

---

ZESZYTY NAUKOWE WYŻSZEJ SZKOŁY PEDAGOGICZNEJ  
W BYDGOSZCZY

---

Studia Psychologiczne 1983 z. 4

---

IRENA ŁABUĆ-KRYSKA

WSP w Bydgoszczy

TRENING INTERPERSONALNY W RESOCJALIZACJI NIELETNICH NIE-  
DOSTOSOWANYCH SPOŁECZNIE

Uwagi wstępne

Artykuł niniejszy jest teoretycznym wprowadzeniem do szeregu problemu, którym jest empiryczne sprawdzenie możliwości oraz efektywności zastosowania treningu interpersonalnego w resocjalizacji nieletnich, niedostosowanych społecznie. Problem ten, jak dotychczas nie znalazł odbicia w polskiej literaturze psychologicznej i pedagogicznej, mimo że wciąż aktualna jest sprawa doskonalenia metod i technik oddziaływania na dzieci i młodzież, w kierunku ich optymalnego rozwoju psychospołecznego. Szczególnie ważne jest doskonalenie i poszukiwanie nowych sposobów oddziaływania na jednostki o zaburzonym rozwoju psychospołecznym, tj. jednostki niedostosowane społecznie.

Niedostosowanie społeczne jest stosunkowo najszerszym pojęciem określającym wszelkie zaburzenia w społecznym funkcjonowaniu jednostki, powstałe wskutek nieprawidłowej socjalizacji. Jako zaburzenia w rozwoju psychospołecznym określa się szereg objawów, których istotę stanowiły nieprawidłowe kontakty między jednostką i otoczeniem społecznym, utrudniające społeczne funkcjonowanie jednostki, a także osób z jej najbliższego otoczenia. Nieprawidłowość owych kontaktów polega na zaburzeniu komunikacji jednostka - otoczenie i nieadekwatności reakcji jednostki na bodźce społeczne<sup>1</sup>.

Dziecko niedostosowane społecznie to takie:

- które nie realizuje podstawowych modeli zachowania się, wynikających z powszechnie obowiązującej umowy społecznej oraz z norm społecznego współżycia; funkcjonuje społecznie, emocjonalnie, a nawet intelektualnie gorzej, niż jego rówieśnicy, mimo braku choroby w neurologicznym czy psychiatrycznym pojęciu tego słowa;<sup>2</sup>

- u którego zaburzeniu uległa sfera emocjonalna - wolicjonalna oraz rozwój charakteru i osobowości, co powoduje często zakłócenia stosunków społecznych między dzieckiem a jego otoczeniem;<sup>3</sup>
- u którego występuje nieprawidłowy rozwój osobowości, przejawiający się zarówno w dziedzinie stosunków międzyludzkich, jak i w obronie samego siebie; stosunki z innymi ludźmi cechuje podejrzliwość i brak zaufania, zazdrość lub obojętność, a dziecko zajmuje nawet wobec bliskich sobie osób postawę lękową lub agresywną; percepcja samego siebie odznacza się takimi właściwościami, jak niska ocena własnej osoby i kompensacyjne samowywyższanie, niechęć i nienawiść do siebie samego, trudności w identyfikacji;<sup>4</sup>
- u którego występują tendencje społecznie negatywne, odwrócenie zainteresowań od wartości pozytywnych i chęć wyzycia się w akcji społecznie destrukcyjnej, podziw i zainteresowanie dla tzw. złych czynów, cynizm i brawura w tym względzie, nieżyczliwy stosunek do człowieka, do cudzego mienia, regulaminów, nieumiejętność życia z grupą, wyłamywanie się, zrzucanie winy, niechęć do pracy i nauki, brak poczucia odpowiedzialności za swoje czyny, życie chwilą, przygodą, awanturą, duża wyobraźnia, brak hamulców; brak krytycyzmu, sugestywność, brak wizji w płaszczyźnie etycznej - społecznie pozytywnej, nieumiejętność wyjścia z trudnej sytuacji i brak wiary w możliwości tego;<sup>5</sup>

Dzieci takie wymagają specjalnej opieki i specjalnych oddziaływań, dostosowanych do ich aktualnego stanu.

Resocjalizację określić można jako proces przywrócenia społeczeństwu jednostek zdeformowanych w wyniku desocjalizacji, czyli zaburzonego rozwoju społecznego, który manifestuje się różnymi formami niedostosowania społecznego<sup>6</sup>. Resocjalizacja niedostosowanych społecznie jest działaniem naprawczym, zmierzającym w kierunku ich przystosowania i ułatwienia im funkcjonowania w społeczeństwie. Celem resocjalizacji nie jest przywracanie jednostce ludzkiej poprzedniego stopnia "socjalizacji", co byłoby zamierzeniem nieosiągalnym ze względu na dynamiczność, a nie statyczność cech osobowości ludzkiej, a przede wszystkim jest nim dążenie do osiągnięcia pozytywnego efektu wychowawczego, rozumianego jako przygotowanie do pełnienia ról społecznych<sup>7</sup>. Do realizacji tego celu poszukuje się coraz bardziej efektywnych metod i technik.

