

РЕЗУЛТАТИ ОТ ПРОВЕЖДАНЕТО НА СОЦИАЛНОПСИХОЛОГИЧЕСКИ ТРЕНИНГ НА СТУДЕНТИ

Доц. д-р СТОЙКО ИВАНОВ

Шуменски университет „Епископ Константин Преславски“

The result of conducting psychosocial training of students

Assoc.prof . Stoyko Ivanov

Shoumen University K.Preslavski

The article provides data for the efficiency of social-psychological training of students based on a ten year study of 1500 students from 3 universities. The results have been analyzed quantitatively and qualitatively in regards to gender, educational degree and form of tuition. Percentage distribution and one factor dispersion analysis of the results have been made by using the program SPSS. The results show that as a consequence of the training students improve their communicative competence, emotional expression, self-discovery and discovery of others. The results build a pattern showing that the effects of the social-psychological training are more valuable for women, candidates for a master's degree and the students whose lectures are organized in blocks.

НАЧИНИ ЗА ИЗУЧАВАНЕ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ УЧАСТИЕ В СОЦИАЛНОПСИХОЛОГИЧЕСКИ ТРЕНИНГ

Установяването на резултатите от провеждането на социалнопсихологически тренинг (СПТ) е сложна и отговорна работа. Обективната им оценка изисква да се отговори на следните въпроси: Какви методи трябва да се използват, за да се установи ефектът от прилагането му? Какви са преимуществата и недостатъците на СПТ като форма за обучение на студенти? Какви ефекти се постигат от използването на СПТ в процеса на следването на студентите? От кой курс е най-добре да започне обучението на студентите чрез СПТ и защо? Това са сериозни въпроси, които стоят за решаване пред теоретиците и практиците на съвременното висше образование.

В тази статия на базата на конкретно изследване, продължило повече от десет години със 1500 студенти от три университета (СУ „Свети Климент Охридски“, ШУ „Епископ Константин Преславски“ и РУ

„Ангел Кънчев“), се прави опит да се даде отговор на някои от тези въпроси и да се разкрие перспективата за използването на СПТ като форма на обучение [3]. В проучването се установява ефективността от прилагането на СПТ на студенти чрез количествен и качествен анализ на техните самоотчети и индивидуални преживявания, съпоставят се получените резултати от „входящото“ и „изходящото“ ниво на комуникативната им компетентност, сравняват се определени комуникативни качества и умения на участниците в експерименталната и контролната група. За диагностицирането на психичните качества и състояния на участниците в тренинговите групи практически се използват всички традиционни изследователски методи като: включено наблюдение; беседа със студентите по проблеми, свързани с предмета на изследването; пряка анонимна анкета; експертна оценка; анализ на конкретни случаи; въпросници и тестове. Освен това се прави анализ на специализираната литература, в която се дискутира този съществен проблем.

Л. Петровска [6, 93], изучавайки ефектите от прилагането на СПТ, апробира за тази цел редица методики (тест на Кун, тест на Кели, методика на словесния портрет, автосоциометричната методика, методика на семантичния диференциал и др.). Предпочитан източник за анализ за нея обаче са писмените самоотчети на участниците в СПТ. Обосноваването на използването на самоотчетите се изразява в това, че според *Л. Петровска* [6, 94] те разкриват най-добре „многогранността и своеобразието на получения от участниците опит“. Тя твърди, че информация за редица психични състояния на участниците в СПТ е възможно да се получи само благодарение на тяхното самонаблюдение, самоанализ и самоотчет.

Аналогични становища изразяват и други специалисти, които използват груповите форми за въздействие [1; 5; 7; 9]. *G. Corey* [5, 178] пише, че е трудно да се оценят резултатите от груповата работа, като се използват само емпирични процедури. Защото чрез тях не винаги адекватно се измерват промените в позициите, убежденията и чувствата на изследваните лица. За преодоляването на този диагностичен недостатък той препоръчва да се използват техните самоотчети като своеобразни субективни измерителни процедури.

C. Rogers [8, 126-134] използва различни начини за разкриване на ефекта от участието в „групи за срещи“. Такива са предоставените за попълване въпросници към техните членове след приключването на занятията. Чрез този своеобразен самоотчет той проучва преживяванията на 500 участници в такива групи и мнението им за степента на използването в тяхното ежедневие на постигнатите резултати. Предоставените резултати от изследването категорично разкриват резултатите от

тази форма на групова работа. Огромната част от изследваните лица приемат преживяния опит в групата за много значим и положителен. Благодарение на него те са преживели трайно личностно израстване и са трансформирали своето поведение в благоприятна за себе си посока. Във връзка с личностноцентрираното интерактивно обучение на студенти С. Rogers [9, 419] споделя: „Преживяванията на всеки участник в курса са изключително уникални и са тясно свързани със собственото му минало и настоящите желания и цели. Въпреки тази уникалност съществуват и няколко основни тенденции, които могат да бъдат забелязани в техните самоотчети. Първата е свързана с чувството на объркване, което може да се разпростира от забавно недоумение до истинско объркване и чувство за истинска фрустрация. Обучаемите реагират с определена емоция на преживяването, свързано с оставянето им да бъдат самостоятелни. Друга основна тенденция е, че повечето обучаеми са склонни да работят повече и по-задълбочено, отколкото при конвенционален курс“.

Цитираните авторитетни мнения показват, че самооценката на участниците в СПТ под формата на самоотчети е надежден начин за установяване на неговата ефективност. Тя може да се установи чрез пряка анонимна анкета по определени показатели или чрез сравняването на фиксираните в предварителния договор очаквания на студентите за ефекта от СПТ с получените резултати в края на неговото провеждане. Ако в резултат на участието си в СПТ студентите смятат, че комуникативните им умения са се подобрили, тогава се приема, че от извършената съвместна работа има положителен резултат. Анализът на самоотчетите от настоящото изследване разкрива информация за най-често срещаните резултати според участниците в СПТ. Този подход позволява еднаквите и близките по смисъл резултати да се обединяват в блокове и в зависимост от тяхното количествено и качествено съдържание и да бъдат ранжирани. Полученият по този начин емпиричен материал е предмет на статистически и социалнопсихологически анализ.

Друг надежден начин за разкриване на ефекта от СПТ като форма за обучение на студенти, който се използва в настоящото изследване, е чрез сравняване на „входящото“ ниво на комуникативната компетентност на студентите с „изходящото“ ниво относно изследваните психични параметри. Така се установява настъпва ли промяна по отношение на изследваните критерии и показатели в резултат на участието на студентите в СПТ. Най-добре е тази изследователска работа да се извърши от експертно лице, което лично да не е заинтересувано от получаваните резултати. Това на практика обаче е много трудно изпълнимо, за-

щото провежданият формиращ експеримент е продължителен и трудоемък. Поради тази причина възможно е водещите още в самото начало на занятията да предложат на участниците да изпълнят редица задачи за диагностициране на входящото ниво на степента на развитие на комуникативната им компетентност. След завършването на СПТ студентите повтарят същите изследователски процедури. Получените резултати в началото и края на СПТ се сравняват по конкретни показатели и критерии. Усъвършенстването на изследваните комуникативни и перцептивни умения на участниците в СПТ означава, че ефектът от съвместната им учебна работа е положителен.

Третата възможност е след провеждането на СПТ в групата да се направи тест относно степента на усвояване на определени комуникативни качества. Същият тест се провежда и с контролна група, като получените резултати се сравняват. За прилагането на този изследователски подход в настоящото изследване се използват: тестът на *К. Thomas-R. Kilmann* [10] за определяне на стратегиите на поведението на личността в конфликтни ситуации [3]; анонимно да отговорят на въпроса „Кой (коя) съм аз?“ и анонимно да направят социалнопсихологически портрет на известна на всички тях личност.

Четвъртата възможност е независими експерти по въпросите на междупersonностното общуване и комуникативните умения да оценят постигнатите резултати чрез собствени методи на изследване, за които водещите на СПТ не знаят, че ще бъдат използвани.

Критерий за добре свършена работа е и вътрешното чувство на удовлетвореност на водещите и участниците при преустановяването на съвместната работа. Те трябва да са уверени, че са постигнали положителен резултат и че в бъдеще ще могат да установяват по-добри взаимоотношения с хората, с които си взаимодействат.

Най-добре е за установяване на ефективността от СПТ всички тези начини да се използват *комплексно*.

За установяването на резултатите от СПТ като форма на обучение на студенти бе проведен качествен и количествен анализ на самоотчетите на участниците в СПТ. За обективността на направените заключения допринася и прилагането на допълнителни методи (беседа, анализ на конкретни случаи, анкета, експертна оценка, вторичен анализ на трудове на други автори по проблеми, свързани с изследването, констатиращ и формиращ експеримент, обобщаване и анализ на собствен опит, структурирано, неструктурирано и включено наблюдение, процентно разпределение на количествени величини, еднократен дисперсионен анализ). Това обезпечава комплексност на използвания експериментален инструмен-

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

тариум и осигурява истинността на направените изводи. За изразяване на искреното отношение на изследваните лица в самоотчетите допринася фактът, че те се представят в писменна форма и се обсъждат в групата.

КАЧЕСТВЕН АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ

При качествения подход се поставя акцент на изразеното становище в самоотчетите на участниците в СПТ относно неговата програма, практическа насоченост, ефективност и емоционалност. Основните техники за събиране на информация са структурирано и неструктурирано наблюдение, анализ на съдържанието на занятията, анализ на протичането на дискусиите.

На студентите се предлага да отговорят анонимно или не на следните въпроси: Оправдаха ли се Вашите очаквания след провеждането на СПТ? Кой упражнени според Вас бяха най-ефективни? Кой неща от учебната програма според Вас са със слаба ефективност? Забавлявахте ли се по време на занятията? След провеждането на СПТ по-добре ли разбирате себе си? В резултат на проведените занятия Вашата група станала ли по-сплотена? и др. Съществен носител на първична емпирична информация за резултатите от тренинга са самоотчетите на студентите, които според правилата за провеждането му, фиксирани в договора с водещия, трябва да представят на т. нар. „постгрупова среща“.

Структурираното и неструктурираното наблюдение се изразява в специалното или случайно възприемане, осъзнаване и анализиране на особеностите на определени взаимодействия, проявите на конкретни чувства, формирането на дадени отношения и нагласи. Анализът на съдържанието на занятията се осъществява чрез анализ на аудио-визуални записи, свързани с проведеното обучение.

