

# ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ<sup>1</sup>

**Рыночная экономика в нашей стране — это не только многообразие форм собственности, свобода человека, раскрытие его предпринимательских способностей. Это ещё и переработка психики людей, превращающая порой человека в индивидуалиста, ожесточённого борьбой за выживание. Каково в этих условиях ребёнку? Он находится под воздействием мощного потока информационных и других стимулов. При этом катастрофически уменьшается живое общение и взаимодействие взрослых и детей друг с другом. В окружении множества людей ребёнок зачастую остаётся одиноким, поскольку его эмоциональное самочувствие по большому счёту никого не интересует. К сожалению, большинство родителей не склонны вникать во внутренний мир детей, в контекст их проблем и переживаний, не доверяют детям. А для учителей профессиональной ценностью является точное знание, и оценка качества знаний переносится на личность, а любой результат обучения и воспитания оценивается в системе «ЗНАЕТ — НЕ ЗНАЕТ», «ВЛАДЕЕТ НАВЫКОМ — НЕ ВЛАДЕЕТ».**



**Наталья Сергеева,**  
ст. преподаватель  
кафедры  
педагогике ЧГПУ  
им. И.Я. Яковлева,  
кандидат  
педагогических наук,  
г. Чебоксары

Мы хотели бы рассмотреть особенности самовосприятия и самопонимания студентов педагогического вуза. Это связано с тем, что эмоциональное благополучие детей во многом определяется качеством межличностного общения учителя и учащегося, которое, в свою очередь, зависит от внутриличностных отношений учителя, то есть от его отношения к самому себе, от его способности быть внимательным к своим чувствам, доверять своим ощущениям. Под самопониманием большинство авторов подразумевает способность наблюдать и объяснять своё поведение и мотивацию, умение отвечать на вопросы «как» и «почему» относительно своих эмоций, поступков, мыслей и намерений, способность определять смысл своей жизни на отдельных её этапах.

Студентам важно приобрести опыт и навыки саморефлексии и самопонимания, это будет способствовать внимательному отношению к внутреннему миру другого человека.

На наш взгляд, подобный опыт наилучшим образом приобретается в процессе духовного творчества. Речь идёт о творчестве в области живописи, поэзии, музыки. Недостаток такого рода творчества в вузе, необходимость в течение дня делать лишь то, что «надо», ставит студента в положение, когда невозможно выразить себя социально приемлемыми способами, освободиться от скопившихся негативных эмоций, осознать свою уникальность и почувствовать себя свободным.

Р. Мэй замечает, что, придавая большое значение фактам, мы довольно пренебрежительно относимся к воображению. «А вдруг окажется, что воображение и искусство — это вовсе не «десерт», а источник человеческого опыта? Что, если логика и наука происходят от тех или иных форм искусства и к тому же зависят от них, а не искусство украшает наш труд, опираясь на науку и логику?» [3, 113].

Одно из важных условий эмоционального благополучия человека — продуктивное общение учителя и ученика, родителей и детей, сверстников и т.д. Чем выше уровень самопонимания, тем успешнее проходит процесс коммуникации. Мы считаем,

<sup>1</sup> Статья опубликована по материалам исследования в рамках проекта «Обеспечение эмоционального благополучия детей и подростков средствами искусства в учреждении дополнительного образования», финансируемого Министерством образования РФ (грант ГО22.229).



что, применив комплекс методик, активизирующих восприятие студентов, можно углубить процесс самопонимания, а значит, сделать общение более продуктивным.

В эксперименте приняли участие 98 студентов 3-го курса факультета иностранных языков и 2-го курса художественно-графического факультета Чувашского педагогического университета. Мы предложили студентам технику рисования мандал, известную среди практических психологов и психотерапевтов (арттерапевтов). Слово «мандала» имеет санскритское происхождение и означает «магический круг».