Częstym źródłem trudności wychowawczych określanych jako niedostosowanie społeczne jest po prostu brak treningu i nawyków, wynikający z negatywnych wzorów środowiskowych lub braku wzorów pozytywnych. Objawy agresji fizycznej i werbalnej u dziecka, bądź zahamowanie są natomiast efektem nieprawidłowego funkcjonowania emocjonalnego<sup>8</sup>. W. Szlander<sup>9</sup> proponuje jako jedną z technik oddziaływania wychowawczego trening interpersonalny, który obok dostarczania nowych doświadczeń emocjonalnych i uwrażliwienia na komunikację między ludźmi, podaje także dziecku wzory wyrażania uczuć pozytywnych i korygowania uczuć negatywnych<sup>10</sup>.

Ogólne cele resocjalizacji i treningu interpersonalnego są zbieżne, co pozwala przypuszczać, że są możliwości zastosowania tego ostatniego w resocjalizacji nieletnich, niedostosowanych społecznie.

W dalszej części artykułu przedstawiona zostanie koncepcja treningu interpersonalnego w świetle literatury przedmiotu, co wydaje się niezbędne do realizacji głównego celu badań, jakim jest empiryczne sprawdzenie możliwości zastosowania efektywności treningu interpersonalnego w resocjalizacji nieletnich, niedostosowanych społecznie.

Pojęcie i kierunki treningu interpersonalnego. Trening interpersonalny w Polsce

Trening interpersonalny wg. Z. Zaborowskiego<sup>11</sup>, to nowa metoda uczenia ludzi lepszego współżycia i współpracy oraz stymulacji rozwoju ich osobowości w sposób wszechstronny i pogłębiony.

B. Strupczewska<sup>12</sup> określa trening interpersonalny jako specyficzną formę organizacji warunków uczenia się - opartą na osobistych doświadczeniach - podstawowych umiejętności, związanych z kontaktami i stosunkami interpersonalnymi.

Ogólnymi cechami treningu są: lepsze poznanie i zrozumienie siebie i innych, usprawnienie umiejętności porozumienia się /komunikacji/ z innymi ludźmi, rozwiązywania problemów i konfliktów. Trening może wreszcie odegrać ważną rolę w reorientacji uznawanych wartości, zarówno wśród młodzieży, jak i dorosłych<sup>13</sup>.

W ostatnich latach w wielu krajach, w tym również i w Polsce coraz szersze uznanie i zastosowanie zdobywa trening interpersonalny, występujący w różnych odmianach, np.: grup spotkaniowych/ wysu-

wających na pierwszy plan rozwój osobowości i wrażliwości społecznej, grup - T /nastawionych na doskonalenie stosunków interpersonalnych /grup twórczych/, pobudzających ekspresję przez spontaniczną twórczość<sup>14</sup>

Dokonując znacznego uproszczenia, można wyodrębnić dwa kierunki ruchu treningowego<sup>15</sup>:

- 1/ kierunek nastawiony na uczenie się umiejętności interpersonalnych i rozwój grupy,
- 2/ kierunek zorientowany na rozwój osobowości.

Każdy z tych kierunków ma swoją historię, różne odgałęzienia. Kierunek nastawiony na uczenie się umiejętności interpersonalnych i rozwój grupy wyodrębnił się wcześniej. Koncentował się na pracy w małych grupach, tzw. BST, trenujących podstawowe umiejętności po to, aby po zakończeniu treningu uczestnicy występowali w różnych instytucjach jako tzw. agenci zmian /ludzie pomagający osobom i instytucjom w rozwiązywaniu problemów, wynikających ze współżycia, tak indywidualnych jak i grupowych/.

W następstwie dalszego rozwoju tego kierunku okazało się, że w treningu interpersonalnym trzeba uwzględniać, obok ćwiczenia umiejętności będących czynnikiem zmiany i efektywnej pracy w grupie, podejście kliniczne. Powstały tzw. grupy T /od training/, które po raz pierwszy podjęły próbę udostępnienia wszystkim członkom grupy informacji o przeżyciach związanych z "tu i teraz" w taki sposób, aby stanowiły przedmiot uczenia się.

Cechą znaną kierunkowi treningu interpersonalnego, nastawionego na rozwój osobisty, jest przyjęcie koncepcji człowieka jako osoby posiadającej wielkie potencjalne możliwości rozwoju, które nie są w pełni wykorzystane. W związku z tym powstaje problem stworzenia człowiekowi warunków pełnej samorealizacji. Ponadto kierunek ten podchwycił nowe idee terapii grupowej, z powodzeniem stosowanej do wspierania rozwoju indywidualnego. Z rozwojem kierunku nastawionego na rozwój osobisty wiąże się wiele wybitnych nazwisk psychologów i psychoterapeutów m.in. W.C. Schutz<sup>16</sup> i C. Rogers<sup>17</sup>.

W Polsce trening interpersonalny znajduje się na etapie wprowadzania i upowszechniania. Na ogół traktowany jest jako efektywna metoda doskonalenia stosunków międzyludzkich w określonych dziedzinach. Dominują u nas treningi instrukturalne, których cechą specyficzną jest wzbogacanie ich o elementy psychoterapii<sup>18</sup>. Zdaniem Z. Zabo-



rowskiego<sup>19</sup>, mimo dziesięcioletnich prób, trening interpersonalny nie został upowszechniony w naszym kraju w tej mierze, na jaką zasługuje ta efektywna metoda rozwoju osobowości i doskonalenia stosunków międzyludzkich.