Групово обсъждане (тип Фокус-групи) на случилото се по време на отделните занятия и тренинга като цяло е друг начин за събиране на информация. При тези обсъждания понякога присъстват експерти в сферата на интерактивното обучение, за да бъде събираната информация по-обективна. За по-голяма искреност на участниците водещите на СПТ не присъстват по време на тези обсъждания. В изследването се отчитат данните и впечатленията на 15 експерти в областта на университетското интерактивно обучение. Всеки от тях по собствена методика проучи мнението на участниците в СПТ и предостави впечатленията си от тях във устна или писменна форма.

В част от своя отзив от 10.10. 2007 г. С. И. (професор по психология

в СУ), присъствала на завършването на тридневен СПТ със студенти от магистърска програма по психология към Педагогическия факултет на ШУ, обобщава своето мнение така: „Въз основа на наблюдението ми по време на тренинга, дискусиата ми с участниците и графичната оценка на тренинга мога да направя следните констатации:

➤ Налице е добре аргументирана, последователна и работеща програма за обучение, която е издържана в теоретичен и практически план. Използваните упражнения водят до постигане на целите и очакванията от тренинга. Те са разнообразни с различна степен на сложност и дават възможност да се наслагват постепенно, като по този начин се изграждат и развиват умения за самоанализ, сензитивност и по-добро разбиране на себе си и на другите. В хода на работата освен личното познание се тренират и умения за взаимодействие с другите, разбиране и отчитане на собствените и чуждите чувства и начини на реагиране. Постига се по-добро разбиране на различията в характерите и възгледите, което беше подчертавано многократно от участниците, като това не пречи да се изгради сплотеност и дух на доверие и сътрудничество. Осъзнават се и се дискутират открито дефицитите и затрудненията в общуването и се създават предпоставки за подобряване на социалното взаимодействие в реални условия. Участниците уверено споделят, че придобитите по време на тренинга знания и умения са им от полза и могат да бъдат пренесени в ежедневието и в професионалната им практика.

➤ Въвеждането на социалнопсихологически тренинг в обучението на специалисти по педагогика, психология и социални дейности не само би подобрило личните им умения и социалното им взаимодействие, но би допринесло съществено за повишаване на професионалната им компетентност и на уменията им за работа в екип в организационна среда.“

Аналогични са впечатленията на Н. Б. (доцент по педагогика в СУ), която присъства на постгруповата среща със студенти от задочно обучение от специалност „Социална педагогика“ на ФНПП на СУ на 07. 11. 2005 г.: „Цялостната преценка за работата на групата и на водещия в постгруповата среща е, че е създадена изключително полезна и творческа атмосфера, съществуват конструктивни отношения, създадена е много добра организация, равнището на критичност и обратна връзка е постигнато и тренингът е свършил своята работа в демонстрираните високи резултати. Може да се очаква, че в бъдещата професионална среда участниците ще прилагат много от тренираните социални и комуникативни умения. Това е първото необходимо условие за професио-

нална адаптация, която е заложена чрез осъществяването на обучение на равнище ОКС „бакалавър“ за студентите от помагащите професии. Реализирани са психотерапевтични ефекти за голяма част от групата.“

П. Р. (професор по педагогика от ПУ) също споделя мнението си от проведената среща на 20. 12. 2007 г. със студенти от РУ и прави следните заключения: 1. Студентите имат положителни нагласи за участие в тренингите. 2. Те са уверени в себе си и поемат възложените им роли. 3. Участват в тренинга с видимо желание и се идентифицират с поетите ролеви функции. 4. Отношенията в групата са доверителни. 5. Участниците се чувстват комфортно и интеракцията в тренинга видимо им донася удовлетворение. 6. Студентите са концентрирани и отговорни. 7. Вярват във възможностите на груповото обучение. 8. Предоставят си взаимно информация и опит. 9. Налице е взаимно търсене на помощ и поддръжка. 10. Полагат интегрирани усилия, загриженост и отговорност. 11. Проявяват общителност и комуникативност. 12. Водещият тренинга получава обратна връзка от обучаемите. 13. Тренингът видимо благоприятства професионалния ръст на студентите. 14. Има гъвкаво моделиране на различни ситуационни форми на сегашно и бъдещо професионално взаимодействие. 15. Студентите имат нужната рефлексия като участници в тренинга. 16. Налице е податливост и присвояване на нови начини на поведение.

Цитираните становища на утвърдени български специалисти в областта на дидактиката и психологията е още едно доказателство, че СПТ въздейства положително върху усъвършенстването на комуникативната компетентност на студентите от специалности от помагащите професии. Благодарение на участието си в него у тях се създава интерес към бъдещата им работа и усвояват конкретни техники за въздействие в процесите на междуличностното общуване.

Качественият анализ на получените резултати от настоящото изследване показва, че основните му цели са постигнати, т.е. разкрива се, че правилно проведените в методическо отношение СПТ е надеждна форма за обучение на студенти на базови комуникативни умения като: наблюдателност, толерантност, емпатичност, асертивност, креативност, рефлексивност, емоционална устойчивост, професионално слушане, за преодоляване на конфликти, за работа в екип и др. Недвусмислено се установява, че благодарение на СПТ студентите: повишават уменията си за себеопознаване; усъвършенстват способностите си да възприемат, разбират и оценяват своите партньори в процеса на междуличностното общуване в групата; подобряват възможностите си да отразяват обективно груподинамичните процеси в сферата на междуличност-

ните отношения в малката група; засилват неформалните контакти между участниците в СПТ и се увеличава груповата им сплотеност на житейско равнище, защото групите, в които участват, са реални и са формирани не само за провеждането на тренинговите занятия; оптимизират комуникативната си компетентност.

Проведената емпирична работа, отнасяща се до себеопознаването и взаимното опознаване от студентите, потвърждава в общи линии установеното от Л. Петровска [6, 85-87] заключение, че диагностичната страна на СПТ е негова същностна характеристика и в нея се реализират най-важните задачи на групата, изискващи най-много време и усилия. Според Л. Петровска [6, 85] основните ефекти на СПТ се изразяват в усвояването от участниците в него на „нови диагностични знания, умения и опит в общуването“. На първо място, придобиване от участниците в СПТ на информация за своето поведение в процеса на междуличностното общуване и усвояване от тях на знания, умения, нагласи и опит за самодиагностициране. По-конкретно тези сведения се изразяват в това, че студентите осъзнават по-добре как изглеждат според мненията на своите колеги; какви чувства предизвикват у тях в процеса на междуличностното общуване; доколко състоятелна и приемлива е за останалите участници в групата тяхната „Аз-концепция“; какви мотиви и намерения им приписват другите студенти; как се променя техният образ в съзнанието на членовете на групата в периода от първите впечатления при извършването на съвместната работа и в процеса на следващите етапи на груповите взаимодействия; какви се оказват, че са в собствените си очи, но вече на базата на информация, получена от участието им в проведения тренинг, и пр. Благодарение на участието си в СПТ студентите усъвършенстват и уменията си от по-общ диагностичен характер като: рефлексивност, самоанализ, диференциране на своите емоции, себеизразяване, осъзнаване, че откриването на себе си е възможно само в процеса на контакта с другите хора, и пр.

На второ място – като диагностичен ефект на СПТ изпъкват възможностите, които той предоставя за взаимното опознаване на участващите в него студенти един от друг. Тези възможности се проявяват в: обогатяването на конкретната информация за личностните особености на всички членове на групата; уточняване от студентите на очакванията, които са имали за своите колеги и усъвършенстване на уменията за анализ на психичните особености на другите хора. По-точно, у студентите се засилва стремежът за по-добро разбиране на позицията на партньора; увеличава се желанието им за идентифициране с него, за да се отразяват възникналите проблеми от „чуждата гледна точка“; повишава се сензи-

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

тивността им към чувствата на другите и разнообразните форми на тяхната проява; у тях се създава нагласа за цялостно възприемане и разбиране на душевността на останалите участници в групата, като се отчитат техните индивидуални особености: минал опит, пол, възраст, temperament, потребности, стремежи и пр.; развива се умението за активно слушане и т. н. Освен посочените ефекти участниците в СПТ придобиват и развиват умения и опит за диагностика на междуличностните взаимоотношения в групата (конфликти и тяхното преодоляване, групова сплотеност и работа в екип, конформизъм и груповщина в мисленето и пр.).

Един от най-често посочваните ефекти, получени в резултат от участието в СПТ, според студентите е *оптимизирането на отношенията им в тяхното всекидневно общуване извън провежданите тренингови занятия*. Те посочват, че емоционалният климат помежду им се е подобрил, че контактите им са станали по-искрени, по-толерантни и по-приятелски. Самоотчетите им разкриват, че ефектът на прояви на хуманизъм при взаимодействията с участниците в групата за СПТ се екстраполира и спрямо всички хора, с които те установяват контакт. Защото благодарение на проведените занятия те са осъзнали на практика, че всички хора са интересни, неповторими и притежават много позитивни качества и умения. В редица самоотчети на студентите се отбелязва, че участието в СПТ е предизвикало преодоляването на дискомфорта, напрежението, алиенацията и изолираността в процесите на междуличностното общуване. Подобни резултати от провеждането на СПТ за комуникативна компетентност разкрива и Л. Петровска [6, 129-134]. Тя ги нарича „ефекти от психотерапевтичен тип“.

