

ՀՏԴ 159.9Հոգեբանություն**Արմինե ԱՎԱՆԵՍՅԱՆ****Արցախի պետական համալսարան****E-mail: armine.aloyan.82@mail.ru**

**ԱՎԱԳ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՇՐՋԱՆՈՒՄ
ՀՈԳԵՇՏԿՈՂ ԵՎ ՀՈԳԵԿԱՐԳԱՎՈՐՈՂ
ԳՈՐԾԱՌՈՒՅԹՆԵՐՈՎ ՍՀԹ-Ի
ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ
ՈՒՂԻՆԵՐԸ ԵՎ ԹՐԵՅՆԻՆԳԻ
ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԻ ԱՆՀԱՏԱԿԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՁԵՌՔԲԵՐՈՒՄՆԵՐԸ**

Հոդվածում քննարկվում են ավագ դպրոցականների շրջանում հոգեշտկող և հոգեկարգավորող գործառնություններով սոցիալ-հոգեբանական թրեյնինգի անցկացման արդյունավետության գնահատման ուղիները, ինչպես նաև թրեյնինգի մասնակից ավագ դպրոցականների անհատական հոգեբանական ձեռքբերումները, որոնք արձանագրվել են թրեյնինգային աշխատանքի արդյունքում թիմի ձևափոխված խմբի ազդեցության շնորհիվ և նպաստել են ավագ դպրոցականների հոգեշտկմանը, հոգեկարգավորմանը: Պարզվել են թիմակազմավորող թրեյնինգի արդյունքում ավագ դպրոցականների հոգեբանական ձեռքբերումների մակարդակները:

Առանձնացվել են հուզական, վարքային, իմացական մակարդակները: Իմացական ոլորտում պատասխանների մեծ մասը վերաբերում է ուրիշների մասին նոր գիտելիքներ ստանալուն և թիմային աշխատանքի հանդեպ հետաքրքրությունների ավելացմանը: Վարքային բաղադրատարրերը բխում են իմացականից: Բնական է, որ ավագ դպրոցականներից

կազմված թրեյնինգային խմբում յուրաքանչյուր մասնակից ձեռք է բերում նոր ծանոթություններ, որոնք հնարավոր է վերափոխվեն նաև մտերմության և ընկերության: Հուզական բաղադրատարրերն արտացոլում են վերոնշյալի շարունակությունը՝ արտահայտվելով թիմային աշխատանքի արժևորության, դիմացինին ապրումակցելու կարողության մեջ: Կարևոր ձեռքբերում է հասկապես այն, որ թրեյնինգային խումբը մասնակիցների համար ինքնագարգացման խթան է:

Հավաստող գիտափորձերում օգտագործված մեթոդիկաների շրջանակում ստանդարտացվել են այն տվյալները, որոնք իրականացնում են հուզական, վարքային, իմացական գործընթացները: Պարզվել է թրեյնինգի արդյունքների համապատասխան բաղադրիչների միջև կապերը՝ բացահայտելու համար, թե որ բաղադրիչներն են առավելապես ազդում միմյանց վրա:

Բանալի բառեր՝ արդյունավետություն, գնահատում, թիմակազմավորում, գործառույթ, գործընթաց, սոցիալ-հոգեբանական թրեյնինգ, իմացական մակարդակ, հուզական մակարդակ, վարքային մակարդակ:

А. Аванесян

**ПУТИ ОЦЕНИВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ
СОЦИАЛЬНОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕНИНГОВ С
ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫМИ И
ПСИХОРЕГУЛЯЦИОННЫМИ ФУНКЦИЯМ У
СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДОСТИЖЕНИЯ УЧАСТНИКОВ
ТРЕНИНГА**

В статье обсуждаются пути оценки эффективности проведения социально-психологического тренинга с психокоррекционными и психорегуляционными функциями среди старших школьников. Также обсуждаются индивидуальные психологические достижения старших школьников, участвовавших в тренинге, которые были зафиксированы благодаря влиянию группы, превратившейся в команду в результате тренинговой работы и способствовали психокоррекции и психокоррекции старших школьников. Выявлены уровни психологических достижений старших школьников в результате тренинга по

формированию команды. Выявлены эмоциональный, поведенческий, когнитивный уровни. Большинство ответов в когнитивной сфере связаны с получением новых знаний о других и повышением интереса к командной работе. Поведенческие компоненты проистекают из когнитивных. Естественно, что в тренинговой группе, состоящей из старшеклассников, каждый участник приобретает новые знакомства, которые, возможно, перерастут в близость и дружбу. Эмоциональные компоненты отражают продолжение вышесказанного, выражаясь в ценности командной работы, способности сопереживать другому человеку. Важным достижением является, в частности, то, что тренинговая группа является стимулом для саморазвития участников. В рамках методики, использованной в подтверждающих научных экспериментах, стандартизированы данные, которые осуществляют эмоциональные, поведенческие, когнитивные процессы. Выявлены связи между соответствующими компонентами результатов тренинга, чтобы выделить, какие компоненты больше всего влияют друг на друга.

