

УДК 159.925:81'243

Оксана Турчин

ЕКСПРЕСИВНА ПСИХОТЕХНІКА ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

У статті проаналізовано використання експресивної психотехніки у професійній діяльності викладача іноземної мови. Розглядається необхідність використання невербального компоненту комунікації як засобу підвищення інтересу студентів до вивчення іноземної мови та їх мотивації до навчання. Здійснено аналіз невербальних (експресивних) засобів спілкування та їх значення для навчального процесу.

Ключові слова: педагогічна майстерність, педагогічна техніка, експресивна психотехніка, невербальна комунікація, педагогічний артистизм, рольова гра.

Актуальність проблеми. Упродовж останніх десятиліть відбулися значні зміни в освітній галузі, що спонукає до переосмислення завдань системи освіти шляхом уведення активних форм, методів і засобів навчання іноземних мов, зокрема застосування різноманітних міждисциплінарних підходів до процесу навчання, в тому числі і психологічних. Постає також і проблема вдосконалення педагогічної майстерності викладачем іноземної мови. В даний час на сторінках психолого-педагогічної літератури велика увага приділяється проблемі фасилітації невербальним компонентом (міміка, жести, погляд тощо) процесу вивчення іноземної мови, котрий дає викладачеві можливість зробити передачу інформації доступнішою і зрозумілішою. Тому очевидним є той факт, що для підвищення результативності навчального процесу викладач повинен враховувати психологічні умови застосування невербальних комунікативних засобів, вміле використання яких робить його мову емоційнішою й експресивнішою, а також підвищує у студентів інтерес до вивчення іноземної мови та мотивує їх до навчання.

Мета повідомлення: розглянути ефективність використання викладачем експресивної психотехніки як невербального засобу мотивації до вивчення іноземної мови студентами.

Аналіз проблеми в науковій літературі. Дослідженням проблеми невербальних аспектів спілкування займалися Дж. Фаст, А. Піз, М. Крічлі, Ч. Морріс, І. Н. Горєлов, В.А. Лабунська, О.О. Леонтєв та ін. Проблема нетрадиційного навчання невербальними засобами є предметом дослідження значної кількості як зарубіжних, так і вітчизняних вчених, зокрема П. Булл, П. Лойстер, Г.В. Онкович, Ю.І. Пассов, О.Б. Тарнопольський, Н.К. Складенко та ін. досліджували процес спілкування, розглядаючи взаємозв'язок його вербальних і невербальних компонентів [4]. Дослідженням експресивного (невер-

бального) компоненту спілкування саме у педагогічному спілкуванні займалися З.С. Карпенко, Є.О. Петрова, О.О. Бодальов та ін.

Взаємодія студента і викладача полягає, перш за все, в обміні між ними інформацією пізнавального й афективно-оцінного характеру. І передача цієї інформації здійснюється як вербальним шляхом, так і за допомогою різноманітних засобів невербальної комунікації [6]. Отже, для створення комунікативної ситуації викладач повинен здійснювати відбір не лише вербального, але й невербального змісту. Невербальний зміст – це використання викладачем невербальних засобів спілкування в навчанні: паралінгвістичних (темпо-ритмічні і мелодійно-інтонаційні особливості мовлення); екстралінгвістичних (сміх, плач, зітхання); проксемічних (просторове пересування під час занять); кінесичних (міміка, жести, пантоміміка) [9].

Найбільш виразними й дієвими серед невербальних знаків, якими користується викладач у своїй професійній діяльності, є інтонація, міміка й жести. Усі ці немовні знаки є комунікативно значущими. Будучи проявами внутрішніх мотивів і реакцій людини, вони виконують емоційно-експресивну функцію спілкування [8]. Тому викладачеві необхідно вміти належним чином володіти як педагогічними, так і певними психологічними техніками. Педагогічна техніка – це комплекс умінь та навичок, що дають змогу досягнути оптимальних результатів у навчанні та вихованні студентів (міміка, жести, техніка мовлення, техніка педагогічного спілкування, вміння контролювати власні емоції, настрої тощо) і являє собою сукупність умінь та навичок, необхідних для стимулювання активності як окремих студентів, так і колективу в цілому:

- вибрати правильний стиль і тон у спілкуванні зі студентами, управляти їх увагою, темпом діяльності;
- управляти своїм тілом;
- регулювати свій психічний стан (викликати почуття радості, гніву тощо);
- володіти технікою інтонування для вираження різних почуттів (прохання, вимога, питання, наказ, рада, побажання);
- викликати прихильність до себе співрозмовника;
- образно передавати інформацію;
- мобілізувати творче самопочуття перед майбутнім спілкуванням тощо [2, с. 16].

Все це дає підстави стверджувати, що, окрім професійного володіння своїм предметом, викладачеві необхідно ще й володіти певними психологічними техніками для забезпечення належного рівня знань іноземної мови студентами. Однією з таких технік є експресивна психотехніка.