Интерес предизвикват резултатите от следния експеримент, проведен с участниците в шест тренингови групи. Той се състои от три етапа, за съдържанието на които студентите не се уведомяват предварително. Още в началото на занятията на членовете на групата се предлага да напишат на лист някаква своя тревога, безпокойство или факт от житейската си история, за които не са споделяли с никого. Впечатлява разнообразието на споделените неща: „Когато бях на седем години, майка ми ми каза, че се отрича от мен“, „Изпитвам страх от баща си, а той никога не ме разбира и не зачита мнението ми.“, „Не съм в състояние да разгранича амбиция от любов и в това се състои моята драма.“, „Имам желание за интимна близост с бившия си приятел.“, „Изпитвам удоволствия от интимности с жени в присъствието на приятеля ми“ и др. След това на участниците в СПТ се отправя предложение, ако желаят, да предоставят написаното на водещия с уговорката, че няма да пишат върху листа своите имена и че той, след като прочете написано-

то, ще го унищожи пред всички. Прочитайки написаните текстове, водещият предлага на студентите, ако абсолютно всички са съгласни, да бъде обсъдено това, което е написано от участниците в групата. Оказва се, че в първоначалния вариант на експеримента обикновено никой или двама-трима студенти от група предават своите листове на водещия, но не се съгласяват той да ги прочете публично. След приключването на СПТ резултатите са реципрочни. Единици са тези, които не предават листовете на водещия на групата и които не се съгласяват да бъде публично обсъдено това, което е написано върху тях. Изводът е, че *в резултат на проведения тренинг се засилва доверието между членовете на групата и те не намират за неуместно да споделят публично много важни и съкровени неща за себе си.*

Съществен резултат от провеждането на СПТ е, че се създават ситуации за определени комуникативни промени. Студентите ясно осъзнават това и го отбелязват в своите самоотчети. „Благодарение на участието си в СПТ станах по-открита в контактите си с хората. Вече не съм така скована и стеснителна. Започнах спокойно и уверено да се изказвам и в по-големи компании“ пише в самоотчета си студентка от III курс, специалност Слухово-речева рехабилитация в СУ. На въпроса „Какво влияние оказа СПТ на самочувствието Ви при общуването Ви с други хора?“ първокурсничка от НСА отговаря така: „Раздялата със съучениците ми и новата обстановка в института ме бяха накарали да се затворя в черупката си, но с участието си в тренинга намерих нови приятели и самочувствието ми се възвърна“ [4].

Самоотчетите на студентите разкриват както добра теоретична подготовка по материята за СПТ, така и в коментара на тренинга, в който са участвали. Изложението им в повечето случаи не е просто описание на впечатленията. Дори и тези от тях, които са написани под формата на дневник, съдържат предаване на силното отражение на тренинга върху личността на участниците като *стимулатор на инсайти.*

Във всички самоотчети се изтъква ролята на СПТ за взаимното *опознаване на членовете на групата, взаимното приемане.* Ефектът на трансформация по отношение на личностния растеж откровено е предаден чрез споделяне на появилата се толерантност, разбирана като пълно приемане на себе си и като приемане на другия.

Най-често срещаните определения за постиженията чрез тренинга са: *самоопознаване, емпатия, сближаване.* Някои от участниците отбелязват за *постигната интимност* като ефект от игрите, която се запазила до края на тренинга.

За силното отражение на тренинга върху личността говорят не са-

мо самоотчетите на участниците в кръга, но и тези *на наблюдателите*. Макар и донякъде разочаровани в началото заради неактивната роля, която им се отрежда, те откриват, че през цялото време са били активно ангажирани и преживяващи настроенията, емоциите, чувствата, психотерапевтичният ефект, които се случват в кръга, но не остават само там, а се отразяват и на наблюдателите. Наблюдателите споделят за *пълна включеност* в ставащото в кръга и за не по-ниска степен на умора след всяко занятие и тренингов ден.

Понякога според студентите промените, които се извършват в сферата на междуличностното общуване, дават тласък и на всевъзможни личностни промени, свързани с ценностната им система. Защото опосредстваните от силни преживявания нови сведения на студентите за себе си и за своите колеги ги подтикват към промени на различни страни на своя „Аз-образ“, на мярката им за другите хора, на комуникативната им компетентност и т. н.

По време на СПТ на студентите не се поднася пряка информация за прояви на техни слабости в процеса на междуличностното общуване, а се създават условия и ситуации, в които те самите да осъзнаят какви комуникативни недостатъци притежават и кога те се проявяват. Така им се предоставят възможности да експериментират нови модели на комуникативно поведение, чрез което се постига придобиването на знания и усъвършенстването на уменията за диагностика на перцептивните образувания относно себе си, партньорите в процеса на междуличностното общуване и ситуациите, в които то се извършва.

Практиката на провеждане на СПТ показва, че се проявяват два крайни типа студенти – едните свръхкомуникативни, другите плахи и стеснителни. Постепенно обаче в хода на обучението чрез интензивно взаимодействие свръхактивните в комуникативно отношение студенти разбират, че понякога трябва повече да обмислят това, което говорят, и начина, по който го казват, а също така, че могат да чуят много важни и интересни неща от колегите си. От друга страна, съществуват и редица примери в обратно отношение. Те се изразяват в това, че студентите, които в началото на СПТ избягват публичните изказвания и се стесняват да фокусират върху себе си вниманието на своите колеги, се приобщават към останалите членове на групата и започват свободно да изразяват мненията си по различни въпроси. Всички тези промени обаче не винаги се утвърждават в реалния живот поради различни причини. Например, защото полученият тласък за комуникативни промени по време на СПТ е с временен характер и е недостатъчно силен. Този тласък може да не е подкрепен от хората, с които студентите осъществяват

постоянен контакт във всекидневието си. Възможно е също така той да не е задълбочено обмислен и осъзнат от последните. Следователно, естеството на СПТ е такова, че липсва каквато и да е гаранция, че в резултат на оказаните въздействия по време на провеждането му ще се постигнат посочените ефекти и всеки участник в него ще е усвоил това, на което е обучаван. Това се обуславя от неимоверно сложния, вероятностен и динамичен характер на човешката психика. Резултатите от наблюденията, самоотчетите и проведените беседи показват, че на практика едни участници усвояват трайно всичко и доразвиват сами наученото по време на СПТ, други научават само малка част от него, а за трети остава само споменът от преживяните емоции. Липсата на гарантиран резултат обаче съвсем не означава, че СПТ като форма за обучение на студенти е неефективен. Най-силен аргумент в негова полза е бързото му разпространение като редовна или избираема учебна дисциплина при следването на студентите в редица хуманитарни специалности и във факта, че се е превърнал в един от най-ефективните „инструменти“ на практическата психология. Проведените беседи със специалисти по проблема разкриват, че повечето от участниците във всяка група, в която е проведен правилно в методическо отношение СПТ, постигат в някаква степен посочените по-горе позитивни ефекти.

Анализът на резултатите от изследването разкриват, че главните детерминиращи фактори, които влияят на ефективността на СПТ като форма за обучение на студенти, са: численият състав на групите; редовността на посещенията на занятията; условията за работа; броят на часовете, предвидени за обучение; времето между провежданите занятия.

Най-неблагоприятно въздействие върху ефективността на СПТ като форма за обучение на студенти има нередовното посещение на занятията. „Текучеството“ в посещаемостта на занятията на определени студенти забавя процеса на груповото развитие, защото те са неориентирани в груповата обстановка.

И така, резултатите от проведеното проучване разкриват, че ефектите на СПТ се изразяват преди всичко в самодиагностиката на студентите, в това доколко обективно възприемат, разбират и оценяват своите партньори и груповодинамичните процеси в междуличностното общуване. Тези нюанси на диагностициране се намират в единство и разделянето, което им се прави тук, има условен характер. Трябва да се подчертае, че, когато се налага, те прерастват и в своеобразна корекционна активност на студентите. Например, когато последните се убедят, че досегашните им перцептивни способности не са били съвсем адекватни. Дори нещо повече, получените сведения за собствената им ко-

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

муникативна компетентност в процеса на СПТ имат според тях „повишена убедителност“ [6, 103] относно аналогична информация, която получават от роднини, познати или преподаватели.

Най-голям относителен дял в самоотчетите на студентите има информацията, която се отнася до тяхната комуникативна компетентност и до себевъзприемането им като субекти на междуличностното общуване. Те отбелязват, че са разбрали, че много от трудностите, които срещат в процесите на междуличностното общуване, се дължат преди всичко на някои собствени индивидуални особености, а не, както са смятали преди, на причини, предизвикани от техните партньори или създалите се ситуации. Следователно, в резултат на участието в СПТ студентите повишават своята самокритичност и отговорност. Прави впечатление, че, променяйки себевъзприемането на комуникативната си компетентност, те оказват влияние и на позицията на партньорите си, с които осъществяват контакт, защото стават по-толерантни към техните мнения и съждения.

СПТ способства също да се подбудят участниците в него към самостоятелни и активни действия. Повишава активността на студентите в процеса на обучение. Привиква ги към анализ, насочен към отделяне на главното от второстепенното, към развитие на инициативно поведение, към умения за установяване на делови и емоционални контакти. Благодарение на него студентите свикват да тълкуват собственото поведение в житейски ситуации не само от своя гледна точка, но и да отчитат мнението на другите хора. Важен резултат са благоприятните личностни изменения, изразяващи се в увеличаване на социалната адаптивност, толерантността, усиляването на емпатията.

Подобряването на психичното здраве на участниците се извършва в два аспекта: установяване на позитивна „Аз-концепция“ и постигане на обществена зрелост. Отделните етапи в груповото развитие се характеризират с формирането на различни комуникативни качества и умения. Чрез СПТ се коригира, а в някои случаи и радикално се изменя системата на междуличностните взаимоотношения между студентите. Защото участниците в конкретно упражнение се оказват в съвършено необичайна и неясна за тях ситуация. Неясни са очакванията на околните, необичайна е системата на взаимоотношения, невъзможно е търсенето на опора в миналия опит. Отсъства възможността за стереотипно „защитно“ поведение, възможността участниците в СПТ да „се скрият“ зад някоя обичайна роля, тъй като всички познати роли явно не подхождат за протичащата игра. Такава ситуация не възниква спонтанно, а се организира съзнателно, като важен елемент е неопределеността на

предлаганите нови роли и правила, максималната пластичност на отношенията, допускащи множество „степени на свобода“ за всеки участник в играта. При това неопределеността на ролята е необходимо да бъде „допълнена“ с привнасяне при изпълнението и на личностно съдържание от страна на изпълнителя. СПТ дава възможност на студентите да получат многостранна, а понякога и неочаквана информация за комуникативната си активност, компетентност, собствената си личност и взаимоотношенията си със своите колеги.

Това е резултат както на усъвършенстването на собствената им рефлексивност, така и на възприетите и анализирани мнения на останалите участници в СПТ. Последното заключение потвърждава отдавна установеното мнение, че личността опознава себе си благодарение на взаимодействието с другите хора и анализа на продуктите на собствената си активност. Тези два пътя на себеопознаване на личността се открояват ясно в процеса на провеждането на СПТ със студенти.

