

ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ, ՄԱՆԿԱԿԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՀՈԳԵՔԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

**ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԹՐԵՆԻՆԳԻ ԿԻՐԱՄԱՆ  
ԱՌԱՆՋՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ  
ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ՈԼՈՐՏՈՒՄ\***

**Արմինե Ալոյան**

Ուսուցման ժամանակակից, իննուվացիոն ձևերի կիրառումը՝ սկսած նախադպրոցական կրթական համակարգից մինչև բուհական և նասնագիտական կրթություն, ժամանակի պահանջ է: Այս կոնտեքստում առաջարկում ենք կրթության ոլորտում կիրառել հոգեբանական թրենինգները: Ուսուցման այս ձևի հանդեպ հետաքրքրությունը վերջին տարիներին գնալով մեծանում է: Ուսուցման սովորական տեսակների՝ դասախոսությունների, քննարկումների, գործնական պարապմունքների կողքին հոգեբանները բացահայտել են մի նոր աշխարհ: Խմբում հոգեբանական թրենինգների կիրառմանն անդրադառնալով՝ Տ. Լ. Բուկան և Մ. Լ. Միտրոֆանովան համարում են, որ հոգեբանական թրենինգները դարձել են հետաքրքիր մի արկած հոգու և մտքի համար՝ զբաղեցնելով իրենց արժանի տեղը ուսուցման ակտիվ ձևերի շարքում [1]: Հոգեբանական թրենինգի արդյունավետությունը կայանում է նրանում, որ ուսուցման այս իննուվացիոն մեթոդի հիմքում ընկած է խմբային հոգեբանական աշխատանքը: Հանդիսանալով ակտիվ խմբային հոգեբանական մեթոդ՝ հոգեբանական թրենինգը ծագեց և զարգացավ խմբային մեթոդների զարգացման ճանապարհին: Հենց խմբային մեթոդների հանդեպ հետաքրքրության աճի պայմաններում էլ մինչ այդ կատարված աշխատանքների ու արձանագրված ձեռքբերումների հիման վրա, Մ. Ֆորվերգի ղեկավարությամբ մշակվեց մի մեթոդ, որն անվանեց սոցիալ-հոգեբանական թրենինգ: Թրենինգի միջոցներ են հանդիսացել դերային խաղերը դրամատիզացիայի տարրերով, որոնք պայմաններ են ստեղծում արդյունավետ հաղորդակցական ունակությունների ձևավորման համար: Մ. Ֆորվերգի կողմից մշակված գործնական ոլորտը հանդիսացավ արդյունաբերական արտադրության ղեկավարների, սոցիալ-հոգեբանական պատրաստումը:

Այսօր այդ մեթոդն ակտիվորեն օգտագործվում է տարբեր ոլորտներում՝ հատկապես սոցիալական հոգեբանության հետ սահմանակից բնագավառներում, օրինակ, խմբային հոգեթերապիայում [2] և օտար լեզուների ինտենսիվ ուսուցման ժամանակ: Բացի այդ՝ այս մեթոդի արդյունավետությունն ապացուցվել է նաև ընտանեկան հարաբերությունների շտկման, դեռահասների ադապտացիայի հարցում:

Լ. Ա. Պետրովսկայան, համարում է, որ հոգեբանական թրենինգները /վարժանքները/, մասնավորապես սոցիալ հոգեբանական վարժանքները, իրենց մեջ ներառելով բնական և լաբորատոր գիտափորձի տարրեր հանդիսանում են հոգեբանական ազդեցության արդյունավետ միջոցներ, որոնք թույլ են տալիս լուծել խնդիրների լայն շրջանակներ, այդ թվում նաև շփման մեջ կոմպիտենտայնության ոլորտում, քանի որ շփվել կարելի է սովորել միայն շփվելով [3]:

\* Հոդվածն ընդունվել է 16.03.2015:  
Հոդվածը տպագրության է երաշխավորել ԱրՊՀ մանկավարժության և հոգեբանության ամբիոնը:

Թրենինգների՝ որպես հոգեբանական ազդեցության արդյունավետ միջոցի հանդեպ հետաքրքրության մեծացումն հանգեցրեց նրան, որ այսօր այս մեթոդն ունի տարբեր տեսակներ, որոնք իրարից տարբերվում են թե կիրառման առանձնահատկություններով, թե ազդեցության օբյեկտով և այլն: Այդ տարբերություններն արտացոլվում են նաև թրենինգի բնութագրություններում: Լ. Ա. Պետրովսկայան իր աշխատություններում սոցիալ-հոգեբանական թրենինգը դիտարկում է որպես միջանձնային հարաբերություններում գիտելիքների, սոցիալական դիրքորոշումների, կարողությունների զարգացմանն ուղղված ազդեցության միջոց:

Սեյ այլ բնորոշման մեջ, որն առաջարկել է Գ. Ա. Կովալյովը, սոցիալ-հոգեբանական թրենինգը ներկայացվում է որպես սոցիալական ուսուցման կոմպլեքսային դիդակտիկ ուղղության ակտիվ մեթոդ: Մասնավորապես Դ. Պարիզինի կողմից սոցիալ-հոգեբանական թրենինգը դիտարկվում է որպես խմբային խորհրդատվության, կենսական գիտելիքների ձեռք բերման և հասարակական կյանքի՝ սկսած մասնագիտական ունակություններից մինչև սոցիալական դերեր, ես-կոնցեպցիայի ու ինքնագնահատականի շտկման, ունակությունների ձևավորման մեթոդ:

Սոցիալ-հոգեբանական թրենինգն ընկալվում է նաև որպես մարդու, խմբի, կազմակերպության հոգեբանական ֆենոմենի նպատակային փոփոխության բազմաֆունկցիոնալ մեթոդ:

Յու. Ն. Եմիլյանովի կողմից առաջ է քաշվում նաև այն համոզմունքը, որ սոցիալ-հոգեբանական թրենինգի, որպես ուսուցման հոգեբանական մեթոդի, ընթացքում ձևավորվում է անձի հաղորդակցական կոմպիտենտայնությունը: Այն տալիս է յուրատիպ սոցիալական փորձ, որը թույլ է տալիս անձին կարճատև ժամանակահատվածում ձեռք բերել առավել կատարյալ սոցիալ-հոգեբանական բովանդակություն [4]:

Վերոնյայ բնորոշումների միջև զուգահեռներ անցկացնելով՝ կարող ենք ընդհանրացնել, որ հոգեբանական թրենինգները նպատակ ունեն ուսուցանելու, զարգացնելու, սովորեցնելու: Մի նպատակ, որը դրված է յուրաքանչյուր կրթական հաստատության և, առաջին հերթին, դպրոցների առջև: Հանգամանք, որը թույլ է տալիս փաստելու, որ թրենինգը՝ որպես մեթոդ, կարող է իր արժանի տեղը զբաղեցնել նաև մանկավարժական հոգեբանության մեթոդալոգիայում և կիրառվել նաև հանրակրթության ոլորտում: Դիտարկելով, մասնավորապես, սոցիալ հոգեբանական թրենինգները որպես գործընթաց իս. Միկկինը առանձնացնում է դրանց երեք հարաբերական ինքնուրույն ենթագործընթացներ, որոնցից յուրաքանչյուրն ունի իր դետերմինանտները, ազդեցության միջոցները: Ըստ հեղինակի՝ այդ ենթագործընթացներն են՝ ուսումնական գործընթացը, խմբային դինամիկան և անձի զարգացումը: Ընդ որում, իս. Միկկինը դրանցից առաջնային է համարում ուսուցման գործընթացը, իսկ մյուս երկուսը դիտարկում է որպես լրացուցիչ [5]:

Սակայն թրենինգը՝ որպես ուսուցման մեթոդ դիտարկելու պարագայում կարևոր է անդրադառնալ ինքնին հասկացությանը և այն առանձնացնել նրան մոտ այնպիսի հասկացություններից, ինչպիսիք են՝ սովորեցումը, կրթությունը և զարգացումը: Այս հարցին անդրադարձել են Ռ. Բակլին և Ջ. Կեյսլը: Նրանք առաջադրում են հետևյալ բնորոշումները.

