенді қалыптасуы және жасөспірімнің әлеуметтік жетілмегендігі, оның шектеулі өмірлік тәжірибесі, екінші жағынан, кез – келген теорияны құру, қорытынды жасау арқылы жасөспірім оларды шындыққа айналдырады, бұл оған қажетті нәтижелерге әкелуі мүмкін. Осы кезеңдегі жеткіншектің өзін-өзі танудың жаңа деңгейінің қалыптасуы, өзін-өзі түсіну, оның мүмкіндіктері мен ерекшеліктері, басқа адамдармен ұқсастығы және олардың айырмашылығы-бірегейлік пен бірегейлік. Жасөспірім, ең алдымен, өзін-өзі Тұжырымдаманың, өзін-өзі бейнелеу жүйесінің маңыздылығын арттырумен, өзін-өзі талдаудың алғашқы әрекеттері негізінде Өзін-өзі бағалаудың күрделі жүйесін қалыптастырумен, өзін басқалармен салыстырумен сипатталады. Жасөспірім өзіне "сырттан" қарайды, өзін басқалармен – ересектермен және құрдастарымен салыстырады – мұндай салыстырудың өлшемдерін іздейді. Осының арқасында ол біртіндеп өзін-өзі бағалаудың өзіндік критерийлерін дамытады және ол "сыртқы" көзқарастан "ішкі" көзқарасқа ауысады. Өзгелерді бағалауға бағдарлау өзін-өзі бағалауға бағдарланумен ауыстырылады, мен туралы идея қалыптасады-идеал. Жасөспірім кезінде өзі туралы нақты және идеалды идеяларды салыстыру оқушының өзіндік тұжырымдамасының шынайы негізіне айналады.

Қарым-қатынас – білім мен біліктілік, дағды және адамның ішкі құндылықтарына негізделген мәдени сауаттылығы.

Қарым-қатынас - білім мен мәдениеттің компоненті, оның бөлінбейтін бөлшегі іспетті адамзаттық дүниетанымы мен сана-сезімін жетілдірудің ерекше жолы.

Қарым-қатынас проблемасының әртүрлі аспектілерін Б.Г.Ананьев[2], А.Б.Добрович[3], Я.Л.Коломинский[4], Э.Фромм[5], И.С.Кон[6], Г.М.Андреева[7], Дж.Брунер[5], Л.А.Петровская[8], В.В.Столин[9], Н.И.Шеврандин[10] т.б. ғалымдар зерттеген. Қарым-қатынастың бұзылу себептерін анықтап оны түзету жолдарын ұсынғандар Э.Фромм [5], Дж.Морено [11], Д.Карнеги [12]. Олар әлеуметтік ортаға адамның икемделуіне негіз болатын себептер және факторларды анықтап, қарым-қатынас функциялары мен түрлерін сыныптастырып жүйеге келтірген. Е.Мелибурданың тұжырымы бойынша балалық шағында қарым-қатынасы дұрыс қалыптаспаған балаларда жалғыздық сезімі орын алып, оның жалпы дамуына бұл сезім теріс әсерін тигізеді [13].

Әлеуметтік - психологиялық тренингтің теориялық негіздері жасөспірімдердің құрдастарымен қарым-қатынасын оңтайландыру әдісі ретінде қарастыруда. Жеткіншек жаста - өзін-өзі танудың қарқынды даму жасы, жеке рефлексия, өзін-өзі тану және өзін-өзі растау жолдарын белсенді іздеу. Жасөспірімнің тәжірибесі жас оқушының тәжірибесінен жалпыланған сипатта ерекшеленеді. Үлкен әлеуметтік тәжірибеге ие бола отырып, жасөспірім өзінің тәжірибесін түсінуге, оларды білдіруге, олардың не себеп болғанын түсінуге қабілетті. Жасөспірім неғұрлым үлкен болса, соғұрлым ол қиындықтарының табиғатын анықтайды және оған не көмектесе алатындығын түсінеді. Өмірдің бұл кезеңі психологиялық көмек көрсету ерекшеліктері тұрғысынан ерекшеленеді, себебі жасөспірімнің өзі алғаш рет психологиялық кеңес ала алады, бұл туралы ата-анасына хабарлайды немесе хабарламайды.