Общим вопросом, на который мы стремились ответить в нашем исследовании, был следующий: в какой мере студенты нехудожественных и художественных специальностей способны прислушаться к себе, к своим ощущениям, чувствам, а затем спонтанно выразить себя средствами изобразительной деятельности. Таким образом, рисование мандал нас интересовало прежде всего как творческое задание, а форма круга (как наиболее гармоничная) должна была помочь студентам сконцентрироваться на их внутренних ощущениях.

Мы предложили студентам бумагу, цветные карандаши и фломастеры. Но самое главное — это найти мотивирующие слова, вдохновляющие студентов и объясняющие суть работы.

Предварительная беседа может быть следующей:

«Сегодня первый день весны — пробуждения жизни. Мне бы хотелось запечатлеть этот миг нашего совместного бытия, кусочек нашей общей жизни. Я предлагаю вам порисовать в круге, потому что круг — это символ космического порядка и того порядка, который присутствует в самом человеке. Круг — как некая целостность, гармония, равновесие, мир...

Я предлагаю вам найти в круге центральную точку, которая вызвала бы у вас ощущение равновесия. Начните рисовать с этого центра — вашего центра, — и пусть композиция вашего рисунка выстраивается сама собой. Не думайте о том, «красиво» или «некрасиво» получается, «правильно» или «неправильно», позвольте своей руке рисовать то, что захочется, пока не задумываясь о результате. Итак, в добрый путь!..»

Среди студентов обязательно найдутся ребята, которым их работы не понравятся. Здесь важно помочь им осознать, что факт самовыражения в данном случае важнее, чем эстетические показатели. На рисунке отразилась частичка души, состояние, внутреннее ощущение этого конкретного мига существования — и в этом ценность.

В отличие от студентов художественно-графического факультета студенты факультета иностранных языков практически не высказывают оценочных суждений («дурацкий», «детсадовский» рисунок и т.п.), с большей охотой показывают свои



Задайте вопрос психологу

**Я — студент, учусь на психолога (это не проблема). Часто становлюсь свидетелем «разборок» приятелей. Больше всего, что, когда я хочу помочь друзьям в решении конфликтных ситуаций, мне говорят: «Отвали, психолог!» Моя проблема в том, что меня воспринимают как человека в белом халате, склонившегося над подопытными кроликами, который делает свои эксперименты, и забывают, что я — друг. (Андрей)**

— К сожалению, ты частично прав. Порой психолога воспринимают именно так, как ты описал, причём не только друзья, но и большинство людей. И это не твоя проблема — твоя проблема в другом.

Наше общество долгое время жило стереотипами и оказалось ни социально, ни психологически не готово к этой новой для нашего социума профессии. При первой встрече психолога с детьми на вопрос о том, кто такой психолог, они обычно отвечают, что это тот, кто психов лечит. Даже не все взрослые знают, что психолог работает со здоровыми людьми, а вот с клиникой — психиатр.

Многие считают психологов опасными людьми: мол, сейчас он считает с меня всю информацию и всё будет знать обо мне. Вот тогда люди замыкаются, включая защитные механизмы. У каждого из нас есть тайны, большие или маленькие, нам не нравится, если кто-то о них узнаёт помимо нашей воли, мы не хотим быть слабыми, особенно перед друзьями.

Практически у каждого начинающего психолога срабатывает «синдром молодого психолога» (некого всезнайки). По неосторожности, неопытности он может выдать информацию, например, другу, который сам не осознаёт своей проблемы или же боится в ней признаться даже себе. Это больно, а начинающий психолог может этой боли и не заметить.

Андрей, не обязательно, что эта информация о тебе, но она тоже пригодится в работе. Свои знания о феноменах психологии используй в ваших тусовках в форме шуточных высказываний, в компании будь самим собой, а не психологом. Не усердствуй в раскрытии тайны конфликтов, так как в конфликтной ситуации, когда ты стремишься помочь, твои друзья находятся в состоянии аффекта и мыслить здраво просто не в состоянии, поэтому и говорят: «Отвали, психолог!» Если конфликты случаются часто, то лучше поговорить с каждым другом индивидуально, используя удобный случай, но не консультируй как психолог, применяй позна-



Задайте вопрос психологу \_\_\_\_\_

ния в психологии опосредованно. Вообще помни: человек сам должен захотеть что-то изменить в себе, сам должен обратиться за советом, тогда наша помощь будет действенной. Помогать надо тоже осторожно, когда этого человек сам захочет. Ни один субъект не хочет быть подопытным кроликом, а вдруг из него чего-нибудь «выдернут»! Так что, Андрей, не обижайся на своих друзей, они в чём-то правы, изменить человека невозможно, можно только изменить своё отношение к ситуации.

Успехов тебе, авторитет психолога приходит с опытом и мудростью, тогда друзья сами будут часто обращаться к тебе за помощью, у них будет не только свой личный психолог, но ещё и друг — гордость и опора. ■

#### Уважаемые читатели!

Ждём ваших вопросов по адресу:  
109341, Москва, ул. Люблинская, д. 157, корп. 2,  
редакция «Народное образование».  
E-mail: narodnoe@narodnoe.org  
«Задайте вопрос психологу».

рисунки окружающим и интерпретируют их. Вместе с тем можно столкнуться и с другой ситуацией. На предложение порисовать студенткаотреагировала недовольной гримасой на лице. После рисования — обсуждение:

— Чем вызвано такое недовольство?

— Я не умею рисовать (за этой фразой всегда прячется другая: я боюсь рисовать).

— Когда Вы впервые узнали об этом?

— Ещё в детском садике: нам дали задание нарисовать лошадь, а я не смогла. Для родителей в коридоре вывесили рисунки детей, и мой листок, на котором ничего не было, тоже висел там. До сих пор помню, как мне было стыдно. Затем в школе мне ставили только тройки по рисованию.

Страх — один из главных врагов любого человека. Зачастую он становится источником эмоционального неблагополучия детей и подростков. Личностный рост должен начинаться с веры в себя.

Для дальнейшего изучения содержания самопонимания студентов мы использовали технику М. Куна, в которой испытуемые должны были за 710 минут дать как можно больше ответов-описаний на вопрос «Кто я?».

Мы получили многочисленные описания-образы; к примеру, одна студентка видит себя так: «Я — змея. Я — кошка, которая ходит сама по себе. Я — дикая кобыла. Я — домашняя тапочка. Я — конфетка с твёрдым орехом внутри. Я — тазик с мыльной во-

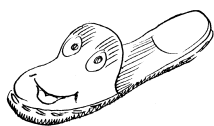
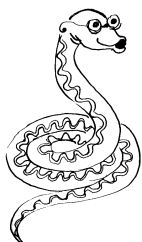
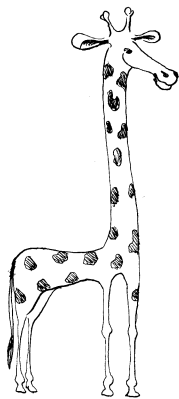
дой. Я — добрые глазки собачки. Я — старшая жена в гареме. Я — бивень слона. Я — длинная шея жирафа». Столь образные описания свидетельствуют о богатом воображении, неординарном мышлении и о большом творческом потенциале студентов.

Конечно, кроме образных описаний в студенческих ответах констатируются личностные характеристики, психологические особенности, качества характера.

Профессия учителя не занимает в описаниях «Кто я?» высокого места. Лишь 4,8% студентов обозначили эту характеристику. Что касается студентов художественно-графического факультета, то каждый отвечающий на вопрос «Кто?» указал свой будущий профессиональный профиль: «дизайнер», «художник», «модельер». Студенты факультета иностранных языков в 90% случаев вообще никак не отмечают свой профессиональный статус.

Среди факторов, влияющих на эмоциональное благополучие детей и подростков, немаловажное значение имеет педагогический фактор. Большинство психогенных расстройств у учащихся спровоцировано учителем [2]. Лишь 10% учителей проявляют пристальное внимание и уважение к личности ребёнка, искренность в выражении своих чувств. Большинству учителей присуще постоянное стремление контролировать учащихся, доминировать в отношениях с ними, проявлять строгость, властность, авторитаризм [1]. Личностные особенности учителя задают стиль общения с учащимися, определяют степень эмоционального благополучия или неблагополучия ребёнка в процессе педагогического взаимодействия, а также общее психологическое самочувствие детей в классе.

Образ учителя у каждого складывается на основе личного опыта, полученного в школе. Этот образ особенно значим для студентов педагогического вуза — будущих педагогов. Мы задались целью изучить особенности восприятия студентами таких категорий, как «школа», «учитель». Участвующие в эксперименте студенты совсем недавно были школьниками, поэтому их воспоминания, эмоциональные ощущения, вызванные общением с учителями, довольно свежи. И в то же время иной ролевой статус позволяет им посмотреть на свою школьную жизнь и учителей в школе как бы со стороны.





Мы попросили студентов продолжить предложения «Школа — это...», «Учитель в школе — это...» ассоциациями, которые возникают у них в первый момент. И нас, прежде всего, интересовало, насколько часто студенты воспринимают учителя как «источник» эмоционального благополучия учащихся, а школу как место удовлетворения базовых психологических потребностей человека в безопасности, любви, в уважении, самовыражении, общении.

Всё многообразие ответов можно разделить условно на несколько групп. Самая многочисленная группа — 34,9% студентов — одновременно описывали и отрицательные, и положительные образы школы и учителя в школе. Например: учитель — это старший брат (старшая сестра), плечо, опора, жилетка, в которую можно поплакаться, и вместе с тем у него «гранитный камушек в груди», он ничего не понимает. В некоторых описаниях можно встретить такие противоположные сочетания: «жандарм — отец родной», «мучитель — советчик», «кнут и пряник» и т.п.

Вторая по численности группа — 31,3% — это ответы, окрашенные положительными эмоциями, искренней благодарностью: «Учитель в школе — это наставник, заботливый человек, которого можно сравнить с мамой и папой; это прекрасный друг, замечательный собеседник, защитник; это старший товарищ, ведущий тебя за руку, с которым уверенно себя чувствуешь; это самый близкий человек после родителей; это поддержка и понимание, дружба, разговоры, ум, строгость, это отзывчивый, понимающий и всегда старающийся помочь, это учительница французского, которую я никогда не забуду».

Противоположные эмоции испытывают 21,6% из числа участвующих в эксперименте студентов. Среди ответов можно встретить такие характеристики: «Учитель в школе — это врун, эгоист, это жертва, самообманщик, мученик, это психически ненормальный человек, это скучные люди, которые иногда лезут не в своё дело. Школа — это маленькое царство со своими царями, королевами, принцами и слугами,

место, где царят хаос и беспорядок, где одни люди стремятся подчинить себе других, а если другие — гордые и непокорные, им не место в этом царстве беспечности. Учитель — это собственник и самовлюблённый тип, который хочет подчинить волю беззащитного ребёнка себе, ненавидит детей, так как в большей степени завидует их беспечности. Учитель в школе — это козёл отпущения; бог, которому поклоняются, ревнуют, ждут от него благосклонности. Шут, над которым смеются. Учитель в начальных классах — второй родитель; в средних — человек, вызывающий интерес, мыслитель; в старших классах — тюремщик, который не даёт ни свободы мысли, ни свободы поведения».

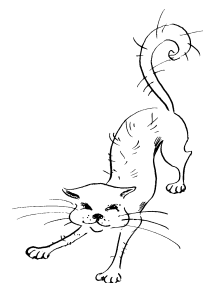
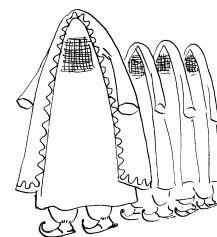
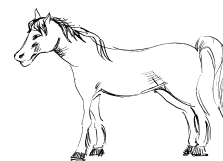
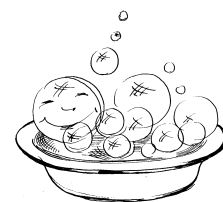
После того как студенты выразили свои оценки учителям и школе, мы попросили их представить себя в образе педагога и ответить на вопрос: «Если я учитель, то какой?..» Студенты, участвующие в эксперименте, ещё не проходили педагогическую практику и не имели опыта работы в школе, поэтому их ответы — это идеальные модели того, каким должен быть учитель или каким они хотели бы его видеть.

Большинство студентов в своих ответах перечислили массу положительных качеств и характеристик, описывая себя в роли учителя.

Результаты обработки полученных характеристик по частоте упоминаний представлены в таблице.

«Если я учитель, то какой...»

Строгий	37,3%	Знающий своё дело	8,4%
Справедливый	26,5%	Помогающий	7,2%
Понимающий	25,3%	Интересный	7,2%
Добрый	19,2%	Внимательный, поддерживающий, чуткий, тактичный	6,0%
Весёлый, с чувством юмора	15,6%	Умный	4,8%
Требовательный	10,8%	Наблюдательный	3,6%
Ответственный	10,8%	Отзывчивый	3,6%
Друг и товарищ	9,6%	Старательный	2,4%





Наиболее значимые для наших студентов качества педагога: «строгость», «справедливость», «понимание», «доброта», «чувство юмора».

Студенты выделяли и такие качества, как: «чуткий», «воспитанный», «творческий», «равный со всеми», «чувствующий детей», «мудрый», «открытый», «улыбающийся», «терпеливый», «любящий детей», «творческий» и т.п. «Если я учитель, то я буду стараться, чтобы дети чувствовали себя комфортно на уроках». «Если я учитель, то я, наверно, неплохой учитель. Для меня главное — не навредить ребёнку». «Если я учитель, то я весёлая, справедливая, любящая хвалить за успехи, подбадривать». «Если я учитель, то я — река, рука помощи, друг, солнце, дорога». «Если я учитель, то я стараюсь обеспечить ученикам непринуждённую обстановку, с радостью отвечаю на их вопросы».

Среди множества положительных качеств учителя студенты выделяют такие: «понимающий», «помогающий», «поддерживающий». Но если я не могу «услышать» то, что во мне происходит, смогу ли я понять ребёнка? Изобразительная экспрессия, не ограниченная жёсткими инструкциями, как раз и позволяет студентам сконцентрироваться на внутренних ощущениях и проявить потенциальные творческие возможности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гордеева А.В. Реабилитационная педагогика: традиционный или инновационный путь? // Школа. 1998. № 6. С. 7–10.
2. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации // Вопросы психологии. 1983. № 4. С. 89–95.
3. Мэй Р. Мужество творить: Очерк психологии творчества. Львов: Инициатива; М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 2001. **НО**



ООО РИПЛ REEPL LTD  
127055 Москва, Лесная улица, 43, стр. 1, офис 539  
тел. 258 25 24 факс 978 66 02  
e-mail info@reepi.ru



**Laerdal**  
helping some lives

### Этому нельзя обучить "на пальцах"!

**универсальный тренажер для занятий ОБЖ** – манекен взрослого человека для получения и отработки следующих медицинских навыков:

- ❖ сердечно-легочной реанимации,
- ❖ остановки кровотечения,
- ❖ помощи при ушибах, переломах, ожогах, ранениях конечностей
- ❖ правильной транспортировки пострадавшего

Модульное строение манекена позволяет приобрести его в различных комплектациях - с учетом Ваших задач и возможностей.



Компания Рипл является эксклюзивным дилером фирмы Laerdal в России и осуществляет продажу, лизинг и сдачу в аренду манекенов Laerdal  
Каждому новому пользователю – плакат по оказанию первой помощи – бесплатно!