Друг ефект от участието в СПТ на студентите е, че повишават своята социалнопсихологическа култура и активност. Той се изразява в повишената предразположеност към търпимост към чуждите мнения, нарастването на самокритичността им, увеличаване на уменията им за установяване на контакт и за публично изказване на собствено мнение. На базата на резултатите от проведеното наблюдение и самоотчетите на студентите се констатира нарастване на готовността им за поемане на отговорност за самостоятелно решаване на собствените проблеми, свързани с комуникативната им компетентност, а също така по-голяма спонтанност, асертивност, решителност и автономност в процеса на междуличностното общуване.

Много съществен ефект от провеждането на СПТ е, че студентите осъзнават на практика значимостта и ценността на междуличностното общуване. Те осъзнават, че доверителността и диалогичността са първостепенни предпоставки за формирането на оптимални междуличностни отношения във всяка група. Участниците в СПТ споделят, че вече по друг начин възприемат комуникативния процес и в определени моменти изпитват истинска наслада от участието си в него. Защото откриват в него прояви на съчувствие, добронамереност, взаимопомощ, топлота и пр. Още по време на занятията студентите споделят, че правят успешни опити да използват похватите и уменията за междуличностно общуване, които се прилагат в групите за СПТ, в техния реален живот. Същевременно обаче признават, че преодоляването на закрепените в продължение на много години стереотипи на междуличностно общуване не е лека работа и е свързана с преодоляването на редица трудности.

КОЛИЧЕСТВЕН АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ
ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ

Количественият анализ изисква резултатите да са измерими и да се изразяват числово, което позволява да се представят таблично, графично и да се обработват статистически. Най-често той се реализира, като се съпоставят получените резултати от „входящото ниво“ и „изходящото ниво“ или се сравнят резултатите на „експерименталната“ с „контролната група“. В настоящото изследване бяха реализирани и двата количествени подхода.

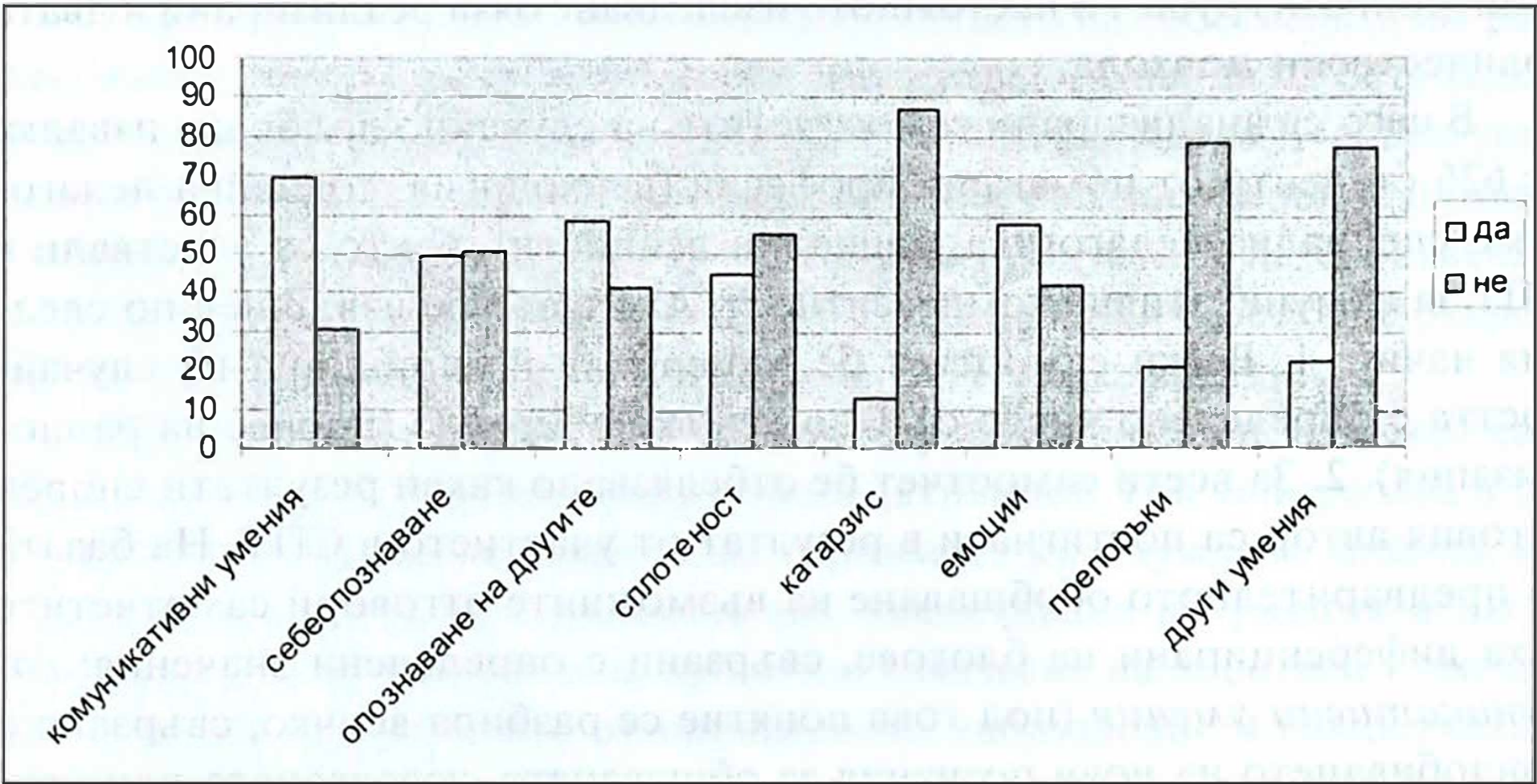
В него са анализирани самоотчетите на случайно подбрана извадка от 626 студенти от помагащи професии (психология, социална педагогика, специална педагогика, социални дейности), които са участвали в СПТ за комуникативна компетентност. Анализът бе извършен по следния начин: 1. Всеки самоотчет бе номериран на принципа на случайността с определено число от 1 до 626 включително (процес на рандомизация). 2. За всеки самоотчет бе отбелязвано какви резултати според неговия автор са постигнати в резултат от участието в СПТ. На базата на предварителното обобщаване на възможните отговори самоотчетите бяха диференцирани на блокове, свързани с определени значения: *комуникативни умения* (под това понятие се разбира всичко, свързано с придобиването на нови познания за общуването, усвояването или усъвършенстването на комуникативната компетентност, преодоляването на някои комуникативни недостатъци и запознаването с нови техники за въздействие); *себеопознаване*; *опознаване на другите*; *групова сплотеност и работа в екип* (установяване на чувство за „ние“, за близост и приятелски, неформални отношения); *катарзис* (споделяне на лични проблеми пред групата съпроводено с преживяване на духовно пречистване, инсайт и преоценка на минали събития, настоящи проблеми или планове за бъдещето); *емоционалност* (включва интереса към съвместната работа, забавата и радостта от самия процес на обучение, споделянето на преживян опит, чувства и контакта на близост с останалите участници в групата); *препоръките*, свързани с евентуални подобрения на тренинговия процес; *други* (всички други неща, които са писани, но не попадат в рамките на обозначените по-горе възможности). 3. Наличието на дадения резултат се отбелязва с А1“, а липсата му с В2“.

За постигането на целите на изследването получените данни от самоотчетите на 626 студенти бяха диференцирани в зависимост от факторите *пол*, *степен на образованието*, *свързана с подготовката на студентите* (бакалавър или магистър), и *форма на провеждане на*

обучението (седмична или блокова). На следващите страници ще бъдат интерпретирани някои от получените резултати от провеждането на СПТ, които са свързани с тях.

Графика 1

**ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПЕРЦЕПЦИЯТА
НА СТУДЕНТИТЕ ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ СПТ**



На графика 1 е представено процентното разпределение на отговорите на студентите според техните самоотчети за получените резултати вследствие на участието им в СПТ. От нея се вижда, че тази форма на обучение е най-резултатна по отношение на комуникативните компетенции и компетентности. В 69,8% от получените самоотчети от студентите се твърди, че тренингът е допринесъл за усъвършенстване на комуникативните им умения. Това дава основание да се направи изводът, че според участвалите в изследването лица основната цел на СПТ е постигната. Направеният извод е с особено голяма значимост за подготовката на специалисти за помагащите професии, защото е известно, че за тях умението да общуват е съществено условие за успешна професионална реализация.

Високи резултати са получени относно „опознаването на другите“, „себепознаването“, „емоционалността“ и „сплотеността и умения за работа в екип“. Значително по-слаби са резултатите за „препоръки“, „други“ и „катарзис“. Липсата на много препоръки също е позитивен показател за ефективността на СПТ. Още повече, че някои от направените препоръки са от рода на: „Да се включат в учебните планове за

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

всеки семестър поне по един тренинг.“; „Да се предлагат на студентите повече тематични тренинги, свързани с изучаваната от тях специалност.“; „В учебния план да се увеличи предвиденият хорариум за тренинги с практико-приложна насоченост.“, „Тренинг-групите да са с оптимален брой на участниците.“; „По време на провеждането на СПТ да се използват повече аудио-визуални технически средства“ и т. н.

За да се установи дали студентите възприемат и оценяват придобитите по време на тренинга умения, беше направено процентно разпределение на резултатите от СПТ в зависимост от техните самоотчети (таблица 1). Преобладават положителните перцепции относно усвояването на комуникативни умения, опознаване на другите, изразяване и споделяне на емоции, което подчертава полезността на СПТ за структуриране и изграждане на благоприятни междуличностни отношения (графика 1).

Повече от половината от студентите подчертават, че тренингът е допринесъл за по-доброто опознаване на другите и за подходящото изразяване и интензивното преживяване на емоции, което допълва предходния резултат за комуникативните умения и разширява обхвата на междуличностната компетентност. Така може да се твърди, че според участниците тренингът е подобрил три съществени групи умения, които са отнасят до свързаността на Аз-а с другите в процеса на тяхното опознаване, на взаимните емоционални преживявания и на общуването с тях. Съвкупността от тези умения е предпоставка за изграждане на емоционална интелигентност и за подобряване на междуличностната компетентност, които са професионално значими качества в помагащите професии.