Ключевые слова: эффективность, оценка, тимбилдинг, функция, процесс, социально-психологический тренинг, когнитивный уровень, эмоциональный уровень, поведенческий уровень **Ключевые слова:**.

A.Avanesyan

**WAYS TO EVALUATE THE EFFECTIVENESS OF
PSYCHIATRY AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS
WITH PSYCHO-REGULATORY FUNCTIONS
INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL ACHIEVEMENTS OF
THE TRAINING PARTICIPANTS**

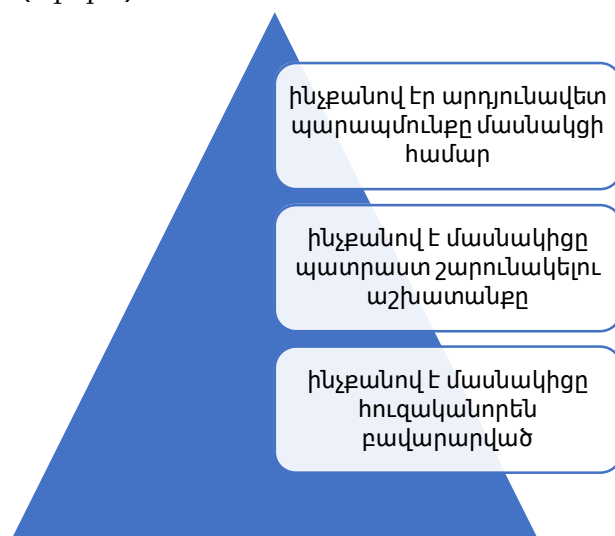
The article discusses the ways of evaluating the effectiveness of conducting social-psychological training among high school students with psycho-regulatory functions, as well as the individual psychological achievements of the high school students participating in the training, which were recorded due to the influence of the group transformed into a team as a result of the training work, contributed to the mentoring of high school students. The levels of psychological achievements of high school students as a result of team building training were found out. Emotional, behavioral, cognitive levels were distinguished. In the cognitive domain, most of the responses relate to gaining new knowledge about others and increasing interests in team work. Behavioral components derive from cognitive ones. It is natural

that in a training group of high school students, each participant makes new acquaintances, which can also friendship. Emotional components reflect the continuation of the above, expressing the value of teamwork, the ability to empathize with others. An important achievement is especially that the training group is a stimulus for self-development for the participants. Within the framework of the methodologies used in the confirmatory scientific experiments, the data that implement the emotional, behavioral and cognitive processes were standardized.

Correlations between relevant components of training outcomes were identified to reveal which components most influence each other.

Key words: efficiency, evaluate, teambuilding, a function, a process, social-psychological training, cognitive level, emotional level, behavioral level.

Ավագ դպրոցականների շրջանում հոգեշտկող և հոգեկարգավորող գործառնություններով թրեյնինգի կիրառման ընթացքում կարևորվում է արդյունավետության գնահատման հարցը: Այն հնարավոր է իրագործել երկու ճանապարհով: Առաջինը գնահատումն է, որն իրականացվել է յուրաքանչյուր պարապմունքից հետո՝ որպես օրվա տպավորությունների, վարժանքների վերաբերյալ մասնակիցների կարծիքների քննարկում, ինչպես նաև պարապմունքից առաջ դրված խնդրի իրագործման մակարդակի գնահատում (նկար 1):



Նկար 1. Գնահատողական հարցերի բովանդակությունը

Այս հարցերի պատասխաններն արտացոլում են յուրաքանչյուր օրվա համար մասնակիցների ինչպես հուզական, այնպես էլ գործելու պատրաստականությունը (նկար 2):

Գնահատողական հարցերի ուղղվածություն		
պարապմունքի արդյունավետություն	աշխատանքը շարունակելու պատրաստականություն	հոգական բավարարվածության աստիճան