#### Funkcje i proces treningu interpersonalnego

Funkcje treningu dotyczą osobowości i zachowań uczestników, stąd przy analizie tych funkcji należy rozważyć, jakie właściwości i mechanizmy psychiczne zmieniają się w toku treningu. Biorąc pod uwagę to, jakich mechanizmów dotyczą, funkcje treningu interpersonalnego podzielić można na:

- samorealizacyjne,
- instrumentalne,
- kierunkowe<sup>20</sup>.

Funkcje samorealizacyjne związane są z uruchomieniem procesów i zmian wewnętrznych, zwiększających otwartość jednostki na nowe informacje i doświadczenia, redukujących mechanizmy obronne, uzyskiwanie niezależności od autorytetów i otoczenia zewnętrznego. Trening interpersonalny powinien podnieść samoświadomość jednostki, jej umiejętność głębszego poznawania siebie i wglądu we własne doświadczenie. Uczestnicząc w treningu, jednostka powinna zdobyć większą umiejętność opisu i analizy własnych doświadczeń, uświadomić sobie zarówno pozytywne, jak i negatywne myśli i uczucia, nie tłumiąc ich i nie uciekając się do różnych mechanizmów obronnych, np.: projekcji, reakcji upozorowanych.

Przez zwiększenie samoświadomości i umiejętności analizy własnych doznań, trening powinien przyczynić się do uformowania obiektywnej samooceny i odpowiedzialności za własny rozwój<sup>21</sup>.

Łączy się to ściśle z postawą samokontroli oraz tendencją do planowania i realizowania konstruktywnych zmian we własnym zachowaniu społecznym.

Ważnym zadaniem treningu, ułatwiającym proces samorealizacji, są postawy sprawiedliwości wewnętrznej. Polegają one na trafnej ocenie własnych cech i ogólnie własnej wartości w porównaniu z innymi ludźmi, rzetelnym wglądzie w mechanizmy własnego zachowania i zachowań innych ludzi<sup>22</sup>. Sprawiedliwość wewnętrzna łączy się z dowartościowa-

nieniem siebie. Jednostka sprawiedliwa wewnętrznie będzie dowartościowywała siebie nie za pomocą władzy czy dóbr materialnych, ale za pomocą wiedzy, rzetelnej pracy, konstruktywnych przyjaźni.

Funkcje instrumentalne treningu interpersonalnego wiążą się z nabywaniem umiejętności współzycia i współpracy oraz poprawnej komunikacji z innymi ludźmi. Umiejętność współzycia i współpracy wymaga akceptacji innych, ich uczuć i postaw oraz zgody na to, że są inne, umiejętności wczuwania się w ich doznania /empatii/, trafnego rozumienia ich potrzeb i planów. Umiejętność współzycia wymaga również tworzenia klimatu bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania. Jednostka umiejąca współżyć potrafi właściwie pomagać innym nie narzucając się ze swoją osobą i nie poniżając ich. W sytuacji konfliktu zdolna jest do określenia jego przedmiotu i przyczyn, do przekazywania rzeczowych informacji, do konstruktywnej dyskusji oraz do formułowania optymalnych wniosków i rozwiązań.

Umiejętność komunikacji polega na ważnym słuchaniu tego co mówią inni, koncentrowaniu się na partnerze i jego przeżyciach, pozytywnym wzmacnianiu jego zachowań, jasnym wypowiedaniu swoich opinii, umiejętnym przekazywaniu uwag krytycznych i uczuć niezadowolenia, a także szczerym ujawnianiu własnych uczuć. Trening interpersonalny winien ułatwić jednostce nabywanie i rozwijanie umiejętności komunikacyjnych oraz rozumienie innych ludzi.

Funkcje kierunkowe treningu łączą się z kształtowaniem postaw wobec wartości moralnych i społecznych, lojalności, uczciwości i odpowiedzialności za innych. Realny proces treningu interpersonalnego przebiega w ramach omówionych wyżej funkcji.

W poszczególnych grupach ma on jednak charakter specyficzny i niepowtarzalny. Niemniej można w nim wyodrębnić pewne wspólne cechy i etapy rozwojowe<sup>23</sup>.

Etap I wstępny charakteryzuje się brakiem wewnętrznej struktury grupy, niejasnością celów, co u członków wywołuje dezorientację. Powstaje tzw. "próżnia psychologiczna", którą członkowie starają się jakoś wypełnić, przedstawiają się, wyrażają stany niepewności, proponują różne zajęcia. Na tym etapie członkowie grupy mówią często o swoich trudnościach i problemach w przeszłości, opisują frustracje jakich doznali w dotychczasowym życiu. Członkowie funkcjonują konwencjonalnie, ukrywają swe przeżycia i uczucia, przejawiają brak

zaufania do innych<sup>24</sup>.

Ten etap W.C. Schutz<sup>25</sup> nazywa fazą inkluzji, tj. włączania się w życie grupy.

W miarę, jak członkowie grupy treningowej przekonują się, że wyrażanie negatywnych uczuć jest tolerowane i nie wyzwala przykrych następstw, pojawiać się zaczyna swobodne wyrażanie swoich doznań, zaufanie i akceptacja kolegów oraz ożywiona komunikacja. Tworzą się określone role. Etap ten W.C. Schutz<sup>26</sup> określa mianem fazy kontroli.

Charakterystyczną cechą trzeciego etapu treningu, określonego przez W.C. Schutza<sup>27</sup> mianem fazy emocjonalnej, jest podniesienie poziomu emocjonalnego w grupie treningowej.