Таблица 1

ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПЕРЦЕПЦИЯТА ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ СПТ

Резултати от СПТ	Не	Да
Комуникативни умения	30,2	69,8
Себеопознаване	50,7	49,3
Опознаване на другите	41,7	58,3
Сплотеност и работа в екип	55,4	44,6
Катарзис	87,2	12,8
Емоционалност (изразяване и споделяне на чувства)	42,3	57,7
Препоръки	78,8	21,2
Други умения	77,2	22,8

Еднакъв процент (по половината от извадката) възприемат, че съответно са или не са постигнали себеопознаване. Все пак основната цел и насока за провеждане на тренинг не е директно личностното израстване, а то е страничен и допълнителен ефект при тренинга. Повишаването на самопознанието и добиването на ясна и реалистична представа за себе си създава условия за повишаване на междуличностните умения, които се възприемат като пряко следствие от участието в СПТ според участниците.

Качественият анализ на данните и последвалата го количествена обработка разкриват и наличие на такива умения, които повечето участници възприемат, че не са придобили. Така например повече от половината студенти (55,4%) смятат, че по време на тренинга не са развили сплотеност и работа в екип. Останалата част обаче твърдят, че са подобрили уменията си за групова работа и са постигнали по-висока сплотеност и ефективност на социалното взаимодействие в групата. Така груповите умения за работа се повлияват от участието в тренинга, но отстъпват пред социалните умения, насочени към другите, като общуването и емоционалното изразяване.

Разбира се, трябва да се отчита фактът, че СПТ при студенти не е предназначен за изграждане на екипи и не поставя фокуса върху груповите феномени. Участващите студенти не са част от постоянни групи, не се нуждаят от съвместни усилия за постигане на резултати и изпълнение на работата, както реалните трудови групи например и поради това не се очаква от тях да развият групова съвместимост, сплотеност и ефективност. Групата за тренинг има временно функциониране, формира се на принципа „тук и сега“ и изисква взаимодействие единствено при изпълнение на груповите задачи и ролеви игри. И в ежедневиия учебен процес, в който студентите прекарват известно време заедно, не съществуват условия за изискване на групови резултати, което да ги поставя пред необходимостта да се сплотяват и да работят добре заедно. Учебният процес и резултатите от него са строго индивидуални, акцентират преди всичко върху взаимоотношенията с преподавателя, предполагат известна конкурентност и доброто взаимодействие с другите студенти не повлиява съществено личното изпълнение и представяне по време на изпит например, както и личната изява като цяло.

От резултатите обаче става ясно, че при СПТ групата не се възприема само като своеобразен „фон“, на който се разгръщат проявите на личността, формира се разбиране за другите и за тяхното отношение към конкретния индивид и се осигуряват условия за ефективно и интензивно общуване под супервизията на треньор. На практика се постигат

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

странични ценни ефекти, които сочат, че изискването за групов формат на работа при изпълнението на съвместните задачи, ролеви игри и упражнения измества насочеността от себе си към другите и създава усещане за „Ние“, което е една от предпоставките за изграждане на екип. Този резултат безспорно показва, че дори да не цели развитие на екипността, СПТ допринася за подобряване на груповото взаимодействие. Този факт се потвърждава: 1. В упражненията за диагностика на междуличностните отношения като: „Жива социограма“, „Снимка за спомен“, „Кого чувствам по-близък“, „Групово фантазиране“ и др. 2. От резултатите на проведените с метода на „социометрията“ и „референтометрията“ формиращи експерименти със студенти от 12 учебни групи, които показват, че СПТ допринася за повишаването на груповата сплотеност на студентите и изграждане у тях на ценностно ориентационно единство. В резултат може убедено да се заключи, че ако дизайнът на СПТ се съобрази и адаптира спрямо реалните и постоянно действащи групи, той би допринесъл съществено за тяхното сплотяване и би изместил фокуса от индивидуалистичното към отчитане на съвместното начало при работа. При изискване за изпълнение на задачи и постижения, които са възможни само при координирани групови усилия, участието в СПТ развива чувството за „Ние“ и отчита не само индивидуалните, но и груповите интереси и потребности.

Както може да се очаква, в най-слаба степен студентите възприемат, че преживяват катарзис по време на тренинга. За доминиращата част (87%) тренингът няма такъв ефект. Този резултат отразява адекватно действителността, тъй като тренингът не е структуриран да навлиза в дълбочина на личностните проблеми и преживявания и да предизвиква терапевтично въздействие. В известна степен обаче той постига и тези цели, като допринася за освобождаване от стари и деструктивни форми на поведение, разтоварва от преживяване на негативни емоции и травмиращи преживявания в миналото и дава възможност да се погледне в реалността и в бъдещето. За близо 13% тренингът има точно такъв ефект, което има дава основание да констатираме, че след приключването му се чувстват пречистени и заредени с положителна енергия и преживявания.

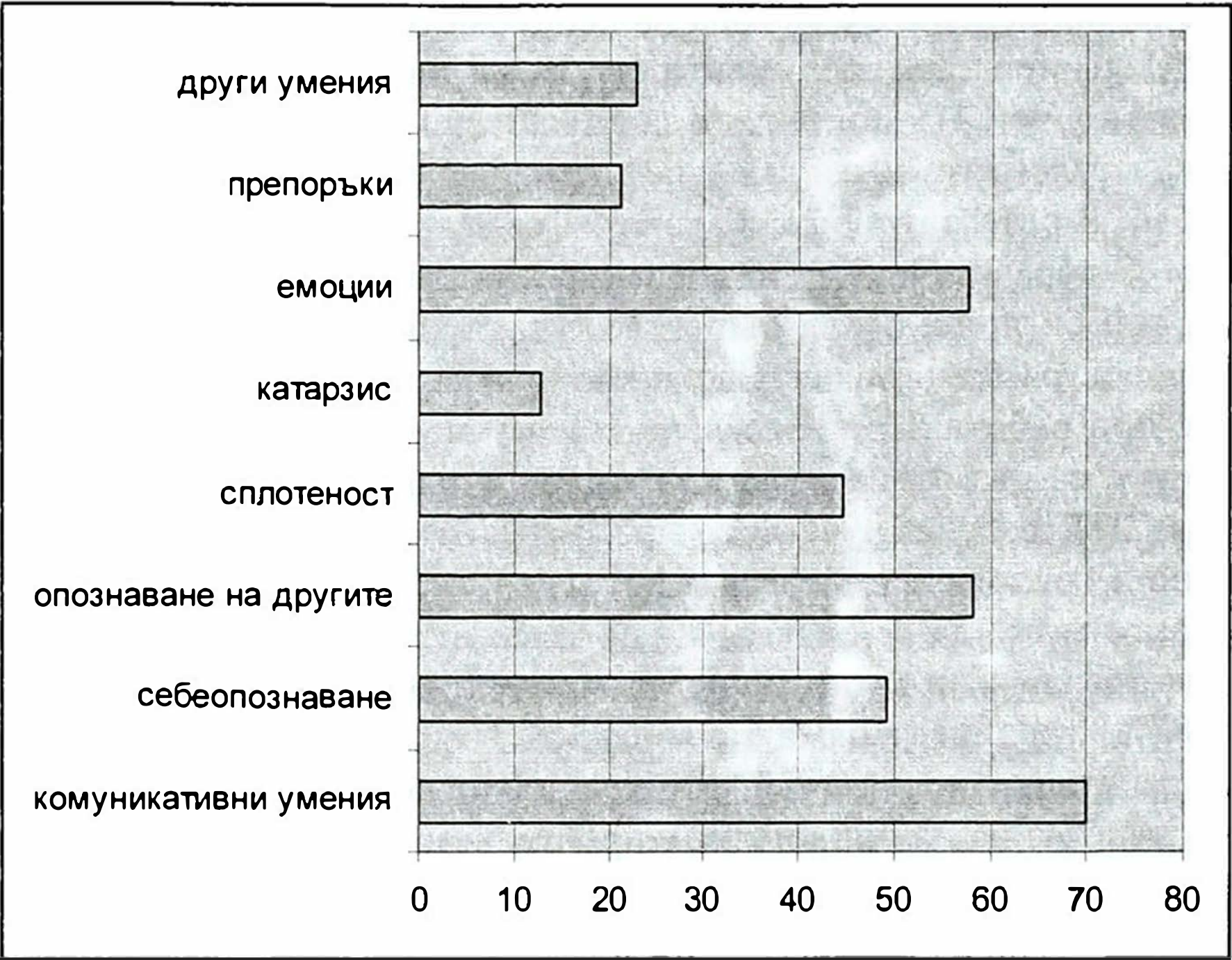
Една пета от студентите предоставят допълнителна обратна връзка и проявяват активно отношение, като дават препоръки (21,2%) или описват и други умения (22,8%), които са усвоили. Както беше подчертано, препоръките се отнасят главно до желанието да се продължи обучението и тренингът да бъде използван по-широко в учебния процес.

Направеното процентно разпределение потвърждава, че СПТ има

ефект върху придобиването на определени умения, като студентите варирали в оценката си за това дали са придобили дадено умение. За да се направи по-ясна преценка за резултатите и ефектите от тренинга и да бъдат установени водещите тенденции, бяха съпоставени положителните избори (графика 2).

Графика 2

СРАВНЕНИЕ НА ПОЛУЧЕНИТЕ РЕЗУЛТАТИ ОТ СПТ



Сравнението между придобитите умения и установените ефекти от тренинга дава ясна представа, че първоначалните цели, заложи при дизайна и определяне на методологията му, са реализирани. *Приоритетно значение имат комуникативните умения, емоционалното изразяване и опознаването на другите.* Това е съвкупността от умения, които безспорно доказват ефективността и приложимостта на СПТ за личностното и професионално развитие на студентите, които се подготвят да работят в помагащите професии.

Втората група умения и резултати от провеждането на тренинга, които споделят приблизително половината от участниците, са насочени в две различни, но дълбоко свързани помежду си сфери – опознаване

на себе си и сплотеност и работа в екип. Може дори да се каже, че това са двете страни на един паралелно протичащ процес, тъй като опознаването на себе си, на своите преживявания и нерешени проблеми, на силните и на слабите страни допринася за изграждането на реалистична и адекватна самооценка и повишава личностния капацитет за справяне. Вследствие на това нараства готовността да се допринася за постигане на групови резултати чрез използване на силните страни и предимства, на притежаваните умения от страна на личността, както е вероятно и опознаването и осъзнаването на известни слаби страни да доведе по-голяма сплотеност, разчитане и доверие на другите и използване на техните предимства при решаване на проблеми. Именно поради това опознаването на себе си е начин да се подобри ефективността на работата в група и да се постигнат по-високи резултати при изпълнението на различни задачи, да се създаде баланс в ролевото взаимодействие и да се поддържат конструктивни взаимоотношения. От друга страна, когато съществуват предпоставки за сплотеност и работа в екип, студентите се чувстват защитени и подкрепени и могат свободно да се изразяват и да осъзнават своите предимства и недостатъци. Защитеното слушане и добронамереното отношение при екипен климат е условие за намаляване на личната дефанзивност и разкриване на себе си, базира се на конструктивната обратна връзка с членовете на групата и води до по-дълбоко опознаване.