**Թրենինգն /training/ իրենից ներկայացնում է ծրագրավորված և սիստեմատիկ ջանքերի ընդհանրություն, որոնք ուղղված են սովորեցման միջոցներով մարդու գիտելիքների, ունակությունների և դիրքորոշումների զարգացման մոդիֆիկացմանը՝ այս կամ այն գործունեության տեսակի արդյունավետ կատարման նպատակով: Գործնական իրադրությունում թրենինգն ուղղված է նրան, որ մարդուն հնարավորություն տրվի**

ծեռք բերել գիտելիքներ և ունակություններ, որոնք անհրաժեշտ են կոնկրետ խնդրի կամ աշխատանքի ադեկվատ կատարելու համար:

**Սովորեցում/learning/** առավելապես գիտելիքների, կարողությունների և ունակությունների ձեռք բերման գործընթաց է՝ փորձի փոխանակման, հետազոտությունների միջոցով:

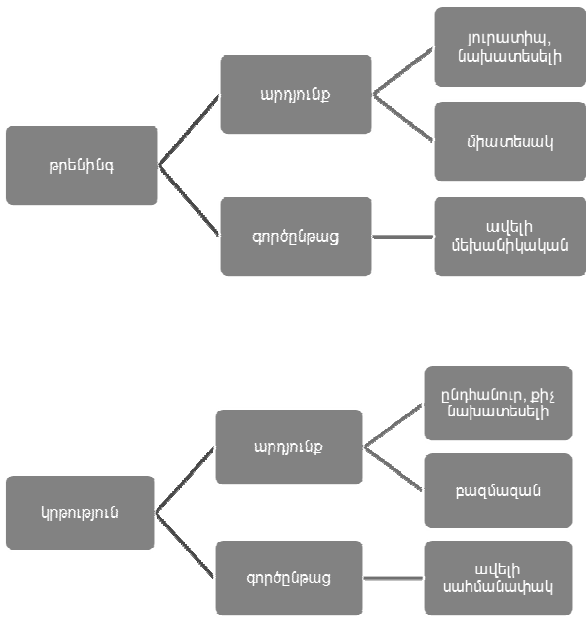
**Կրթությունը/education/** գործունեության նեղ սահմաններից դուրս եկող համակարգված գիտելիքների, կարողությունների, արժեքների և պատկերացումների յուրացման և մշակման համակարգ է, որը թույլ է տալիս լուծել խնդիրների առավել լայն սահմաններ:

**Ձարգացումը /development/** բնորոշվում է որպես գիտակցված կամ չգիտակցված ուսուցման միջոցով մարդու կարողությունների և ընդունակությունների ընդարձակում և աճ [6]:

**Glossary of Training Terms /1978/-ի** մեջ «թրենինգ» տերմինին տրվում է այնպիսի բացատրություն, ըստ որի՝ «սովորեցման միջոցով» բառակապակցությունը մատնացույց է անում թրենինգի և ուսուցման միջև կոնկրետ սահմանի բացակայությանը և շեշտվում է այդ երկու հասկացությունների միավորման անհրաժեշտությունը: Հատկապես, եթե հաշվի առնենք, որ վարժեցումը և ուսուցումը սուղ փոխկապակցված են: Գիտելիքներ, կարողություններ և դիրքորոշումներ ձեռք բերելու մարդու ընդունակությունը թրենինգի գործընթացում կարող է ուղղակիորեն կամ կողմնակի կերպով կախված լինել նրա նախկին ուսուցման որակից, կրթվածության մակարդակից և ունակություններից: Առավել ևս, խոսելով թրենինգի և ուսուցման մասին, չի կարելի երկրորդական պլան մղել կամ էլ չգնահատել սովորման և զարգացման ևս մեկ բաղադրիչ, իսկ ավելի կոնկրետ, գործնական փորձը: Կազմակերպչական թրենինգի և ուսուցման համար անհրաժեշտ պայման է այդ տարրը: Դեռևս ոչ հեռու անցյալում պլանավորված փորձին հաճախ երկրորդական դեր էին վերագրում: Ներկա ժամանակներում առավել լայն տարածում է գտել այսպես կոչված «սովորեցումը գործողության մեջ» հասկացությունը, որը բացատրվում է որպես կազմակերպման, իրական խնդիրների լուծման փորձի միջոցով սովորեցում: Այլ կերպ ասած, եթե, օրինակ, կրթական հաստատությունում ուսուցիչը միայն խոսքով է բացատրում սովորողին, ասենք, որևէ վարքագծի դրական և բացասական կողմերը, հնարավոր հետևանքները, ապա գործողության մեջ սովորեցումը թույլ է տալիս յուրացնել տվյալ գիտելիքը ոչ թե վերացարկված, այլ կոնկրետ գործողությունների միջոցով, այնպիսի հնարավոր իրադրության ժամանակ, որում կարող է հայտնվել սովորողն իրական կյանքում:

Եթե խոսենք յուրատիպության մասին, ապա վարժեցումը /թրենինգը/, սովորաբար ենթադրում է կոնկրետ աշխատանք կատարելու համար անհրաժեշտ վարքային ունակությունների, փաստերի, տեսակետների և այլնի մշակում ու յուրացում: Վարժեցման օբյեկտ է հանդիսանում գործունեության կոնկրետ ձևը, այլ ոչ թե մարդը: Իսկ ուսուցումն առավել ուղղված է մարդու վրա և ենթադրում է առավել լայն փոփոխություններ՝ ուսուցման նպատակներին կոնկրետ բնորոշումներ տալն առավել դժվար է: Վարժեցումը հակադրելով ուսուցմանը Գլեյզերը /Glaser/ 1962/ գրում է. «... այն դեպքերում, երբ սովորեցման վերջնական արդյունքը կարող է դասակարգվել աշակերտի ցանկալի վարքի կոնկրետ օրինակներով, հնարավոր է մշակել նման վարքի ձևավորմանը կամ մարզմանն ուղղված պրոցեդուրաներ: Իսկ եթե խոսքը վերաբերում է նրան, որ մարդուն տրվի կոմպլեքսային կարողություն, որը դժվար է բաժանել առանձին բաղադրիչների և ցուցադրել կատարման կոնկրետ օրինակներով, ապա անհրաժեշտ է առավել լայն ուսուցում, որի ժամանակ աշակերտներին զինում են իրավիճակին համապա-

տասխան ընդհանուր մոտեցումներով՝ հուսալով, որ նրանք դրանք կօգտագործեն նման կամ ուրիշ իրավիճակներում»։ Թրենինգի և կրթության միջև տարբերությունները Գլեյզերը վեր է լուծում նաև անհատական տարբերությունների միևնույնիզացման և մաքսիմիլիզացման տեսանկյունից։ Նա համարում է, որ թրենինգը որպես ուսուցում, վարքի նեղ յուրատիպ ձև, ենթադրում է գոյություն ունեցող անհատական տարբերությունների սահմանների միատիպության որոշակի աստիճան։ Կրթությունն, ընդհակառակը, ենթադրում է աշակերտի անհատականության խորախուսում՝ ուսուցումը կազմակերպվում է այնպես, որ արդյունքում յուրաքանչյուր աշակերտ մշակում է այս կամ այն գործունեության սեփական միջոցները։ Թրենինգը և կրթությունը /գարգացման հետ միասին/ կարելի է նաև համեմատել գործընթացի տեսանկյունից։ Վարժեցումն իր ծայրահեղ ձևերով բավականին մեխանիկացված գործընթաց է, որն ուղղված է վարքի միատեսակ և գույակելի սխեմաների մշակմանը՝ ձեռք բերվող կարողությունների բազմաթիվ կրկնությունների և մարզումների միջոցներով։ Իսկ կրթությունն առավել բնական գործընթաց է, որը մարդու մեջ առաջացնում է ավելի քիչ նախատեսելի փոփոխություններ /Նույն տեղում, էջ 17-18/։ Վերոհիշյալ տարբերություններն ունեն հետևյալ սխեմատիկ տեսքը / գործընթացի և արդյունքի տեսանկյունից/



Ավանդական ուսուցման ձևերից սոցիալ-հոգեբանական թրենինգի տարբերակիչ հիմնական գծերից է հիմնարար սկզբունքների առկայությունը, որոնց պետք է հետևի հոգեբանը։ Դրանց կիրառման հերթականությունը սոցիալ-հոգեբանական թրենինգների անցկացման ժամանակ ապահովում է որակական տարբերություններ ուսուցման այնպիսի ավանդական միջոցներից, ինչպիսիք են, օրինակ դասախոսությունները, գործնական պարապմունքները, գրականության ընթերցումը։