W wyniku informacji zwrotnych, samoocena staje się coraz bardziej adekwatna i zobiektywizowana. Uczucia i postawy są przez członków coraz lepiej i głębiej uświadamiane, w związku z czym znikają postawy obronne, np. udawanie życzliwości. Zachowanie staje się spontaniczne, autentyczne, pojawia się wzajemne zaufanie i chęć pomocy. U osób akceptowanych przez partnerów poprawia się samopoczucie i samoocena.

Z treningiem interpersonalnym związane są indywidualne przeżycia jego uczestników, tj. sądy, uczucia, pragnienia, dzięki którym doświadczenia wynoszone z treningu stają się znaczące dla rozwoju osobowości.

#### Trening interpersonalny a zmiany w osobowości i funkcjonowaniu psychologicznym

Biorąc pod uwagę ogólne cele realizowane poprzez trening interpersonalny i specyficzne warunki, w których przebiega, można oczekiwać określonych zmian w zakresie osobowości jednostki oraz zmian w zakresie jej osobistego i społecznego funkcjonowania.

Ujmując osobowość jako centralny system integracji zachowania, w którym wyróżnić można określone struktury regulacyjne /emocjonalno-popędowe, sieć wartości, a w niej struktura "ja" oraz sieć operacyjną<sup>28</sup>, przewidywać możemy następujące zmiany<sup>29</sup>:

- w zakresie struktur emocjonalno - popędowych,
- w zakresie struktury "ja",
- w zakresie sieci wartości,

- w zakresie sieci operacyjnej.

Zmiany w zakresie struktur emocjonalno - popędowych polegają na:

- uwrażliwieniu emocjonalnym, zaakceptowaniu własnych uczuć i emocji jako integralnej części nowej osoby, dążeniu do ich wyrażania, uświadomieniu sobie roli emocji w procesie komunikowania się z ludźmi, uzyskiwaniu większej łatwości w ich odczytywaniu i rozumieniu ich źródeł u siebie i innych, w rozumieniu własnych i cudzych zachowań w kontekście przeżywanych emocji,
- wzroście dążeń samorealizacyjnych przy większej łatwości zaspokajaniu podstawowych potrzeb, która jest rezultatem ich lepszego uświadomienia i łatwiejszego komunikowania się z ludźmi.

W zakresie struktury "ja" zmiany dotyczą:

- poszerzenia zakresu wymiarów służących do opisu siebie, szczególnie o kategorie związane ze sferą emocjonalno - motywacyjną; wynika to z położenia w czasie treningu nacisku na przeżycia emocjonalne, na dążenie do ich pełnego zrozumienia i wyrażania, do rozumienia swoich zachowań w kontekście przeżywanych uczuć i organizowania swojej aktywności zgodnie z nimi,
- wzrostu adekwatności samooceny oraz zwiększenia samoakceptacji, co wiąże się z działaniem w atmosferze poczucia bezpieczeństwa i akceptacji; wpływają na to również informacje zwrotne uzyskiwane od innych członków grupy,
- wzrostu poczucia tożsamości poprzez zwiększenie świadomości siebie we wszystkich sferach doznań oraz poczucia własnej aktywności i odpowiedzialności za własny rozwój.

Zmiany w zakresie sieci wartości wyrażają się w:

- zwiększeniu znaczenia i mocy regulacyjnej obiektów spoza "ja", tzn. innych ludzi; związane to być może z intensyfikacją poczucia podobieństwa do innych, które zmniejsza tendencje egocentryczne<sup>30</sup>, bardziej ogólne zmiany dotyczyć mogą tzw. cech formalnych struktur poznawczych, tj. wzrostu otwartości, złożoności oraz aktywności tych struktur, co przejawia się w większej spontaniczności, plastyczności i tolerancyjności w zachowaniu jednostki.

W zakresie sieci operacyjnej występują następujące zmiany:

- przyswojenie przez jednostkę ogólnych reguł skutecznego komunikowania się z ludźmi oraz reguł szczegółowych, związanych ze specyfiką niektórych ról społecznych; aktywność własna na treningu daje możli-



wości wypróbowania skuteczności tych reguł we własnym funkcjonowaniu i wytworzenie programów działania w kontaktach społecznych, zgodnych z tymi regułami.

#### Trening interpersonalny jako forma uczenia się konstruktywnych zachowań społecznych

Obok zmian osobowości i funkcjonowaniu psychologicznym jednostki, w toku treningu interpersonalnego, występuje zjawisko uczenia się konstruktywnych form zachowania i optymalizacji społecznego funkcjonowania jednostki<sup>31</sup>. Przez uczenie się rozumieć będziemy proces modyfikacji zachowań jednostki pod wpływem jej indywidualnych doświadczeń.

W uczeniu się społecznym występuje sprzężenie następujących czynników<sup>32</sup>:

- poznawczych /zmiany świadomości/,
- emocjonalnych /zmiany postaw/,
- behawioralne /zmiany zachowań/.

