

ПРИЁМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Невербальное общение в педагогической деятельности учителя

А. Чернявская

Невербальное общение — общение без помощи речи. Оно играет важную роль в жизни человека. От 60 до 80% информации в обычном, повседневном общении человек передаёт и принимает невербально. К невербальному общению относятся: выражение лица, телесные движения (позы, жесты), перемещения в пространстве, взгляд, тактильные ощущения.

Учитель, основным видом деятельности которого является общение, должен грамотно использовать в своей работе знания о невербальных средствах общения. Значение тех или иных жестов подробно описано в доступной психологической литературе, поэтому данные описания приводятся лишь кратко. Более подробно мы разберём такие особенности взаимодействия учителя с классом, отдельными учениками и родителями, которые редко упоминаются в литературе.

Выражение лица (мимика)

Одним из первых исследовать выражение лица человека начал Ч. Дарвин. Он попытался обосновать биологическую природу эмоций. Он и его последователи исследовали связь выражения эмоций с физиологическими процессами, происходящими в этот момент в организме человека (то есть какие именно мышцы напрягаются и расслабляются при выражении тех или иных эмоций, с какими обменными процессами это связано и т.д.). Только в последние несколько десятилетий изучение эмоций пошло по иному пути — эмоции стали рассматриваться как ключ к раскрытию мотивационной сфе-

ПРИЁМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

ры человека. В этой связи интерес к исследованиям резко возрос. Подробно изучается процесс считывания эмоций (что означает данное выражение лица); зависимость эмоций и силы их выражения от страны, национальности, социального статуса и т.д.; процесс усвоения эмоций ребёнком.

Телесные движения (позы, жесты)

Существует особая наука кинетика — наука о телесных выражениях человека. Специалисты-кинезиологи могут восстановить все движения человека по звуку его голоса. Тем не менее доказано, что понимание невербального языка большинством людей невозможно без связи его с вербальным языком и контекстом ситуации. Если мы хотим понять человека, то мы должны обращать внимание на его жесты, произвольные движения, позы, внешние проявления вегетативных изменений (покраснение, побеление, дрожь, испарина и т.д.), манеру двигаться, одеваться, причёсываться и др. Данный язык часто оказывается более правдивым и может больше сообщить нам о человеке, чем речь. Невербальный язык значительно меньше поддаётся сознательному контролю, а вегетативные изменения большинством людей и вовсе не контролируются.

Тактильное взаимодействие

Допускает ли человек в общении тактильное взаимодействие, как оно влияет на собеседников, на их поведение и взаимодействие, на ход общения — именно эти вопросы ставятся при анализе тактильно-

го взаимодействия. Обычно прикосновения допускаются в общении близких родственников или друзей. Поэтому неуместное использование прикосновений может осложнить разговор, насторожить собеседника или вовсе привести к прекращению разговора.

Визуальное взаимодействие

Направление взгляда зависит от содержания общения, индивидуальных различий, характера взаимоотношений людей и предшествующего развития разговора. Выделяют следующие функции взгляда в общении:

- информационный поиск. Поиск обратной связи в общении, информации об эффекте сообщения. Обычно обмен взглядами происходит после каждой реплики в общении и в опорных моментах разговора;
- оповещение об освобождении канала связи, то есть о том, что человек закончил говорить и ждёт ответной реплики;
- стремление скрывать или выставлять своё «я»;
- установление и поддержание первоначального контакта, чему способствуют быстрые короткие повторяющиеся взгляды;
- поддержание стабильного уровня психологической близости.

Средством невербального общения является также и *время*. Например, пунктуальность, столь принятая в общении у европейцев и американцев, у арабов вызывает раздражение. Отсутствие пунктуальности воспринимается не только как особенность человека, но и как неуважение, недостаточная заинтересованность в разговоре, способ подчеркнуть свою

важность и независимость, то есть как способ сообщить некоторую информацию, не прибегая к словам. Временной промежуток между стуком в дверь и входением в неё может показать нам важность человека (чем дольше промежуток, тем важнее человек). Время влияет на вид связи между людьми — на интенсивность общения, величину индивидуальной территории, язык тела. Временной промежуток, отводимый на разговор, может облегчить его или усложнить. При планировании разговора важно помнить, что всю основную информацию о взаимоотношениях между людьми мы передаём и принимаем в первые двадцать минут разговора.

Перемещения в пространстве

То, как мы перемещаемся по отношению друг к другу в процессе разговора, на каком расстоянии находимся, как реагируем на изменение расстояния, также может многое сказать внимательному собеседнику. При анализе перемещений в пространстве важно помнить о культурных различиях — то, что воспринимается как должное европейцем или американцем, представителем Востока будет истолковано совершенно по-иному. Способность человека общаться на разных расстояниях, в том числе и на очень близких, и сохранять при этом спокойствие — показатель его уверенности в себе, раскрепощённости, понимания себя и других. Очень многие психологические техники повышения уверенности в себе, понимания основаны именно на приёмах работы с телом, в том числе и на анализе перемещений в пространстве.

Каждый человек имеет определённую пространственную зону вокруг тела, ко-

торую он рассматривает как свою личную территорию (личную пространственную зону). Размер этой зоны социально и национально обусловлен, например, он определяется плотностью населения в том месте, где живёт человек (чем выше плотность, тем меньше зона). Все данные, которые приводятся ниже, рассчитаны для жителей больших городов западных стран. Личную пространственную территорию человека можно разделить на четыре зоны:

а) интимная зона (от 15 до 50 сантиметров). Это самая главная из всех зон, поскольку именно её человек охраняет наиболее сильно. Проникать в эту зону разрешается только тем, с кем у данного человека установлен тесный эмоциональный контакт (дети, родители, супруги, близкие друзья и родственники). Если вторжение собеседника в интимную зону нежелательно, то человек оповещает об этом целой серией сигналов.

На первой стадии человек отводит взгляд, постукивает пальцами или ступнями, покачивается на ногах или (если сидит) покачивает ногами, переминается, ёрзает на месте. На второй стадии он закрывает глаза, издаёт вздохи, сутулит плечи, подбородок отвисает. На третьей стадии происходит уход. При насильственном вторжении в интимную зону человек чувствует беспомощность, беззащитность и слабость. Следствием этого, в качестве защитного механизма, бывает повышенная агрессивность.

б) личная зона (от 50 до 120 сантиметров). Это расстояние обычно разделяет людей в дружеском общении, на вечеринках, при проведении свободного времени;

в) социальная зона (от 120 до 360 сантиметров). На таком расстоянии обычно держатся от посторонних людей

ПРИЁМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

и людей, которых мы не очень хорошо знаем;

г) общественная зона (более 360 сантиметров). Это расстояние наиболее удобно, когда мы адресуем свои слова большой аудитории.

Каким же образом знания перемещений в пространстве могут оказаться полезными для учителя в школе? Рассмотрим несколько примеров.

Пример 1. Учитель ведёт индивидуальную беседу с учеником. При этом ученик переминается с ноги на ногу, оглядывается и тем самым вызывает замечание учителя. Возможно, что ученик действительно всячески старается показать, что данный разговор ему неинтересен. Но чтобы сделать такой вывод, учитель должен исключить все другие причины, и в первую очередь нарушение интимной зоны ученика. Особенно это касается тех случаев, когда ученик меньше учителя ростом, потому что учитель может неосознанно нарушить интимную зону ученика, в то время как его собственная зона нарушена не будет.

Пример 2. Учитель, ведя индивидуальную беседу с учеником, берёт его за плечо. Подобный жест, продиктованный самыми благими намерениями, может вызвать агрессивную реакцию ученика или, наоборот, чувство незащищённости и беспомощности. Прежде чем сделать подобный жест, учитель должен удостовериться, что он не будет неприятен ученику.

Практические упражнения

Упражнение 1

Ответьте на следующие вопросы: существуют ли ограничения на мимические выражения учителя? Выражение каких эмо-

ций и в каких ситуациях следует сдерживать учителю?

Упражнение 2

Разберите следующие примеры:

Пример 1. Учитель приходит в класс и видит, что первые парты свободны, а на последних ученики сидят очень тесно.

Пример 2. Учитель разговаривает с коллегой, и при этом они всё время перемещаются в пространстве. Чем может быть вызвано подобное явление?

Пример 3. Учитель-новичок замечает, что и учителя, и ученики стараются держаться от него «на расстоянии», и воспринимает это как сигнал того, что он чужой, что никто не хочет с ним устанавливать дружеские отношения, и очень болезненно переживает это.

Пример 4. Учитель чувствует большое напряжение в классе, где парты стоят очень близко от доски. Чем вызвано напряжение? Каким образом можно изменить данную ситуацию?

Упражнение 3

В упражнении участвуют два человека. Остальные члены группы внимательно наблюдают и фиксируют происходящее. Двое участников садятся на стулья, повернутые спинками друг к другу, на расстоянии около двух метров. Таким образом, они оказываются сидящими спиной друг к другу. Задание: вести непринуждённый дружеский разговор. При последующем анализе особо уделите внимание тому, какие изменения в вербальном (темп речи, интонации, длина вопросов и ответов, длительность пауз) и невербальном поведении (позы, жесты, мимика и их изменение в ходе разговора) происходили в ходе упражнения и о чём они

свидетельствуют. Что послужило причиной происшедших изменений?

Упражнение 4

Для выполнения этого упражнения необходимы также два участника. Ситуация: учитель вызвал к себе ученика и отчитывает его за проступок. При этом учитель сидит на стуле, а ученик стоит максимально близко к нему.

Анализ: каково было состояние участников? Как реализовывались цели упражнения? По каким жестам и позам можно судить о том, что участники чувствовали напряжённость при выполнении упражнения? Каковы были их позы (открытые, закрытые), свидетельствовали они о внимании к происходящему или нет? Попробуйте интерпретировать некоторые позы.

Примечание: в упражнениях 3 и 4 использованы идеи В. Сатир.

Вопросы для обдумывания:

— Как организация пространства в классе помогает учителю в реализации его целей?

— Как пространство выделяет и подчёркивает функции учителя и функции учеников?

— Как оно помогает созданию рабочей обстановки в классе?

— Что изменится при иной расстановке мебели (буквой «П», «ёлочкой» и т.д.)?

— Как надо изменять пространство класса в зависимости от целей внеклассной работы?

Упражнение 5. Задуманное слово

Группа делится на две подгруппы. Каждая задумывает слово, обозначающее предмет или абстрактное понятие (что сложное для игры). Члены одной подгруппы

«представляют» это слово другой подгруппе. Её участники имеют право называть варианты ответов, а демонстраторы невербально соглашаются или не соглашаются с ними.

Упражнение 6. Диалоги

Упражнение направлено на понимание жестов в невербальном общении. Члены группы разбиваются на пары. Пара ведёт диалог на выбранную тему. Задача членов группы — наблюдать и анализировать ход диалога, попытаться понять и обосновать реакции участников диалога. Демонстрация проводится с несколькими парами.

При обсуждении следует обратить внимание на то, когда и как в диалогах выражались эмоции радости, сомнения, удивления, отрицания, согласия и т.д. Ведущий рассказывает об основных жестах невербального общения и даёт соответствующую литературу.

Упражнение 7. «Ресторан»

Играют два человека — «посетитель» и «официант». «Посетитель» приехал из другой страны и может общаться только жестами и звуками (без использования слов). «Официант» может разговаривать. Задача участников следующая: «посетитель» должен сделать заказ из трёх блюд, «официант» должен понять и принять этот заказ. Заказывать можно всё, что угодно, без ограничений. При этом заказ должен быть подробным, например, не просто первое блюдо, а какое именно. Все участники группы по очереди исполняют и роль посетителя, и роль официанта.

Обсуждение. При обсуждении анализируется, каким образом и с использованием каких невербальных средств общения участникам упражнения удалось

ПРИЁМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

понять друг друга. Что им помогало и мешало сделать это?

Вопросы и задания для самостоятельной работы

- 1.** Каковы могут быть последствия скученности детей в классе и во время перемены? Перечислите способы, используя которые можно снизить нежелательные последствия перегруженности класса.
- 2.** Как можно избежать стресса в переполненном транспорте?
- 3.** Какие условия можно создать для индивидуальной беседы с учеником, если у вас нет уверенности, что он дослушает вас до конца?

ПТ