Експресивність – властивість вираження людиною власних емоцій через міміку, жести, голос, рух. Саме правильне застосування даної властивості дозволяє викладачеві чітко передати власну думку та ставлення. При цьому досягається тісний контакт зі студентами, що є

потрібною умовою спілкування і передачі інформації, активізації свідомості і закріплення певних знань, умінь та навичок, а також заохочення студентів до вивчення іноземної мови. Невербальний, або експресивний компонент спілкування відіграє істотну роль у процесі взаємодії викладача зі студентами, оскільки відомо, що різні засоби невербального спілкування (жест, міміка, поза, погляд, дистанція) виявляються в деяких випадках дієвішими, аніж слова.

Найбільшу здатність виражати різні емоційні відтінки має обличчя людини. Мімічна сторона спілкування є надзвичайно важливою, оскільки може істотно допомогти у встановленні контакту. Міміка – це засіб передачі своїх почуттів, емоцій, ставлення до чогось за допомогою м'язів обличчя. Щоб міміка не стала кривлянням, вона повинна відповідати психічному стану викладача. Вираження доброзичливості на обличчі сприяє появі позитивних емоцій як у самого викладача, так і в студентів [2, с. 31, 33]. Велике різноманіття мімічних рухів надає викладачеві можливість виразити свій емоційний стан, почуття, настрої, ставлення до конкретного явища чи події, до студентів та їх відповідей, що своєю чергою заохочує їх до роботи та взаємодії, а також підвищує їх інтерес до предмету та мотивує до навчання. Для педагога однаково важливими є й виразність власної міміки, й уміння "читати по обличчю". Встановленню довірливого контакту зі студентами сприяє природна й виразна міміка викладача, здатність його виразу обличчя передавати небайдужість, інтерес до предмета обговорення, до студентів, зацікавленість у співпраці з ними [8]. Вміле і доречне використання викладачем міміки в поєднанні з жестами здатне наштовхнути студентів на правильне розуміння невідомих іншомовних слів, підштовхнути їх до розмови, заохотити до виконання завдання, зняти емоційне напруження та страх перед помилками. Широкий діапазон почуттів виражають посмішка, очі та брови. Зокрема блиск очей і виразність погляду свідчать про зацікавленість співрозмовником та предметом обговорення. В такому випадку партнер по спілкуванню охоче відгукується на звертання, на питання, навіть риторичне, посмішку, він готовий вступити в діалог, підтримати розвиток теми обговорення. Таким чином, за допомогою міміки викладач іноземної мови може заохотити студентів до діалогу та співпраці на занятті. За відсутності виразної міміки у викладача вивчення іноземної мови стає нудним і формальним, оскільки саме за її допомогою студенти мають можливість зрозуміти невідомий іншомовний матеріал, надати йому особистісного смислу. Проте слід пам'ятати, що мімічна симуляція може негативно позначитися на навчальному процесі, оскільки буде з пересторогою сприйматися студентами, що призведе до небажання навчатися.

Безсумнівно, для успішності професійної діяльності викладача необхідними є такі риси його мовлення, як бездоганна дикція, дотримання всіх орфоепічних норм іноземної мови, добре поставлений

голос, уміння керувати диханням, тобто професійне володіння технікою мовлення [8]. Слід пам'ятати, що для викладача іноземної мови також дуже важливо встановити правильний темп мовлення, який повинен відповідати його темпераменту і бути природним. Для цього викладачеві необхідно вміти контролювати свої емоції. Адже встановлено, що різні емоційні стани відображаються в інтонації, інтенсивності й частоті основного тону голосу, темпі артикулювання і паузації, лінгвістичних особливостях побудови фраз: їхній структурі, виборі лексики, наявності або відсутності переформулювань, помилках, самокорекції, повторях. Коли викладач свої переживання, емоції, почуття підкріплює виразним мовленням, яке насичене різними інтонаціями, це сприяє розвитку адекватних проявів у слухачів. Невиразний, тихий голос, відсутність потрібного темпу мовлення, погана дикція призводять до нерозуміння і втрати інтересу студентів до заняття. Такий викладач не здатний зацікавити студентів, надихнути їх, пробудити інтерес до навчання. І, навпаки, розвинене мовленнєве дихання, досконала дикція, поставлений голос додають слову педагога виразності, яка дозволяє передавати в мовленні багатство відтінків думок і відчуттів. Тому оволодіння технікою мовлення – одне з головних складників професійно-комунікативної майстерності викладача [2, с. 23].