Ուսուցումն ընդունված է դիտարկել որպես յուրացման գործընթաց։ Թրենինգների ընթացքում ևս կատարվում է գիտելիքների, հմտությունների, կարողությունների յուրացում։ Ի տարբերություն ավանդական ուսուցման ձևերի՝ թրենինգում յուրացումը կա-

տարվում է իմիտացիաների միջոցով: Վարժեցման և ուսուցման կապը կարելի է տեսնել նաև այս ասպեկտում, եթե, հատկապես, մեջբերենք Վ. Յա. Լյաուդիսի հոգեբանամանկավարժական գործունեության կոնկրետ հարցերի, օրինակ, աշակերտ-ուսուցիչ կապի վերաբերյալ մոտեցումը, որի համաձայն՝ կրթության ավանդական համակարգում յուրացման գործընթացի կազմակերպումն օրինականացրել է առավելապես ուսումնական փոխազդեցության մեկ առաջատար ձև: Դա այնպիսի փոխազդեցություն է, որտեղ կտրուկ բաժանված ու բևեռացված են աշակերտի և ուսուցչի դիրքերը: Աշակերտի ակտիվությունը բխում է ուսուցչի գործողություններից: Իմիտացիայի տիպով ուսումնական փոխազդեցությունն առաջացնում է փորձի յուրացման համապատասխան ձև՝ առավել ռեպրոդուկտիվ, ինչը բնութագրական է ուսուցման բոլոր փուլերի համար՝ սկզբից մինչև վերջ [7]:

Լ. Ա. Պետրովսկայան նշում է, որ «ինչ սովորեցնել» և «ինչպես սովորեցնել» հարցերին տրվող պատասխանների տեսանկյունից թրենինգը տարբերվում է ուսուցման խնդրի ավանդական մոտեցումներից[8]: Բայց դա չի նշանակում, որ թրենինգը՝ կրելով որոշակի տարբերակիչ որակներ, որպես ուսուցման մեթոդ տեղ չունի կրթական հաստատություններում: Ընդհակառակը, վերջինիս կիրառումը թույլ կտա գործնականորեն ամրապնդել արդեն իսկ յուրացրած տեսական գիտելիքները, կարողությունները և ունակությունները: Հնարավոր է նաև, որ թրենինգի կիրառումը նպատակ ունենա ստեղծելու համապատասխան դաշտ սովորեցման, ու դաստիարակման գործընթացն ավելի նպատակային կազմակերպվի: Խոսելով կրթական ոլորտում թրենինգի կազմակերպման հնարավորությունների մասին՝ անհրաժեշտ է նշել, որ պետք է ճիշտ ընտրվի վարժեցման տեսակը, քանի որ թրենինգները տարբերվում են ըստ կիրառման նպատակների, ըստ կառուցվածքայնության, ըստ թրենինգային խմբի մասնակիցների թվի և այլն: Եթե կրթական միջավայրում նպատակ ունենք կիրառել վարժեցումը սովորողների հոգեշտկման համար, ապա պետք է ընտրենք հոգեշտկողական թրենինգներ: Ավագ դպրոցում թրենինգների կիրառումը կարող է ծառայեցվել աշակերտների կողմից սեփական հնարավորությունների բացահայտմանը, ինքնագիտակցության բարձրացմանը և այդ ճանապարհով ճիշտ մասնագիտական կողմնորոշվածության հասնելուն: Իսկ, օրինակ, ներառական կրթության պարագայում, որտեղ կարևորվում է մտավոր և ֆիզիկական խնդիրներ ունեցող երեխաների ինտեգրումը հասարակությանը, նպատակային է կիրառել հաղորդակցման և շփման կոմպիտենտայնության բարձրացմանը ուղղված թրենինգներ: Հաճախ աշակերտների ուսումնական առաջադիմության ցածր մակարդակը պայմանավորված է լինում նրանց ցածր ինքնագնահատականի, անվստահության, ինքնամոլորության, ներուժի սխալ ուղղվածության և հոգեբանական, անձնային մակարդակում նման այլ խնդիրների առակայությամբ: Նման պարագայում թրենինգային աշխատանքները կարող են առավել քան արդյունավետ լինել:

Բացի այդ թրենինգը կարող է նպատակային լինել ոչ միայն սովորողների, այլ նաև սովորեցնողների, օրինակ, ուսուցիչների հետ տարվող աշխատանքներում: Եվ այս դեպքում կարող են կիրառվել մասնագիտական ունակությունների զարգացմանն ուղղված վարժեցումներ:

Նման ճանապարհով սոցիալ-հոգեբանական թրենինգը, տարածված լինելով որպես սոցիալական հոգեբանության մեթոդ, կարող է իր տեղը զբաղեցնել նաև մանկավարժական հոգեբանության մեթոդաբանության և հանդիսանալ նոր խոսք հոգեբանական գիտության այս ճյուղում:

**ԾԱՆՈԹԱԳՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ**

1. Бука Т.Л., Митрофанова М. Л. Психологический тренинг в группе. Учебное пособие. М., 2005, стр. 4
2. Исурина Г.Л. Групповые методы психотерапии и психокоррекции// Методы психологической диагностики и коррекции в клинике/ Под ред. М. М. Кобанова. Л., 1983, стр. 231-254
3. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг.М., 1989, стр. 5
4. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение. Л., 1985, стр. 128
5. Миккин Х. Цели, процессы и методы видеотренинга руководителей // Человек, общение и жилая среда. Таллин, 1986, стр. 13
6. Бакли Р., Кейпл Дж. Теория и практика тренинга, 4-е международное издание. П., 2002, стр. 15-16
7. Ляудис В.Я. Структура продуктивного учебного взаимодействия // Психолого-педагогические проблемы взаимодействия учителя и учащихся. М., 1980, стр. 38–39
8. Лариса Андреевна Петровская Общение – компетентность – тренинг: избранные труды стр. 77. Издательский текст [http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=3459325](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3459325) «Общение – компетентность – тренинг»: М., 2007.

**ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ**

**Հոգեբանական թրենինգի կիրառման առանձնահատկությունները  
կրթության ոլորտում  
Արմինե Ալոյան**

Դասախոսությունների, քննարկումների, գործնական պարապմունքների կողքին թրենինգները զբաղեցնում են իրենց արժանի տեղը ուսուցման ակտիվ ձևերի շարքում: Ուսուցման այս իննովացիոն մեթոդի հիմքում ընկած է խմբային հոգեբանական աշխատանքը: Թրենինգի տարբեր բնորոշումների միջև զուգահեռները մատնացույց են անում, որ հոգեբանական թրենինգները նպատակ ունեն ուսուցանել, զարգացնել, սովորեցնել: Թրենինգը, տարածված լինելով որպես գործնական հոգեբանության մեթոդ, կարող է իր տեղը զբաղեցնել նաև տարիքային և մանկավարժական հոգեբանության մեթոդոլոգիայում:

*Բանալի բառեր` կրթություն, զարգացում, ուսուցում, մեթոդ, մեթոդոլոգիա, կրթական ոլորտ, թրենինգ/վարժեցում, ուսուցման ակտիվ ձևեր, հոգեբանական խմբային աշխատանք:*

**РЕЗЮМЕ**

**Особенности использования психологического тренинга в сфере образования  
Армине Алоян**

Наряду с лекциями, дискуссиями, семинарами, тренинги занимают свое достойное место в системе активных форм обучения. В основе этих инновационных методов лежит групповая психологическая работа. Разные трактовки тренинга показывают, что целью психологических тренингов является обучение и развитие. Таким образом, тренинг может иметь свое достойное место в методологии педагогической психологии и стать новым словом в возрастной и педагогической психологии.

***Ключевые слова:** образование, обучение, развитие, метод, методология, активная форма обучения, групповая психологическая работа.*

**SUMMARY**

**The peculiarities of the use of psychological trainings in the sphere of education  
Armine Aloyan**

Alongside with lectures, discussions and practical courses, trainings occupy their worth place in the series of types of teaching. Psychological group work is based on this innovational teaching method. But it is important to separate training from such concepts as teaching, education and development, which are too close to the concept of training. So, training can also occupy its place in the pedagogical psychological methodology.

***Keywords:** education, development, method, methodology, active form of education, training, psychological group work.*