Психологиялық көмек кеңес берудің жалпы қабылданған схемасына сәйкес жүзеге асырылады: - жасөспіріммен байланыс орнату; - жасөспірімнің өтініші: қиындықтар мен өзіне, нақты адамдарға, жағдайға қажетті өзгерістерді сипаттау; - диагностикалық әңгіме: қиындықтардың себептерін іздеу; - түсіндіру: жасөспірім қиындықтарының ықтимал себептері туралы психологтың ауызша айтылған гипотезасы; - қайта бағдарлау: қиындықтарды жеңудің конструктивті тәсілдерін бірлесіп әзірлеу. Байланыс орнату дәстүрлі түрде психологты жасөспіріммен ауызша және вербальды емес құралдарды (дауыс, ым-ишара, поза, сөздер) қолдана отырып біріктіру арқылы жүзеге асырылады. Жасөспіріммен диагностикалық әңгіме. Ең жылдам әрекет - жасөспіріммен тез сөйлесуге мүмкіндік беретін бірқатар проективтік әдістерді қолдану арқылы әңгіме. Сонымен, іс жүзінде "жоқ жануар", "Отбасылық сурет", "Жануарлар отбасы", "Гарднер техникасы", "ерте есте сақтау" және т. б. қолданылады. Түсіндіру кезеңі ең қиын кезеңдердің бірі болып табылады, өйткені ол психологтан жасөспірім оны түсініп, қабылдауы үшін қиындықтардың себептері (гипотеза) туралы өз көзқарасын жеткізуді талап етеді. Сондықтан, мұнда жасөспірім үшін ең тиімді және қауіпсіз – бұл оның гипотезасын тікелей хабарлау емес, жанама - "басқа адамдардың проблемаларын талдау"әдісін қолдану[13].

Әлеуметтік-психологиялық тренинг-қарым-қатынаста құзыреттілікті дамыту мақсатында топтық психологиялық жұмыстың белсенді әдістерін қолдануға бағытталған практикалық психологияның саласы. Әлеуметтік-психологиялық тренингтің негізгі әдістері-әртүрлі модификациялар мен комбинациялардағы топтық пікірталас және рөлдік ойын. Әлеуметтік-психологиялық тренингтің жалпы мақсаты мынадай міндеттерде нақтыланады: 1) психологиялық білімді меңгеру; 2) қарым-қатынас саласында білік пен дағдыларды қалыптастыру; 3) табысты қарым-қатынас жасау үшін қажетті көзқарастарды түзету, қалыптастыру және дамыту; 4) өзін және басқа адамдарды барабар және толық тану қабілетін дамыту; 5) жеке қарым-қатынас жүйесін түзету және дамыту. Нақты тапсырмалардағы, бастапқы үй-жайлардағы және әдістемелік модификациялардағы екпіндердің айырмашылығы әлеуметтік-психологиялық оқытудың әртүрлі формаларына әкеледі. Олардың ішінде ең танымал мінез-құлық жаттығулары, сезімталдық

жаттығулары, рөлдік жаттығулар, бейне жаттығулар және т.б. қатысушылардың негізгі контингенті адамдармен байланыс саласында қиындықтарға тап болған адамдар болып табылады. Әлеуметтік-психологиялық тренинг тобында күнделікті қарым-қатынасқа қарағанда ашық кері байланыстың қарқындылығын жүзеге асыруға мүмкіндік беретін сенім климатын құруға ерекше назар аударылады. Нәтижесінде, қатысушылар өздерін шынымен сырттан көруге және қарым-қатынаста құзыреттілікті дамытудың қажетті алғышарты мен компонентін ұсынатын өзіндік қарым-қатынас тәжірибесіне бағдарлауға мүмкіндік алады. Сенім климатын құру іс-әрекеттің ерекше формасымен анықталады, онда жүргізуші сөздің дәстүрлі мағынасында мұғалім болып табылмайды.