Преживяването на катарзис е най-слабо застъпено в самоотчетите на студентите. Както вече беше подчертано, цел на тренинга не е преживяването на катарзис и проявата на дълбинни личностни механизми. Все пак обаче наличието на подкрепяща и поддържаща „Его-то“ на студентите групова атмосфера създава благоприятни предпоставки за разкриване и преживяване на проблеми и събития, които са значими за личността и които по една или друга причина са били потиснати.

Получените резултати ясно и недвусмислено разкриват ефектите от СПТ, но интерес представляват и различията, които съществуват между отделните групи студенти според написаните от тях самоотчети. Както бе посочено по-горе, получените данни от самоотчетите на 626 студенти бяха диференцирани с помощта на процентно разпределение в зависимост от факторите пол, степен на образованието, свързана с подготовката на студентите (бакалавър или магистър), и форма на провеждане на обучението (седмична или блокова), а наличието или липсата на статистически значима разлика бе установено чрез използването на еднофакторен дисперсионен анализ (ANOVA).

КОЛИЧЕСТВЕН АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ
НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ФАКТОРА „ПОЛ“

От таблица 2 се вижда, че в количествено отношение в изследването многократно доминират жените (84,3%), което е типично за съотношението между половете във всички помагачи професии. В случая мъжете представляват едва 15,7%, но резултатите могат да се считат за релевантни, тъй като отразяват реалната полова диференциация в помагачите професии у нас.

Таблица 2

ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ИЗСЛЕДВАНАТА ИЗВАДКА

Разпределение по:		
Пол	Мъже	15,7
	Жени	84,3
Степен	Бакалаври	55,1
	Магистри	44,9
Форма на провеждане	Блокова	66,6
	Седмична	33,4

На таблица 3 се разкрива процентното разпределение на резултатите от самоотчетите на студентите за СПТ според техния пол. От тях става ясно, че жените в своите самоотчети оценяват по-високо значимостта и полезността на СПТ по отношение на показателите „комуникативни умения“, „себеопознаване“, „катарзис“ и „препоръки“. Резултатите на мъжете са по-високи само по показателя „опознаване на другите“. В самоотчетите на студентите, свързани с показателя „други“, не се разкриват статистически значими разлики.

При анализа на отговорите на студентите се оказва, че мъжете и жените по различен начин възприемат участието си в тренинга, уменията, които са развили, и ефектите и резултатите, които са постигнати. Става ясно, че по-голямата част от мъжете не смятат, че са придобили или подобрили уменията си за общуване и тяхната комуникативна компетентност не е повлияна от участието в СПТ. За разлика от тях, мнозинството от жените възприемат тренинга като крайно благоприятен за развитието на комуникативните им умения (74,2%), а само една четвърт (25,8%) не посочват в самоотчетите си подобряване на комуникативните си умения.

Таблица 3

ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПЕРЦЕПЦИЯТА ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ
ОТ СПТ СПОРЕД ПОЛА

Резултати от СПТ	Мъже		Жени	
	Не	Да	Не	Да
Комункативни умения	54,1	45,9	25,8	74,2
Себепознаване	62,2	37,8	48,6	51,4
Опознаване на другите	29,6	70,4	43,9	56,1
Сплотеност и работа в екип	56,1	43,9	55,3	44,7
Катарзис	94,9	5,1	85,8	14,2
Емоционалност	35,7	64,3	43,6	56,4
Прекъръки	83,7	16,3	77,8	22,2
Други умения	85,7	14,3	75,6	24,4

Анализът на тези факти предизвиква интересни изводи. Един от тях е, че отново се потвърждава установеното в множество изследвания [2], че във всичко, което е свързано с използването на езика и общуването, безспорни са предимствата на жените. Момичетата проговарят по-рано, речниковият им запас е по-голям, използват по-разнообразни и сложни изрази. Жените, когато са в разнополови групи, предпочитат да използват косвени методи за въздействие на партньорите си. Те проявяват по-голяма тактичност и вежливост от мъжете. Не са така самоуверени и значително по-рядко от мъжете прекъсват събеседниците си. Жените по-често задават въпроси и по-често изразяват съмнение или отрицание по отношение на това, което са казали, с цел да смекчат своето мнение и да покажат готовност за сътрудничество с партньорите, с които общуват. Поради по-голямата им емоционалност се смята, че жените са по-внушаеми. Те по-често гледат партньорите си, когато ги слушат и по-рядко, когато самите те говорят. При мъжете такива различия не се наблюдават.

Резултатите от анализа на самоотчетите разкриват, че *жените значително по-често смятат, че благодарение на СПТ са подобрили своята комуникативна компетентност*. На таблица 4 са представени различията в получените резултати вследствие на участието в СПТ в зависимост от фактора пол. Тези резултати са получени чрез използването на еднофакторен дисперсионен анализ (ANOVA). От таблица 4 става ясно, че средноаритметичните стойности на жените, учас-

тници в изследването за „комуникативните умения“, $x = 0,74$, а на студентите $x = 0,46$. Установените различия са с висока статистическа значимост ($F=33,022$, $p<0,001$). Тази тенденция се запазва по отношение на показателите „себеопознаване“, „катарзис“ и „препоръки“, но с по-малка степен на статистическа значимост. Конкретните резултати са: „себеопознаване“ $x = 0,50$ за жените и $x = 0,38$ за мъжете ($F=6,218$, $p<0,05$); „катарзис“ $x = 0,35$ за жените и $x = 0,05$ за мъжете ($F=6,212$, $p<0,05$); „препоръки“ $x = 0,49$ за жените и $0,16$ за мъжете ($F=4,850$, $p<0,05$).

Таблица 4

РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ СПОРЕД ТЕХНИЯ ПОЛ (ЕДНОФАКТОРЕН ДИСПЕРСИОНЕН АНАЛИЗ ANOVA)

Резултати от СПТ	Мъже		Жени		F	p
	x	sd	x	sd		
Комуникативни умения	0,46	0,50	0,74	0,44	33,022	0,001
Себеопознаване	0,38	0,49	0,51	0,50	6,218	0,05
Опознаване на другите	0,70	0,46	0,56	0,50	7,056	0,01
Сплотеност и работа в екип	0,44	0,50	0,45	0,50		
Катарзис	0,05	0,22	0,14	0,35	6,212	0,05
Емоционалност	0,64	0,48	0,56	0,49		
Препоръки	0,16	0,48	0,56	0,49	4,850	0,05
Други	0,14	0,35	0,14	0,35		

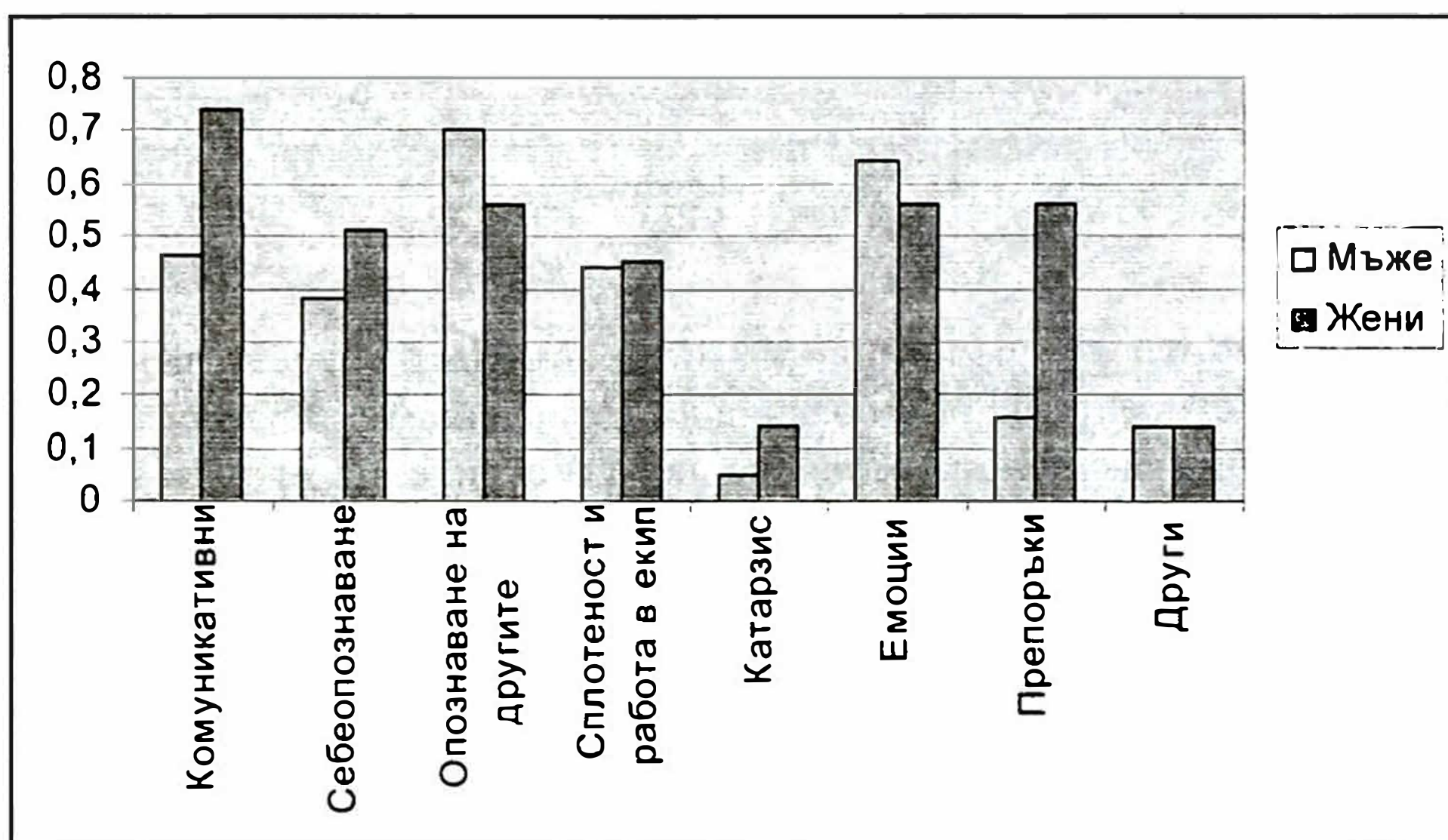
От тези данни ясно се вижда, че жените смятат, че СПТ е въздействал положително върху развитието на повече от изследваните показатели. По отношение на „сплотеността и на работата в еип“ и на показателя за други умения и ефекти те имат еднакви стойности с мъжете. Последните се различават статистически значимо от жените по показателя „опознаване на другите“ ($F=7,056$, $p<0,01$), като техните средни стойности единствено тук са по-високи от тези на жените. Прави впечатление, че мъжете оценяват по-високо от жените и изразяването на емоции по време на тренинга, но тук различията не са статистически значими. Така може да се смята, че мъжете са „попестеливи“ и съдържани в перцепциите си за уменията и ефектите от тренинга, а и вероятно възприемат, че притежават в достатъчна сте-

Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

пен комуникативни умения и познават добре себе си. Ползата за тях явно е създаване и на ориентация към другите, и стремеж за по-доброто им опознаване и разбиране. Коментираните резултати са показани на графика 4.