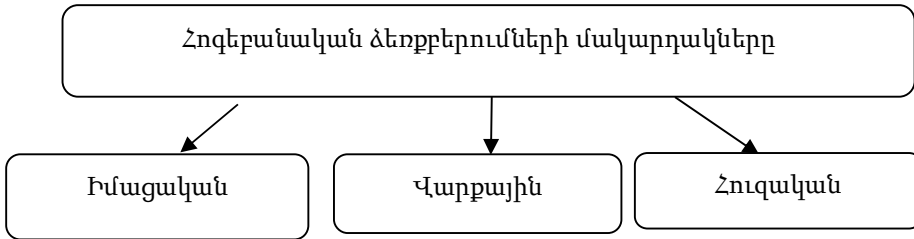
Նկար 2. Գնահատման մակարդակներ

Ավագ դպրոցականներից կազմված 12 հոգանոց թրեյնինգային խմբում մասնակիցներից յուրաքանչյուրը պարապմունքը գնահատել է 0-10 բալով:

Թրեյնինգի արդյունավետության գնահատման երկրորդ ձևը իրագործվել է թրեյնինգի ավարտից հետո: Գնահատման այս փուլի հիմնական հարցն էր, թե ինչքանով է թրեյնինգն արդյունավետ: Այս հարցի պատասխանները թերևս արտացոլել են հարցարանի և մեթոդիկայի վերջնական կիրառման արդյունքները:

Բացի այդ՝ կարևոր է պարզել, թե ինչ է տվել թրեյնինգը խմբի մասնակիցներին նաև առանձին-առանձին՝ յուրաքանչյուրի համար: Թրեյնինգի ընթացքում յուրաքանչյուր մասնակցի ունեցած նոր ձեռքբերումների բացահայտման համար ողջ թրեյնինգի վերջում նրանցից յուրաքանչյուրին առաջարկվել է ազատ կերպով թերթիկների մեջ նշել, թե ինչ փոփոխություններ են կատարվել նրանց մեջ: Ընդ որում՝ նշումների թվաքանակը չի սահմանափակվում: Յուրաքանչյուր

մասնակից կարող էր նշել մեկից ավելի նոր ձեռքբերումներ: Մասնակիցների պատասխանները խմբավորվել են (գծապատ. 1)։



Գծապատկեր 1. Հոգեբանական ձեռքբերումների մակարդակները

Իմացական մակարդակի ներքո դիտարկվել են այնպիսի պատասխանները, ինչպիսիք են՝

- <<իմ մասին նոր բան իմացա>>,
- <<իմացա, որ ուրիշները ևս ունեն խնդիրներ>>,
- <<իմացա, որ թիմային աշխատանքը կարևոր է>> և այլն:

Վարքային մակարդակի ներքո դիտարկվել են այնպիսի պատասխաններ, ինչպիսիք են՝

- <<ես դարձա առավել շփվող>>,
- <<ծանոթացա նոր մարդկանց հետ>> և այլն:

Հուզական մակարդակի ներքո դիտարկվել ենք հետևյալ պատասխանները.

- <<ինձ դուր եկավ թիմով աշխատելը>>,
- <<զգացի, որ պետք է աշխատեմ իմ խնդիրների վրա>>,
- <<սկսել եմ ավելի լավ հասկանալ ուրիշներին>> և այլն:

Թրեյնինգի մասնակիցների հոգեբանական ձեռքբերումների մակարդակներն են (աղ. 1):

Աղյուսակ 1. Հոգեբանական նոր ձեռքբերումների մակարդակները թրեյնինգից հետո

Նոր ձեռքբերումներ	Մասնակիցների ընտրությունները
Իմացական տարրեր	
Ստացա գիտելիքներ իմ մասին	13
Ստացա կարևոր տեղեկություններ շփման մասին	9
Ստացա գիտելիքներ ուրիշների մասին	24
Թիմային աշխատանքի հանդեպ հետաքրքրություն առաջացավ	22
Վարքային տարրեր	
Նոր ծանոթություններ ունեցա	23

Լուծեցի շփման խնդիրներ	15
Դարձա առավել մատչելի և հասանելի շփման գործընթացում	12
Դարձա առավել թիմային	20
Հուզական տարրեր	
Ունեցա ուժեղ ապրումներ	0
Ապրեցի շփման նոր փորձ	0
Զգացի թիմային աշխատանքի գործնական արժեքը	23
Ստացա ինքնազարգացման խթան	11
Մեծացավ ինքնաընկալումս	3
Մեծացավ ապրումակցելու և ուրիշներին հասկանալու կարողությունս	24