Uczenie się poprawnych zachowań społecznych w normalnych warunkach życiowych przebiega na ogół dość trudno i rozciągnięte jest w czasie. W treningu interpersonalnym uczenie się konstruktywnych form zachowania społecznego przebiega w warunkach grupowych, w sposób systematyczny i kontrolowany. Występuje tu z reguły, szczególnie w treningu ustrukturuowanym, określony układ warunków i sytuacji społecznych, wywołujących pożądane doświadczenia /poznawcze, emocjonalne i motywacyjne/, sprzyjające efektywnemu uczeniu się społecznemu. Istotne warunki procesu uczenia się w toku treningu można ująć następująco<sup>33</sup>:

- 1/ Ważną rolę w funkcjonowaniu grupy treningowej jako systemu społecznego i poszczególnych jej członków odgrywa trener, a ściślej jego osobowość, styl pracy, umiejętności psychologiczne. Zadaniem trenera jest pomaganie uczestnikowi w takim wzajemnym komunikowaniu się, które przyczynić się może do efektywności uczenia się. Trener może pracować z grupą w sposób mniej lub bardziej ustrukturuowany. Trening ustrukturuowany oparty jest na zaprogramowanych zadaniach i scenariuszach. W treningu nieustrukturuowanym, uwzględniającym w większym stopniu potrzeby samych uczestników, trener posiada określoną koncepcją założeń treningu, jego celów i funkcji.

Trener jest osobą, która może oddziaływać na proces uczenia się społecznego w grupie różnymi drogami: poprzez osobisty kontakt, słowne nagrody i kary, oraz przez określoną organizację zajęć i czynności uczestników.

- 2/ Uczenie się w grupie treningowej odbywa się na bazie sytuacji społecznych, pojawiających się "tu i teraz", a więc bezpośrednio dostępnych uczestnikom, w których są oni emocjonalnie uwikłani<sup>34</sup>. Jest to zasadniczą treścią wzajemnego komunikowania się uczestników.
- 3/ Uczenie się konstruktywnych form zachowania społecznego odbywa się w małej grupie /8 - 15 osób/ o niezmiennym składzie. Grupy takie są podstawową jednostką organizacyjną w procesie treningu i spotykają się systematycznie przez pewien ustalony okres czasu w ustalonym miejscu<sup>35</sup>
- 4/ Wykorzystanie informacji zwrotnych między uczestnikami grupy jest ściśle związane z zasadą "tu i teraz". Uczestnicy przekazują sobie nawzajem informacje o tym jak reagują na zachowania i postawy pozostałych członków grupy
- 5/ Efekty uczenia się w czasie treningu zależą w dużej mierze od tego, czy i w jakim stopniu nastąpi czasowo naruszenie sztywnych i stereotypowych postaw - czyli ich rozmrożenie<sup>36</sup> i wystąpi proces zwiększania się u uczestników chęci i gotowości do uczenia się.
- 6/ Po to, aby nowe doświadczenia społecznego mogły być asymilowane i aby ich ujęcie poznawcze mogło być adekwatne, niezbędny jest pewien poziom bezpieczeństwa psychologicznego w sytuacji, w której uczenie się przebiega. Proces rozmrożenia postaw, nowe doświadczenia, nowe spostrzeżenia na temat własny i innych ludzi powodują pewne napięcie i niepokój. Pewna ilość niepokoju i napięcia jest czynnikiem zwiększającym efektywność uczenia się na temat własnego funkcjonowania, ale gdy intensywność tych emocji staje się zbyt duża, uruchamiane zostają mechanizmy obronne, przeszkadzające w kontynuowaniu doświadczeń indywidualnych i w uczeniu się<sup>37</sup>. Zadaniem trenera i całego programu treningu powinno być proponowanie takich sposobów i form wzajemnego komunikowania się w grupie, które byłyby pomocne w sukcesywnym rozwiązywaniu problemów indywidualnych i grupowych w tym zakresie.

- 7/ Jednym z najtrudniejszych zadań stojących przed uczestnikami treningu jest równoczesne występowanie w roli zaangażowanego uczestnika działań i sytuacji oraz w roli obserwatora własnych i cudzych działań. Trudność ta, związana z wewnętrznymi przeszkodami i zintegrowaniu czynności poznawczych: działania, występuje nie tylko w czasie treningu, ale i w życiu codziennym. Z dotychczasowych doświadczeń wynika, że trudności te są możliwe do częściowego przezwyciężenia<sup>38</sup>.
- 8/ Zasadniczym materiałem w procesie społecznym zachowań są aktualne doświadczenia uczestników treningu interpersonalnego. Sprawą bardzo ważną jest, by uczestnicy tworzyli, bądź przyjmowali pewne układy pojęciowe, kategorie i reguły, pozwalające na intelektualne opracowanie uzyskanych doświadczeń oraz pomocne w ich uporządkowaniu i powiązaniu z dotychczasowymi strukturami poznawczymi lub w ich zmianie<sup>39</sup>.

#### Efektywność treningu interpersonalnego w świetle badań

Badania nad efektywnością treningu interpersonalnego prowadzone są w celu uchwycenia zmian, spowodowanych doświadczeniami treningowymi.

Podstawę niniejszego przeglądu stanowi artykuł J. Gibb'a - "The effects of human relations training"<sup>40</sup>, w którym autor przedstawia podsumowanie badań /ponad 100/ nad efektywnością treningu interpersonalnego, przeprowadzonych na przestrzeni ponad 20-tu lat. W artykule J. Gibb dokonuje analizy celów różnych form treningu i określa te, które występują we wszelkich formach treningu. Cele te stanowią układ odniesienia dla omawianych efektów treningu. Podejście takie umożliwia uporządkowanie wyników badań, a także ustalenie w jakim stopniu stawiane cele realizowane są przy pomocy treningu interpersonalnego. Cele te według J. Gibb'a są następujące:

- zmiany w zakresie postaw wobec siebie,
- zmiany w zakresie postaw wobec innych ludzi,
- zmiany w zakresie wrażliwości,
- zmiany w zakresie roli emocji w zachowaniu się,
- zmiany w zakresie motywacji,
- zmiany w zakresie zachowań w sytuacjach współdziałania.