Графика 4

РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ СПОРЕД ТЕХНИЯ ПОЛ



КОЛИЧЕСТВЕН АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ФАКТОРА „ОБРАЗОВАТЕЛНА СТЕПЕН“

Интерес представляват резултатите от самоотчетите на изследваните студенти в зависимост от образователната степен (бакалавър или магистър), за която се подготвят. От таблица 2 се вижда, че в количествено отношение двете извадки са приблизително равни. Бакалаврите и магистрите са приблизително еднакво представени, като все пак бакалаврите имат слаб превес и представляват 55%.

Таблица 5

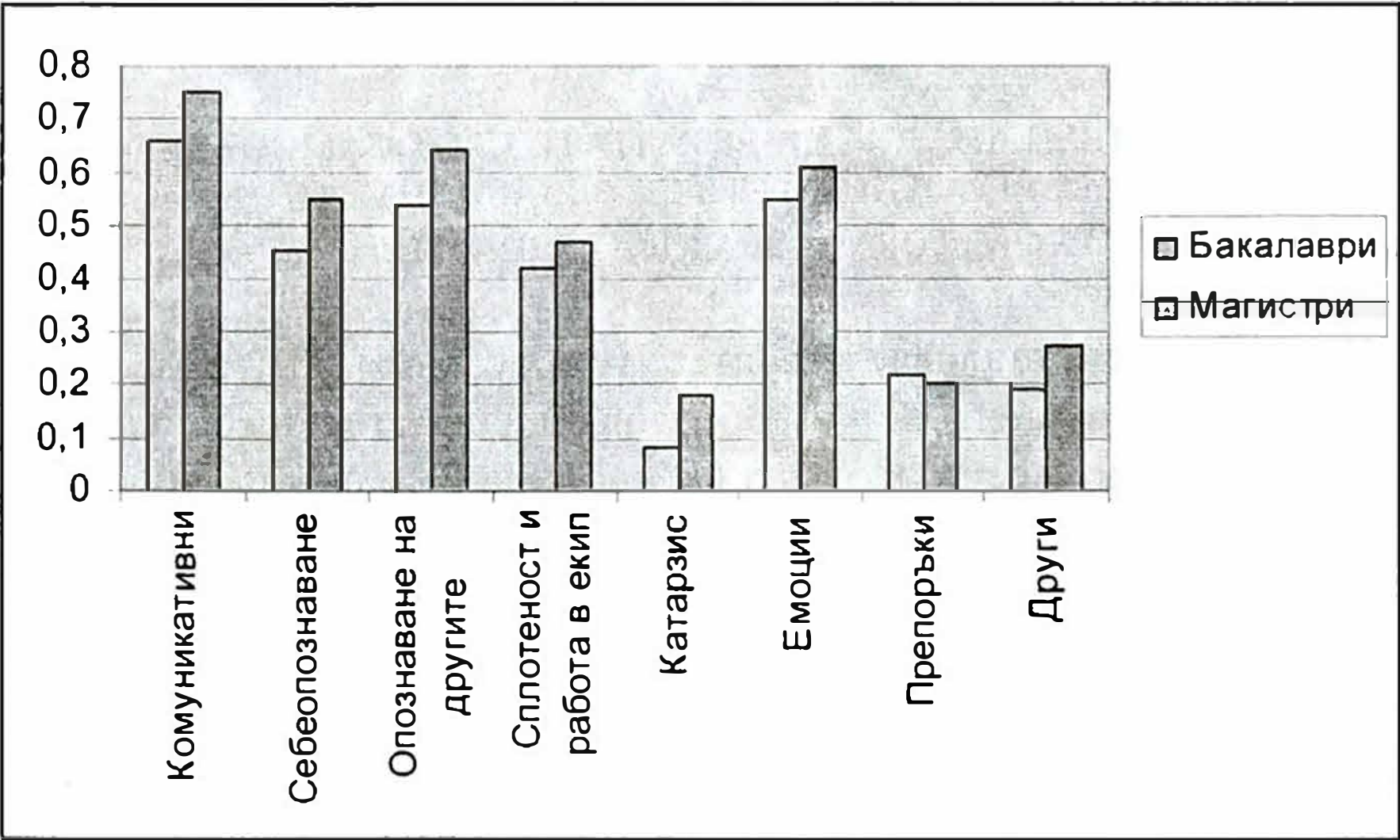
ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПЕРЦЕПЦИЯТА НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ СПТ СПОРЕД СТЕПЕНТА НА ОБРАЗОВАНИЕ НА ИЗСЛЕДВАНИТЕ СТУДЕНТИ

Резултати от СПТ	Бакалаври		Магистри	
	Не	Да	Не	Да
Комуникативни умения	34,2	65,8	25,3	74,7
Себепознаване	55,4	44,6	45,0	55,0
Опознаване на другите	46,1	53,9	36,3	63,7
Сплотеност и работа в екип	57,7	42,3	52,7	47,3
Катарзис	91,3	8,7	82,1	17,9
Емоции	44,6	55,4	39,5	60,5
Препоръки	78,0	22,0	79,7	20,3
Други умения	80,9	19,1	72,6	27,4

Процентното разпределение на възприемането за резултатите от СПТ според степента на образование на изследваните лица показва, че ефектът от интерактивното обучение на магистрите е по-голям по всеки от изследваните показатели. Това се илюстрира добре на графика 5.

Графика 5

РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ СПОРЕД СТЕПЕНТА НА ОБРАЗОВАНИЕ НА ИЗСЛЕДВАНИТЕ СТУДЕНТИ



Резултати от провеждането на социалнопсихологически тренинг...

Данните на таблица 6, получени в резултат на направения еднофакторен дисперсионен анализ (ANOVA), недвусмислено показват, че получените резултати на магистрите са по-добри и разликите са статистически значими. Това потвърждава направения по-горе извод, че ефектът от интерактивното обучение на магистрите е по-голям. Необходимо е да се отбележи, че разликите относно „катарзис“ ($F=11,805$, $p<0,001$) и „себеопознаване“ ($F=6,690$, $p<0,01$) са статистически силно изразени.

Таблица 6

РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ СПОРЕД ОБРАЗОВАТЕЛНАТА СТЕПЕН, ЗА КОЯТО СЕ ПОДГОТВЯТ СТУДЕНТИТЕ (ЕДНОФАКТОРЕН ДИСПЕРСИОНЕН АНАЛИЗ ANOVA)

Резултати от СПТ	Бакалаври		Магистри		F	p
	x	sd	X	sd		
Комуникативни умения	0,66	0,47	0,75	0,43	5,904	0,05
Себеопознаване	0,45	0,50	0,55	0,50	6,690	0,01
Опознаване на другите	0,54	0,50	0,64	0,48	6,144	0,05
Сплотеност и работа в екип	0,42	0,50	0,47	0,49		
Катарзис	0,08	0,28	0,18	0,38	11,805	0,001
Емоционалност	0,55	0,50	0,61	0,49		
Препоръки	0,22	0,41	0,20	0,40		
Други	0,19	0,39	0,27	0,45	6,051	0,05

В резултат на дисперсионния анализ бяха установени статистически значими различия и според степента на образование. Те се наблюдават по отношение на „комуникативните умения“ ($F=5,904$, $p<0,05$), „себеопознаването“ ($F=6,690$, $p<0,01$), „опознаването на другите“ ($F=6,144$, $p<0,05$), „катарзиса“ ($F=11,805$, $p<0,001$) и показателя за други умения и ефекти ($F=6,051$, $p<0,05$). Магистрите имат по-високи стойности по всички от тези умения. Това се обяснява с факта, че магистрите са с по-висока квалификация от бакалаврите, мотивацията им за учене е по-голяма и интересите им към помагащите професии са относително по-трайни и по-силно изразени. Тези резултати в значителна степен са повлияни от по-високата им социална и емоционална зрелост, както и от желанието им да се усъвършенстват в професионално отношение. Те вероятно изхождат от гледна точка на практиката и на необходимостта

да приложат такива умения и да постигнат такива резултати от тренинга, които да им бъдат полезни за личното и кариерното им развитие. За разлика от тях бакалаврите в по-слаба степен отчитат придобиването на междуличностни умения, както и на лична компетентност, свързана с опознаване на другите и на себе си.

КОЛИЧЕСТВЕН АНАЛИЗ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ В ЗАВИСИМОСТ ОТ ФАКТОРА „ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ“

Третият показател, относно който се извършва количествена обработка, е формата на провеждане на СПТ. За да се установи как студентите възприемат и оценяват резултатите от участието си в СПТ в зависимост от формата на неговото провеждане – „блоково“ или „седмично“, бе направено процентно разпределение на получените резултати и за установяване на наличието или липсата на статистически значими различия на получените данни, бе направен еднофакторен дисперсионен анализ (ANOVA). Блокова форма на провеждане означава, че занятията на студентите се провеждат за три, четири или пет дни по 8 или 10 часа на ден в зависимост от техния учебен план. Седмичната форма предполага занятията да се провеждат всяка седмица по 3 или 4 учебни часа.