Անդրադառնալով վերոնշյալ աղյուսակային տվյալներին՝ կարող ենք փաստել, որ իմացական ոլորտում պատասխանների մեծ մասը վերաբերում է ուրիշների մասին նոր գիտելիքներ ստանալուն և թիմային աշխատանքի հանդեպ հետաքրքրությունների ավելացմանը: Թեև պետք է կարևորել նաև այն պատասխանները, որոնք ցույց են տալիս, որ ընդլայնվել է նաև մասնակիցների ինքնաիմացությունը:

Անկասկած, այս երեք գործոնները կարելի է միմյանց հետ համադրել այն առումով, որ սեփական անձի բացահայտումը տեղի է ունենում նաև ուրիշներին ճանաչելու, ուրիշների մեջ սեփական «ես»-ը տեսնելու և նրանց հետ համեմատելու ընթացքում: Իսկ դա բացահայտում է նաև համագործակցության ընդհանուր եզրեր, ընդհանուր հետաքրքրություններ, դիրքորոշումներ, աշխարհայացք և այս ճանապարհով բացահայտվում է նաև թիմակազմավորման արդյունավետ գործընթացի կազմակերպման ներուժը և հնարավորությունները:

Վարքային բաղադրատարրերը բխում են իմացականից: Բնական է, որ ավագ դպրոցականներից կազմված թրեյնինգային խմբում յուրաքանչյուր մասնակից ձեռք է բերում նոր ծանոթություններ, որոնք հնարավոր է վերափոխվեն նաև մտերմության և ընկերության: Թիմային աշխատանքի կարևորության գիտակցումը և կատարած աշխատանքը, վերագնահատումը հանգեցնում են նաև նմանատիպ աշխատանք կատարելու պատրաստվածության:

Հուզական բաղադրատարրերն արտացոլում են վերոնշյալի շարունակությունը՝ արտահայտվելով թիմային աշխատանքի արժևորության, դիմացինին ապրումակցելու կարողության մեջ: Կարևոր ձեռքբերում է հատկապես այն, որ թրեյնինգային խումբը մասնակիցների համար ինքնագարգացման խթան է: Սա խոսում է այն մասին, որ մասնակիցը տեսել է սեփական թերացումները, շտկման ենթակա կողմերը, ինչպես նաև սեփական այն հնարավորությունները, որոնք մինչ այդ չէին դրսևորվել: << Անձի ձևավորման, կայուն «ես» կերպարի ստեղծման համար կարևորագույն պայման է ինքնագիտակցության, ինքնագնահատականի և ինքնահարգանքի համապատասխան զարգացումը, իսկ պատանեկան տարիքում դրանց ձևավորման և զարգացման հարցում կարևորագույն նշանակություն ունեն պատանուն շրջապատող անձանց համագորգնահատականներն ու դրական վերաբերմունքը>> [1, էջ 30]: Վերջին հանգամանքը նաև կարելի է վերլուծել որպես ինքնավստահության բարձրացման հիմք: *Փաստորեն, խումբը ոչ թե ճնշեց մասնակցի «ես»-ը, այլ ընդհակառակը, նրա առջև բացեց ինքնակատարելագործման անհրաժեշտության գիտակցումը:* Սա, ինչպես նաև մյուս ձեռքբերումները, անչափ կարևոր են ավագ դպրոցականի համար, ով արդեն իսկ սկսում է նախանշել իր կենսական ծրագրերը, քանի որ նախ նա տեսնում իր շտկման ենթակա կողմերը, տեսնում է նաև, որ ուրիշները ևս կատարյալ չեն, հետևաբար պետք չէ թերությունները թաքցնել կամ ժխտել, այլ պետք է աշխատել դրանց շտկման ուղղությամբ: Սա անձնային զարգացման կարևոր քայլ է: Բացի այդ՝ թերությունների հետ մեկտեղ բացահայտվում են նաև գործնական հնարավորությունները, որոնք կողմնորոշում են ավագ դպրոցականին իրեն տեսնել այնպիսի ոլորտներում, որտեղ մինչ այդ նա համարում էր, որ ինքը պարզապես տեղ չունի:

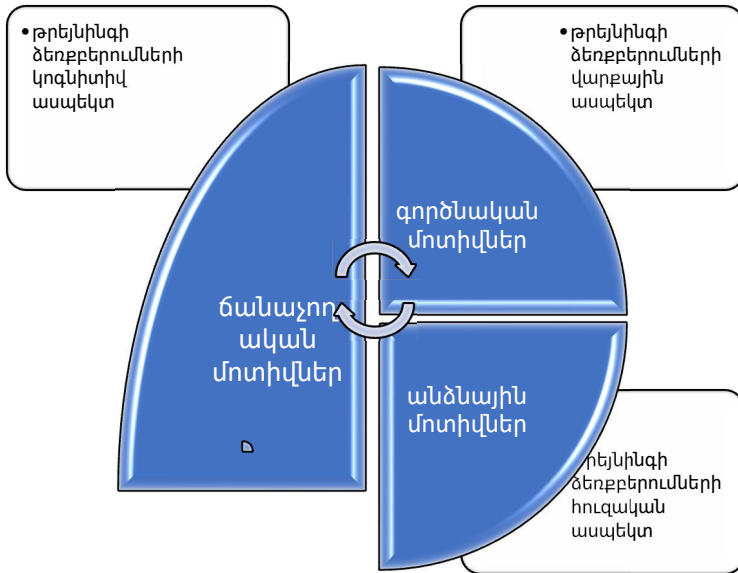
Հավաստող գիտափորձերում օգտագործված մեթոդիկաների շրջանակում ստանդարտացվել են այն տվյալները, որոնք իրականացնում են հուզական, վարքային, իմացական գործընթացները: Պարզվել են թրեյնինգի արդյունքների համապատասխան բաղադրիչների միջև կապերը՝ բացահայտելու համար, թե որ բաղադրիչներն են առավելապես ազդում միմյանց վրա:

Կոգնիտիվ, հուզական և վարքային բաղադրիչների միջև համահարաբերակցային կապերը բացահայտելու համար օգտվել ենք Սպիրմենի համահարաբերակցային գործակցից՝ *r*: Վերլուծությունները կատարվել են Excel-T.Test ծրագրով, որի արդյունքում բացահայտվել է $p < 0.05$ նշանակալիության տիրույթում ուժեղ դրական համահարաբերակցային կապ վարքային և իմացական բաղադրիչների

միջև՝ $r = 0,9244$: Սա բացատրվում է նրանով, որ թրեյնինգային ծրագրում ընդգրկված վարժանքները՝ դերային խաղեր, մարմնային վարժություններ և այլն, նախնառաջ ուղղված են վարքային դրսևորումների վրա: Մասնակիցը դրանք կատարում է սկզբնական փուլում, որպես <<հանձնարարություն>> թրեյնինգավարի կողմից: Միայն քննարկումների արդյունքում, որն ավարտական փուլերից է, ըմբռնվում է վարքային դրսևորումների կոգնիտիվ կողմը: Այս փաստարկի հետ ուղղակիորեն կապված է այն, որ արձանագրվել է նաև ուժեղ դրական համահարաբերակցային կապ հուզական և իմացական բաղադրիչների միջև՝ $r=0,8105$: Այն, ինչը հուզականորեն հագեցված է, առավել շատ է հետաքրքրում, լավ է ամրապնդվում հիշողության մեջ, իմաստավորվում և մասնակիցն առավել հակված է այդ երևույթների և գործընթացների իմացությանը:

Համահարաբերակցային կապ է արձանագրվել նաև վարքային և հուզական բաղադրիչներում՝ $r = 0,9553$: Սա բացատրվում է նրանով, որ ոչ միայն հույզերը կարող են առաջացնել համապատասխան վարքային դրսևորումներ, այլև վարքային դրսևորումների միջոցով կարելի է հասնել հուզական վիճակի փոփոխության: Մոցիալ- հոգեբանական թրեյնինգային ծրագրի սկզբում մասնակիցների հիմնական մասը, օրինակ, դերային վարժանքներին սկզբնապես ընդգրկվում էր նույնիսկ չկամությամբ, բայց ընթացքում նկատվում է ակտիվացում, հետաքրքրության աճ և այլն: Հակառակ պարագայում՝ հուզական բաղադրիչը վարքային հետ համեմատելու դեպքում, արձանագրվել է միջին ուժգնությամբ կապ՝ $r = 0,4775$:

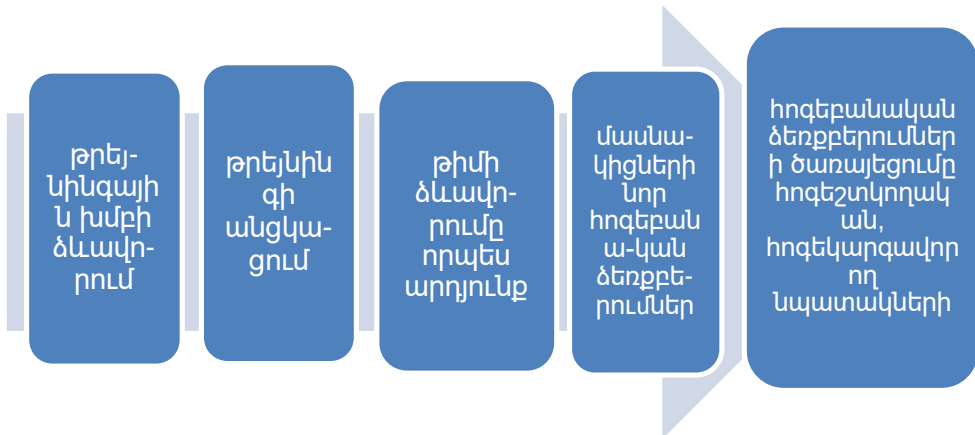
ՄՀԹ-ի արդյունավետությունը մեծամասամբ պայմանավորված է նրանով, թե դրա ընթացքում ինչքանով են բավարարվում մասնակիցների պահանջմունքները, որոնք էլ պայմանավորում են գործունեությունն ակտիվացնող ներքին գործոնները՝ մոտիվները: Թրեյնինգի ընթացքում արձանագրված ձեռքբերումների երեք ասպեկտներն առնչվում են շփման մոտիվների 3 հիմնական խմբերի հետ առաջացումը: Դրանք են՝ ճանաչողական, գործնական, անձնային [3, էջ 270-271]: Այդ կապը կարող ենք պատկերել հետևյալ կերպ (նկ. 3).



Նկար 3. Թեյնիզմի ձեռնարկների և շփման մոտիվների կապը

Սոցիալ- հոգեբանական թեյնիզմային ծրագրի մասնակցության ընթացքում ձեռք բերված միջանձնային հարաբերությունների փորձը, ավագ դպրոցականի ձեռք բերած գիտելիքները կօգնեն նրան ադապտացվել կյանքի հաջորդ փուլերում, հասկանալ մարդկանց, ստեղծել նոր միջանձնային կապեր, կառուցել նոր ու առողջ հարաբերություններ առավել մեծ սոցիալական միջավայրում, քան, օրինակ, դասարանն է։ Այն ձեռքբերումները, որոնք ունեցավ ավագ դպրոցականը թեյնիզմային աշխատանքի արդյունքում թիմի վերածված խմբի ազդեցության շնորհիվ կնպաստեն ավագ դպրոցականին ապագան առավել ամուր հոգեբանական հիմքերի վրա կառուցելու գործընթացում։ Քանի որ ավագ դպրոցականների հոգեկարգավորման և հոգեշտկման աշխատանքներում կարևորվում

են թիմի ունեցած ազդեցությունը, ուստի թիմի անդամների շրջանում թիմային աշխատանքի ժամանակ առաջ եկող հոգեբանական փոփոխություններն էլ կարող են ծառայեցվել ավագ դպրոցականների հոգեշտկմանը, հոգեկարգավորմանը և թիմը տեսնել որպես հոգեշտկող ու հոգեկարգավորող գործոն (նկար 4):



Նկար 4. Թիմային աշխատանքների կազմակերպման ընթացքի փաղաքիչներ

Գրականություն

1. ԵՐԵՄԱՆԵՐ. ՍՈՑԻԱԼ– ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄ (Մեթոդական ձեռնարկ): Երկրորդ՝ լրամշակված հրատարակություն, Եր., 2012 թ., 120 էջ
2. Կարապետյան Վ., Վարդապարյան Վ., Քանական մեթոդները հոգեբանության և մանկավարժության մեջ: Ուս. ձեռնարկ: Եր.-Զանգակ-97, 2012-270 էջ
3. Психология мотивации и эмоций/под ред. Ю. Б. Гиппенрей, М. В. Фаликман.-М.: АСТ: Астрель, 2009.-704 с .

Նյութը ներկայացվել է 20.06.2023,
գրախոսման է ուղարկվել 19.06.2023,
տպագրության ընդունվել 22.06.2023:
Հոդվածը տպագրության է երաշխավորել խմբագրական
խորհրդի անդամ, հ.գ.թ. Վ.Բ.Յարամիշյանը: