

Мох Юлія Андріївна

Кандидат педагогічних наук

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Радченко Олена Іванівна

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Сергіна Світлана Володимирівна

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

ТРЕНІНГ ЯК ІНТЕРАКТИВНИЙ МЕТОД НАВЧАННЯ І ВИХОВАННЯ

Тренінг – це організаційна інтерактивна форма навчально-виховного процесу, яка спирається на знання і досвід її учасників; запланований процес, призначений поповнити навички та знання учасників і перевірити їхнє ставлення, ідеї, поведінку з метою зміни й оновлення. Тренінгові заняття спрямовані на отримання сформованості навичок і підвищення життєвої компетентності учасників.

У 19 столітті тренінг використовували в медицині як методику проведення психотерапевтичної діяльності. Але вже на початку 20 століття він поширюється в професійній освіті як форма навчання та в практичній психології як ефективна технологія розвитку особистості. Особливо активно тренінгові методики використовуються у випадках, коли процес навчання спрямований саме на формування життєвих і професійних навичок і компетенцій, а не на накопичення наукової інформації.

Суттєвою перевагою тренінгу є те, що він створює безпечну обстановку і дає можливість вчитися без хвилювання стосовно неприємних наслідків, які можуть виникнути у випадку прийняття неправильного рішення.

Залежно від мети та завдань тренінг можна поділити на:

- соціально-психологічний тренінг – спрямований на розвиток комунікативних здібностей і міжособистісних взаємин;
- тренінг особистісного зростання – зорієнтований на самовдосконалення;

- тематичний тренінг – спрямований на розгляд конкретної теми, зміст якої треба засвоїти, і набуття наступних умінь і навичок: комунікативних, навичок прийняття рішень та навичок зміни стратегії поведінки;

- психокорекційний тренінг – метою якого є корекція психічних процесів, тренування певних якостей і здібностей особистості;

- психотерапевтичний тренінг – застосовується для виправлення хворобливих відхилень особистісного розвитку;

- психофізіологічний тренінг – направлений на формування знань і вмінь м'язової релаксації, самонавіювання, концентрації уваги й уваги, вміння контролювати мимовільну розумову активність з метою досягнення оптимальних результатів у певній сфері діяльності.

Крім того, останнім часом широко використовується тренінги “життєвих компетенцій”, які з’явилися в 60-ті роки та ґрунтуються на ідеях гуманістичної психології К. Роджерса.

Під час тренінгового заняття найчастіше використовують методи групової дискусії, міні-лекції, ігрові методи (ситуаційно-рольові, дидактичні, творчі, організаційно-діяльні, імітаційні, ділові) та ін.

Тренінг складається з вступної, основної та заключної частин. Співвідношення за обсягом між ними у кожному випадку може бути різним. Це залежить від мети тренінгу, виду цільової групи та рівня підготовленості групи.

Для результативності й ефективності тренінгу необхідно не тільки створити атмосферу відкритості та доброзичливості, а й спробувати досягти обстановки дружнього співробітництва за обов’язкової умови свідомого виконання учасниками певних правил, а також закладати навички спілкування, обговорення проблеми, участі у спільному відпрацюванні рішень, бути здатним дивитися на ситуацію з погляду іншої людини.

Активна співпраця між членами групи та тренером допомагає засвоїти необхідний матеріал. Учасники тренінгу за декілька днів мають змогу не тільки засвоїти нову інформацію, а й навчаються її використовувати.

Отже, тренінг – це форма інтерактивного навчання, метою якого є розвиток компетентності міжособистісної і професійної поведінки у спілкуванні.