Изложените данни на таблица 2 показват, че два пъти повече студенти са се обучавали „блоково“, т.е. две трети от извадката (66,6%). По този показател категорично е изразено, че блоковата форма на провеждане на СПТ дава по-добри резултати в сравнение със седмичната. Това предоставя възможност да се заключи, че провеждането на тренинга се приближава по форма до традиционно установените подходи за СПТ, които включват интензивно преживяване и собствен опит в група и служи като основание да се твърди, че тренингът на студенти отговаря на същите критерии и изисквания, както тренингите, провеждани в групи от непознати или в постоянни работни групи. Участието на една трета от студентите в седмична форма, която е продиктувана от семестриалната натовареност и разпределението на часовете при организация на учебния процес, предоставя условие да се направи сравнение на ефективността на двете форми на провеждане на тренинга и съответно да се изтъкнат предимствата и недостатъците на всяка от тях.

Таблица 7

**ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ПЕРЦЕПЦИЯТА НА РЕЗУЛТАТИТЕ
ОТ СПТ СПОРЕД ФОРМАТА НА ПРОВЕЖДАНЕТО МУ**

Резултати от СПТ	Блокова		Седмична	
	Не	Да	Не	Да
Комуникативни умения	26,1	73,9	38,3	61,7
Себеопознаване	47,6	52,4	56,9	43,1
Опознаване на другите	37,2	62,8	50,7	49,3
Сплотеност и работа в екип	53,2	46,8	59,8	40,2
Катарзис	85,3	14,7	90,9	9,1
Емоционалност	43,9	56,1	39,2	60,8
Препоръки	77,7	22,3	80,9	19,1
Други умения	75,5	24,5	80,4	19,6

На таблица 7 е представено процентното разпределение на отговорите на студентите според техните самоотчети за получените резултати вследствие на участието им в СПТ. От нея се вижда, че блоковата форма на обучение е най-резултатна по отношение на комуникативните компетенции и компетентности. В 73,9% от получените самоотчети от студентите се твърди, че тренингът е допринесъл за усъвършенстване на комуникативните им умения. Докато 61,7% от студентите, участвали в седмична форма на обучение, смятат, че са усъвършенствали комуникативните си умения. От посочената таблица се вижда, че повисоки резултати се посочват в самоотчетите на студентите по всички показатели с изключение на „емоционалността“. Вероятно при блоковото обучение умората надделява и става пречка за проявите на емоционалността на участниците в СПТ.

Резултатите от еднофакторатния дисперсионен анализ (ANOVA) доказват наличието на статистически значими различия, които се обуславят от формата на провеждане на СПТ. Те се отнасят за: „комуникативните умения“ ($F=9,855, p<0,01$); „себеопознаването“ ($F=4,879, p<0,05$); „опознаването на другите“ ($F=10,656, p<0,001$) и „катарзиса“ ($F=3,882, p<0,05$). Студентите в блокова форма имат повисоки стойности по всяка от тези групи умения (таблица 8; графика 6). Тези данни по очевиден начин доказват, че блоковото провеждане на тренинга има предимства, тъй като осигурява последователност и непрекъснатост и дава възможност за интензивност на преживяваната и опита.

Таблица 8

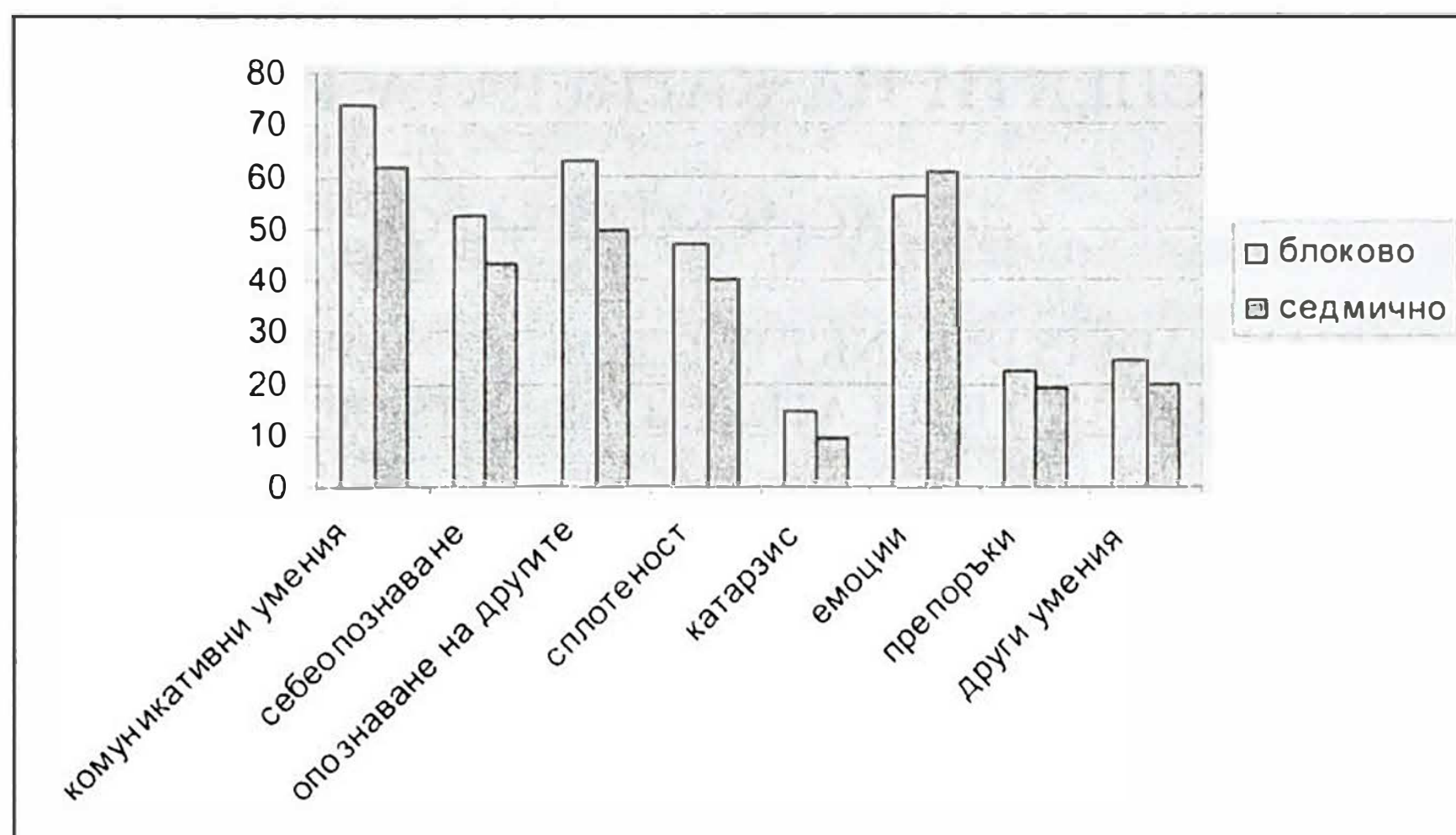
РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ НА УЧАСТНИЦИТЕ В
СПТ СПОРЕД ФОРМАТА НА ПРОВЕЖДАНЕТО МУ
(ЕДНОФАКТОРЕН ДИСПЕРСИОНЕН АНАЛИЗ ANOVA)

Резултати от СПТ	Блокова		Седмична		F	p
	x	sd	X	sd		
Комуникативни	0,74	0,44	0,62	0,49	9,855	0,01
Себеопознаване	0,52	0,50	0,43	0,49	4,879	0,05
Опознаване на другите	0,63	0,48	0,49	0,50	10,656	0,001
Сплотеност и работа в екип	0,46	0,50	0,40	0,49		
Катарзис	0,15	0,35	0,09	0,28	3,882	0,05
Емоционалност	0,56	0,50	0,61	0,49		
Препоръки	0,22	0,42	0,19	0,40		
Други	0,24	0,43	0,19	0,40		

Интересен е фактът, че относно „сплотеността и работата в екип“ и „емоционалността“ няма различия по пол, форма на обучение и образователна степен. Може би сплотеността и работата в екип не е цел на тренинга, а и не представлява на този етап интерес за студентите, а подходящото изразяване на емоциите изисква повече сензитивност и осъзнатост, съдържа известна дефанзивност и адекватни самооценъчни процеси. Друго възможно обяснение е, че в групите взаимоотношенията удовлетворяват в емоционално отношение достатъчно добре всички и въздействието на СПТ относително е останало без последиствие в това отношение.

Гафика 6

РАЗЛИЧИЯ В РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ САМООТЧЕТИТЕ
НА УЧАСТНИЦИТЕ В СПТ СПОРЕД ФОРМАТА НА ПРОВЕЖДАНЕТО МУ



В заключение: открояват се следните изводи: 1. Провеждането на СПТ на студенти от помагащите професии оказва най-силно влияние върху развитието на комуникативните им умения, емоционалното им изразяване, себепознаването и опознаването на другите. 2. Процентното разпределение и еднофакторният дисперсионен анализ (ANOVA) на получените резултати от количественото изследване показват, че факторите „пол“, „образователна степен“ и „форма на провеждане на обучението“ оказват съществено влияние на ефективността на СПТ на студенти от помагащите професии. 3. Очертава се тенденцията, че ефектите от СПТ са по-съществени за жените, магистрите и студентите, който се обучават блоково.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бьодикер, М., В. Ланге. Форми на груподинамичен тренинг. София. 2002.
2. Иванов, С. Основи на професионално-педагогическото общуване. Шумен. 2007.
3. Иванов, С. Теория и практика на социалнопсихологическия тренинг на студенти от помагащите професии (Развитие, методика, резултати): Автореферат на дисертация за присъждане на научната степен „доктор на педагогическите науки“ по научната специалност Теория на възпитанието и дидактика с шифър 05.07.01. София. 2010.
4. Иванов, С., М. Иванов Социално-психологически тренинг при подготовката на бъдещите учители. Сп. Педагогика, №2. 1991.
5. Корн, Д. Теория и практика групового консултирования. Москва. 2003.
6. Петровская, Л. А. Компетентность в общении. Москва. 1989.
7. Ялом, И. Теория и практика групповой психотерапии. Санкт-Петербург. 2000.
8. Rogers, C. Encounter Groups. New York. 1970.
9. Rogers, C. Client-Centered Therapy. London. 1995.
10. Thomas, K., R. Kilmann. Thomas-Kilmann conflict mode instrument. Xicon, N.Y. 1974.