Тренинг аясында оқыту келесі тетіктерді іске асыру арқылы жүзеге асырылады:

1. Өзін - өзі таныстыру. Өзін-өзі ашу ретінде-бір-бірін түсінудің тиімділігін қамтамасыз етеді, ашылуға деген ұмтылыс қауіпсіздік пен сенім деңгейін анықтайды.

2. Кері байланыс-топтың басқа мүшелерінің сөздеріне, эмоцияларына, әрекеттеріне эмоционалды, ауызша, мінез-құлық реакциясы арқылы қамтамасыз етіледі. тиімді кері байланыс тікелей және дереу беріледі, адамның мінез-құлқына адамның өзін сынамай және бағаламай-ақ қатынасын ашады. Бірқатар зерттеулерде оқыту нақты білімге негізделген және оқытудың басқа формалары тек теориялық идеяларды беретін тәжірибеден өтуге мүмкіндік беретін оқытудың ерекше түрі ретінде анықталады [14].

Тренингтегі әдістемелік құралдардың әр тобы психологиялық ықпал жасайтын техникалардан тұрады (1-кесте).

#### Кесте 1

Жеткіншек жастағы балаларға психологиялық тренингте қолданылатын психологиялық техникалар

Ақпарат беру техникалары	Имитациялық техникалар	Психикалық жай-күйді реттейтін техникалар	Тренингтік кеңістік құру техникалары
Түсініктеме Видео Слайдтар Шолу Нұсқаулар Жағдаяттар талдау Суреттер Пікірталас Психоконсультациялық сұхбат Психодиагностикалық ақпараттар	Рөлдік ойындар Біліктілік ойындар Нақты жағдаятты имитациялау Психодрама Социодрама Брейнштор-минг Транзактілі талдау	Ән-күй Психогимнастика Медитация Релаксациялық техника Би-терапия Арттерапия Кинотерапия Кітаптерапия	Тренинг шарттарын орындау Топтық жұмыс тапсырмаларын орындау Әлеуметтік белсенділікті арттыру бойынша тапсырмалар орындау Үй тапсырмаларын орындау

**Ақпарат беру техникалары** тренинг жүргізушінің топтық жұмысты бастамас бұрын ойластырып, даярлайтын материалдары, мәліметтері арқылы сипатталады. Психологиялық даму процесі бойынша оқушыларға берілетін ақпараттар бірқатар талаптарға сәйкес болуы керек.

- 1) Тренинг барысында жаңа ақпарат берілуі керек.
- 2) Топтық жұмыста берілетін ақпарат әркімге ұғынықты болуы.
- 3) Тренингтік топта берілетін ақпаратта авторлық көзқарас орын алуы жөн болады.

- 4) Тренингтік ақпараттарды беруде, өңдеуде уақытты, мерзімді қатаң түрде ойластыру қажет.
- 5) Ақпараттар түрлі модальді – бейнелік, метафоралық және юморлық формада ұсынылғаны тиімді.
- 6) Топтың немесе жеке студенттің қажеттілігіне орай ақпарат беруде шек болмауы тиіс.
- 7) Тренинг нәтижесін үзіліссіз ету мақсатында нұсқау, түсіндіру, шолу, жүйелеу ақпараттарын тренингке қатысушы студенттерге табыстап отыру қажет.
- 8) Тренингтік сұхбат, пікірталас, талдаулар 1 сағаттан 5 сағатқа дейін созылуына, техникалық құралдарға түсіруге шек қойылмайды.
- 9) Тренингтік ақпараттарды мерзімінде қортындылауды ұмытпау керек.