Najczęściej stwierdzono następujące zmiany<sup>41</sup>:

- wzrost pozytywnego wartościowania siebie, zwłaszcza w zakresie "ja" realnego<sup>42</sup>,
- zwiększenie adekwatności samooceny<sup>43</sup>,
- poszerzenie udziału sfery emocjonalnej i interpersonalnej w postrzeganiu siebie i innych<sup>44</sup>,
- w zakresie postaw społecznych w kierunku otwartości, demokratyczności, partnerstwa<sup>45</sup>,
- częstsze pozytywne wartościowanie innych, wyrażające się w dostrzeganiu większej ilości ich cech pozytywnych<sup>46</sup>,
- lepsze rozumienie przeżyć własnych i innych ludzi, lepsze ich wyrażanie<sup>47</sup>,
- większa spontaniczność, otwartość i autentyczność w komunikowaniu się z ludźmi<sup>48</sup>,
- trafniejsze przewidywanie uczuć i ocen doznawanych ze strony innych<sup>49</sup>,
- wzrost empatii, tj. dostrzegania uczuć innych i werbalnej łatwości komunikowania zrozumienia ich<sup>50</sup>,
- większa odpowiedzialność za własny rozwój i wzrost poczucia własnego sprawstwa w tym zakresie<sup>51</sup>,
- zwiększenie efektywności jednostkowej i zespołowej w sytuacji współdziałania<sup>52</sup>,
- zwiększenie sprawności wykonywania roli zawodowej, wyrażające się lepszym planowaniem, przewidywaniem, rozwiązywaniem konfliktów, przewodzeniem, czy też planowaniem działalności w grupie<sup>53</sup>.

Oprócz badań nad zmianami powstającymi w wyniku treningu interpersonalnego, prowadzone są również badania dotyczące czynników warunkujących je. Należą do nich między innymi: forma treningu, osoba i zachowanie trenera, czas trwania treningu i dobór uczestników. A oto niektóre wyniki badań świadczące o znaczeniu wymienionych czynników<sup>54</sup>.

W badaniach stwierdzono, że grupy bez trenera /selfdirected/ są w równym stopniu efektywne jak grupy z trenerem.

Jednocześnie stwierdza się, że bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na efekty treningu jest osoba trenera i jego zachowanie się. Badania G.L. Coopera<sup>55</sup> i R.D. Petersa<sup>56</sup> świadczą o znaczącej roli trenera w procesie uczenia się podczas treningu.

Wyniki ich badań dotyczyły mechanizmów uczenia się i wskazują



na proces identyfikacji uczestników z trenerem G.L. Cooper stwierdził, że gdy trener jest spostrzegany jako atrakcyjny, uczestnicy identyfikują się z nim i stają się bardziej podobni do niego, pod względem postaw i zachowania. Również gdy trener jest spostrzegany jako "zgodny ze sobą", uczestnicy zwiększają swoją wewnętrzną zgodność. R.D. Peters stwierdził, że pod koniec treningu występuje wzrost podobieństwa w obrazie "ja" uczestników do trenera. Okazało się jednak, że podobieństwo trenera i uczestników pod względem wieku i zawodu nie ma wpływu na wielkość tej identyfikacji. Innymi czynnikami związanymi z osobą trenera, a ważnymi dla uzyskiwania pozytywnych rezultatów są: motywacja trenera do optymalnego rozwoju grupy, stopień ujawnia się przez niego, udział w sprzężeniu zwrotnym, rodzaj stosowanym przez niego interwencji oraz pozycja w grupie<sup>57</sup>. Wydaje się również, że istotne dla uczenia się mogą być same procesy zachodzące w małej grupie i wzajemne zachowania się uczestników<sup>58</sup>.

Co do czasu treningu, to z badań wynika, że długość całego treningu jest mniej istotna w porównaniu z długością pierwszego okresu treningu, kiedy to uczestnicy uczą się korzystać z informacji zwrotnych, tzn. uczą się uczyć. Mogą o tym świadczyć wyniki, że podtrzymywane doświadczenia maratonowe powodują większe zmiany niż porównywalny okres czasu w periodycznych sesjach. Wynika stąd, że dla doświadczeń treningowych ważne jest, aby były one skoncentrowane w ciągłych, nieprzerwanych sesjach<sup>59</sup>.

W sprawie doboru uczestników braknie badań wyraźnie wskazujących, jaki dobór jest optymalny. Przypuszczać można, że korzystna jest heterogeniczność grupy w kilku wymiarach. Potwierdzeniem tego przypuszczenia może być badanie Ben - Zeev 'a<sup>60</sup>. Stwierdził on, że uczestnicy, którzy byli w grupie z tym, których lubili, wyrażali więcej ciepła i przyjaźni, a hamowali ekspresję wrogości i odwrotnie. J. Gibb<sup>61</sup> stwierdza, że nie ma dostatecznych podstaw do stosowania jakichkolwiek ograniczeń co do uczestnictwa w treningu interpersonalnym.

Kończąc ten krótki przegląd badań i wniosków, dotyczących efektywności treningu interpersonalnego, powołam się raz jeszcze na J. Gibb 'a<sup>62</sup>, który stwierdził, że istnieją wystarczające dowody na to, że intensywne doświadczenia treningowe mają efekt terapeutyczny i sprzyjają psychologicznemu rozwojowi jednostki<sup>63</sup>.

W krótkim omówieniu nie sposób przedstawić wyczerpująco wszystkich aspektów treningu interpersonalnego. Należy jednak na zakończenie stwierdzić, że znaczenie treningu polega nie tylko na możliwości uczenia się umiejętności interpersonalnych, ale również na nadawaniu bezpośredniego waloru takim humanistycznym wartościom, jak: wszechstronny rozwój, autentyczność w stosunkach międzyludzkich, współpraca, rozszerzenie świadomości siebie, poznawanie siebie i innych, a o to między innymi chodzi w wychowaniu.

Doświadczenie emocjonalno - społeczne w grupie treningowej przyczyniają się do powstania określonych efektów, które można rozpatrywać w różnych zakresach. Można mówić o efektach psychologicznych /np: poprawna samoocena, obiektywizacja i urealnienie obrazu własnej osoby/, rozwojowych /np: rozwój spontaniczności, autentyczność, integracja uczuć z zachowaniem, tendencja do samorealizacji i odpowiedzialności za własny rozwój/, społecznych /np: rozwój wrażliwości społecznej, umiejętność komunikacji i współdziałania z innymi ludźmi, zaufanie do partnerów/ i efektach pragmatycznych /np: nabycie umiejętności walki z ludźmi złymi/. Trening interpersonalny zdaniem Z. Zaborowskiego<sup>64</sup> i C. Rogersa<sup>65</sup> może mieć również, w odniesieniu do osób nerwicowych, zaburzonych osobowościowo /w treningach jest takich osób w granicach 10 %/, efekty terapeutyczne/ np: w postaci redukcji lęku, mechanizmów obronnych/.

Na podstawie analizy dostępnej literatury przedmiotu przypuszczać należy, że trening interpersonalny może mieć zastosowanie i być efektywny w resocjalizacji nieletnich, niedostosowanych społecznie, tj. jednostek, u których występują zaburzenia w zakresie: postaw wobec siebie, wobec innych ludzi, w zakresie motywacji, w zakresie wrażliwości, w zakresie zachowań w sytuacjach współdziałania. Pod wpływem treningu interpersonalnego, uwzględniającego wszystkie czynniki wpływające na jego efektywność, można osiągnąć pozytywne efekty w wymienionych zakresach.

Empiryczne sprawdzenie możliwości zastosowania treningu interpersonalnego oraz jego efektywności w resocjalizacji nieletnich, niedostosowanych społecznie, będzie przedmiotem dalszych badań.

PRZYPISY

- <sup>1</sup>W. Sztander, Trudności wychowawcze u dzieci w wieku szkolnym powstałe na tle zaburzeń w rozwoju psychospołecznym - metody korekcji, W: Stosowana psychologia wychowawcza, Wybrane zagadnienia pod red. A. Guryckiej, Warszawa 1980, s. 26
- <sup>2</sup>Tamże, s. 76
- <sup>3</sup>Por. H. Spionek, Zaburzenia psychoruchowego rozwoju dziecka, Warszawa 1965, s. 275
- <sup>4</sup>M. Przetacznikowa, M. Susułowska, Dzieci niedostosowane społecznie, Przeszłość nieletnich, W: Psychologia kliniczna pod red. A. Lewickiego, Warszawa 1974, s. 258
- <sup>5</sup>M. Grzegorzewska, Pedagogika specjalna, Warszawa 1959, s. 31 i 33
- <sup>6</sup>M. Pionk, Teoretyczne podstawy wychowania resocjalizacyjnego, W: Wybrane zagadnienia z metodyki wychowania resocjalizującego, Katowice 1980, s. 39
- <sup>7</sup>E. Bielicki, Mechanizmy obronne u nieletnich przestępców w postaci racjonalizacji i techniki neutralizacji jako przedmiot poradnictwa psychoprofilaktycznego, W: Studia Psychologiczne WSP Bydgoszcz, 1979, z. 1, s. 75
- <sup>8</sup>W. Sztander, op.cit., s. 81
- <sup>9</sup>Tamże, s. 81
- <sup>10</sup>S. Leder, Z problematyki grup treningowych, "Zdrowie Psychiczne" 1972 nr 1-2, dodatek "Zeszyty Psychoterapeutyczne"
- <sup>11</sup>Z. Zaborowski, Trening interpersonalny /praca nieopublikowana/ - maszynopis
- <sup>12</sup>B. Strupczewska, Trening interpersonalny na tle innych metod doskonalenia stosunków międzyludzkich, W: Materiały z Sesji Naukowo-Praktycznej poświęconej treningowi interpersonalnemu, Warszawa 1978, s. 8
- <sup>13</sup>Z. Zaborowski, op.cit.,
- <sup>14</sup>Por. Z. Zaborowski, Refleksje o treningu interpersonalnym W:

Trening interpersonalny w procesie doskonalenia nauczycieli,  
Warszawa 1979, s. 5

- 15 Por. Z. Zaborowski, Trening interpersonalny, /maszynopis/
- 16 Tamże
- 17 B. Strupczewska, op.cit., s. 13
- 18 W.C. Schutz, Encounter group process, W: "Human Relations" 1970,  
nr 2
- 19 Por. C. Rogers, On encounter gruoup, Harper Row Publishers 1970
- 20 Por. Z. Zaborowski, Trening interpersonalny /maszynopis/
- 21 Tamże
- 22 Szerzej na ten temat; Z. Zaborowski, Stosunki międzyludzkie,  
Ossolineum 1976
- 23 Por. Z. Zaborowski, Funkcje i proces treningu interpersonalnego  
op.cit., s. 11
- 24 C. Rogers, op.cit., s. 16 i nast.
- 25 Z. Zaborowski, op.cit., s. 7
- 26 Tamże
- 27 Tamże
- 28 J. Reykowski, Osobowość, W: Psychologia pod red. T. Tomaszewskie-  
go, Warszawa, 1975
- 29 za J. Kościanek, Rola treningu interpersonalnego w przygotowaniu  
i doskonaleniu zawodowym nauczyciela, W: Trening interpersonalny  
w procesie doskonalenia nauczycieli, Warszawa 1979, s. 37-39
- 30 J. Reykowski, Osobowość a społeczne zachowanie się ludzi,  
Warszawa 1976
- 31 Z. Zaborowski, op.cit.,
- 32 J. Mellibruda, Założenia teoretyczne i technologiczne programu  
optymalizacji umiejętności psychologicznych nauczycieli, op.cit.,  
s. 76
- 33 por. Z. Zaborowski, op.cit., J. Mellibruda, op.cit., s. 10 i nast.



- <sup>34</sup>G. Egon, Encounter group processes for interpersonal growth, California 1970, s. 24 i nast.
- <sup>35</sup>J. Mellibruda, op.cit., s. 10
- <sup>36</sup>Tamże, s. 12
- <sup>37</sup>Tamże, s. 13
- <sup>38</sup>Tamże, s. 14
- <sup>39</sup>Tamże
- <sup>40</sup>R.J. Gibb, The effects of human relations training w Handbook of psychoterapy and behaviour change, New York, 1970 John - Wiley - Sons
- <sup>41</sup>R.J. Gibb, Tamże
- <sup>42</sup>M. Liebermann, D.J. Yalom, M. Miles, The impact of encounter groups on participants: some preliminary findings, "The J. of App. Beh. Sc" 1972 nr 1
- <sup>43</sup>P. Insel, R. Moos, An experimental investigation of process and outcome in an encounter group, "Human Relations" 1972 nr 5
- <sup>44</sup>Tamże
- <sup>45</sup>R.Ch. Ho,man, W.H. Hendrock, Effect of sensitivity training on tolerance for dissonance, "The J. of App. Beh. Sc" 1972 nr 2
- <sup>46</sup>J. Gibb, op.cit.
- <sup>47</sup>E.G. Myers, T.M. Myers, A. Goldberg, E.Ch. Welch, Effect of feedback on interpersonal sensitivity in laboratory training groups, "The J. of App. Beh. Sc." 1969 nr 2
- <sup>48</sup>C. Rogers, op.cit.,
- <sup>49</sup>Tamże
- <sup>50</sup>P. Insel, R. Moos, An experimental investigation of process and outcome in an encounter group, Human Relations 1972 nr 5
- <sup>51</sup>A.M. Lieberman i inni, op.cit.
- <sup>52</sup>J. Gibb, op.cit.
- <sup>53</sup>K. Doroszewicz, Efektywność treningu interpersonalnego w świetle

badań, W: Materiały z Sesji Naukowo - Praktycznej poświęconej  
treningowi interpersonalnemu, Warszawa 1978

<sup>54</sup>J. Gibb, op.cit.

<sup>55</sup>G.L. Cooper, The influence of the trainer on participant change  
in T - Groups, "Human Relations" 1969, nr 6

<sup>56</sup>R.D. Peters, Identification and personal learning in T. - Groups,  
"Human Relations vol", 26 nr 1

<sup>57</sup>E.E. Sampson, Leader orientation and T - Group effectiveness,  
The J. of App. Beh. Sc 1972 nr 5

<sup>58</sup>J. Gibb, op.cit.

<sup>59</sup>Tamże

<sup>60</sup>Tamże

<sup>61</sup>Tamże

<sup>62</sup>Tamże

<sup>63</sup>C. Rogers, op.cit.

<sup>64</sup>Z. Zaborowski, op.cit.

<sup>65</sup>C. Rogers, op.cit.

INTERPERSONAL TRAINING IN RESOCIALIZATION OF THE JUVENILES  
SOCIAALLY UNADJUSTED

Summary

The present article has been a theoretical introduction to empirical verification of possibility and efficiency of application of interpersonal training in resocialization of the juveniles socially unadjusted. Until now the problem has not been fully described in Polish literature both pedagogical and psychological. Considering constant searching for more and more efficient methods and techniques of influencing and young people particularly in cases of disturbances concerning attitudes towards oneself, towards other people, disturbances concerning sensitiveness, motivation and behaviours in situations of cooperation, the problem of the article seems to be of fundamental value.

On the grounds of theoretical conception of interpersonal training presented in the article one should assume the possibility of its application in resocialization of the juveniles socially unadjusted. The aims of resocialization converge in many points with the functions of interpersonal training.

Empirical verification of this assumption will be the object of further investigations.