Психологиялық тренингтің мақсатына жетуде **имитациялық техникалар** аса маңызды рөл атқарады. Имитациялық техникалар арқылы тренингке қатысушы студенттер психологиялық және субъектілік мәдениетті игеруге; жаңа мінез-құлық, жүріс-тұрыс тәсілдерін, іс-әрекет пен қарым-қатынасты жетілдіру амалдары мен жолдарын меңгеруге; өздерінің рөлдік репертуарын байытуға және рөлдік идентификацияны саналы аңғаруға мүмкіндік алады. Осыған орай болашақ мамандардың өзін-өзі дамыту процесі жүзеге асады.

Мектепте психологиялық тренингтің тиімділігін арттыруда **психикалық жай-күйді реттейтін техникалар** оңтайлы ықпал етеді. Аталмыш техникалар стрессогенді жағдаяттарға сезгіштікті төмендетеді; әлеуметтік-психологиялық мәселелерді саналы аңғаруға және шешуге әсерін тигізеді; өзін-өзі реттеу, өзін-өзі бақылау, өзін-өзі бағалау бойынша түзету жасауға негіз болады.

**Тренингтік кеңістіктегі қамтамасыз ететін техникалар** топтық жұмысты қарқынды, нәтижелі, стандартты емес етіп жүргізуге мүмкіндік береді. Аталмыш техникалар арқылы топтық динамиканы дамытуға, тренингтік ықпалды күшейтуге, әрбір баланың жеке-дара психологиялық ерекшеліктерін ескеруге мүмкіндік болады.

Балалар бір-біріне қатты тартылады, олардың қарым-қатынасы соншалықты қарқынды, олар жасөспірімдерге тән "топтастыру реакциясы" туралы айтады. Осы жалпы тенденцияға қарамастан, жасөспірімнің әртүрлі топтардағы психологиялық жағдайы әртүрлі болуы мүмкін. Оны қабылдауға дайын кез-келген топқа кіру жеткіліксіз. Жасөспірім үшін оның мінез-құлық нормалары мен бағалары бағдарланған анықтамалық топтың болуы маңызды. Сонымен қатар, барлық жасөспірімдер топтарға қабылданбайды, олардың кейбіреулері оқшауланған. Бұл, әдетте, сенімсіз, жабық, жүйке балалар мен балалар өте агрессивті, менмен, ерекше назар аударуды қажет етеді, топтың жалпы істеріне және жетістіктеріне бей-жай қарамайды. Топ ішіндегі қатынастарға қанағаттанбаған жағдайда ол өзінің сұрауларына сәйкес келетін басқа топты іздейді.

#### **ӘДЕБИЕТТЕР:**

1. Фромм Э. Мінез типтері: Өнімсіз бағдарланулар. Психология. «Адамзат ақыл-ойының қазынасы». 10 томдық. 8 т. Алматы, 2006.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Избранные психологические труды в 2-х томах. М., 1980.
3. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения: Книга для учителя и родителей. М., 1987.
4. Коломинский Я.Л. Психология детского коллектива. Система личностных взаимоотношений. Минск, 1989.
5. Фромм Э. Мінез типтері: Өнімсіз бағдарланулар. Психология. «Адамзат ақыл-ойының қазынасы». 10 томдық. 8 т. Алматы, 2006.
6. Кон И.С. Психология ранней юности. Книга для учителя. М., 1989.
7. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1998.
8. Петровская Л.А. Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. М., 1989.

9. Семья в психологической консультации. Под ред. А.А.Бодалева, В.В.Столина.- М.: 1999.
10. Шеврандин Н.И. Социальная психология в образовании. М., 1995.
11. Морено Дж. Психодрама. В кн. А.А.Осипова. Введение в практическую психокоррекцию. - М.: 2000.
12. Карнеги Д. Мелибурда Е.Я. Я – Ты – Мы. Психологические возможности улучшения общения. М., 1986.
13. Мелибурда Е.Я. Ты-Мы. Психологические возможности улучшения общения. М., 1986.
14. Петровская Л.А. Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. М., 1989.