Важливе місце у невербальному спілкуванні викладача зі студентами займає погляд. Саме він має надзвичайно великий вплив на студентів. Погляд допомагає регулювати увагу студентів, робити зауваження без слів, контролювати хід проведення заняття. Прямий погляд викладача, звернений до студентів, передає його діалогічну інтенцію, створює зоровий контакт. Відкритий, доброзичливий погляд також емоційно живить студентів. Вплив погляду залежить від дистанції спілкування. Чим ближче до викладача знаходиться студент, тим сильнішим буде вплив погляду. Викладач інтуїтивно вибирає оптимальну відстань спілкування. Він може використовувати просторову близькість для встановлення довірливих стосунків зі студентами, проте повинен пам'ятати, що надмірне наближення до спів розмовника виглядає нетактовно і може трактуватись як зазіхання на особистий простір. Для заохочення студентів до спілкування іноземною мовою слід обрати відкриту позу: не схрещувати руки, стояти обличчям до аудиторії, зменшувати дистанцію. Все це створює ефект довіри. Візуальний контакт виконує значну роль у встановленні емоційного контакту зі студентами. Відвертість, доброзичливість погляду іноді зроблять більше, ніж слова. Адже коли ми хочемо, щоб студент нас почув і зрозумів, ми завжди прагнемо бачити його очі [2, с. 31-32].

Не можна залишати без уваги і систему жестів, яка відіграє важливу роль у професійній діяльності викладача. Жести – виражальні рухи голови, тіла, рук є важливим засобом підсилення виразності мовлення. Жести зближують мовця зі слухачем, але надумані, вони

можуть навпаки, призвести до повного розриву зв'язку між ними. Жестикуляція викладача відрізняється від виражальних повсякденних рухів людини насамперед комунікативною виправданістю. Іноді саме жести мають більшу вагу у спілкуванні, ніж слово. Як зазначає Є.О. Петрова, жестикуляція педагога є для студентів одним з індикаторів його ставлення до них. Жест має властивість "таємне робити явним", про що викладач повсякчас повинен пам'ятати [7]. Викладач завжди перебуває у центрі уваги студентів, тому йому часто доводиться контролювати свої жести, намагаючись приховати своє фізичне нездужання, поганий настрій чи втому. Жести викладача повинні бути органічними, без різких рухів і напруження, виправданими, доцільними, правдиво й природно виражати зміст мовлення і думки. Під час використання жестів разом з вербальними засобами підсилюється ефект достовірності інформації, ступінь розуміння та запам'ятовування. Тому викладачеві іноземної мови необхідно використовувати жести, котрі мають те саме значення, що й мовлення, щоб уникнути труднощів розуміння іншомовного повідомлення з боку студентів. Слід пам'ятати, що надмірна жестикуляція відволікає від головного. Не завжди вона доречна і покращує виразність мовлення. Негарне враження залишає безконтрольне розмахування руками. Внутрішній стан педагога відображається в різних довільних і мимовільних рухах і підпорядковується контролю свідомості. Необхідно виховувати в собі вміння стримувати зовнішні прояви і не виявляти переживання, які можуть розбалансувати ситуацію, особливо в екстремальних обставинах. Тому деякі жести необхідно наперед продумувати, відпрацьовувати, домагатися їх відповідності тому, що промовляється, пам'ятаючи про те, що вони є способами посилення мовленнєвої діяльності, вираження особливостей підтексту [2, с. 30].

Говорячи про роботу викладача іноземної мови, необхідно відзначити її схожість з професією актора, адже обидві професії характеризуються творчістю. Для того, щоб мотивувати студентів до вивчення іноземної мови і полегшити навчальний процес, необхідно створювати певну психологічну атмосферу, зацікавлювати студентів, сприяти розвитку їх творчих здібностей.

У навчальному процесі артистизм педагога виконує такі функції:

– *мотиваційну* – артистизм викладача відіграє важливу роль для посилення пізнавальної мотивації навчання студента, дозволяючи поєднати фактичні знання з емоційним сприйняттям і формуючи переконання через образне узагальнення картин світу;

– *мобілізаційну* – функція реалізує себе в основному на етапі, коли викладач стає спроможним звільнитися від напруження, налаштуватися на позитивну психологічну динаміку, протистояти стресу, коли його бадьорий оптимістичний вигляд спонукає студентів повірити в успіх діяльності;

– *атрактивну* – артистизм допомагає викладачеві впливати на соціально-психологічний механізм сприйняття себе як особистості та своїх дій. Особистісна самопрезентація припускає вміння справляти сприятливе враження на студентів, завойовувати їх симпатії та увагу завдяки виразним особистісним проявам міміки, пластики, яскравій інтонаційній забарвленості голосу, експресії, мажорності, енергетиці емоційного впливу. Артистичний викладач створює навколо себе позитивне емоційне поле;

– *фасилітаторську* – педагогічний артистизм полегшує взаємодію між викладачем і студентом, сприяє розумінню. Викладач виступає не як керівник, а як фасилітатор навчання, як людина, що створює сприятливі умови для самостійного й осмисленого навчання, активізує і стимулює пізнавальні мотиви студентів, їх групову навчальну роботу, підтримує прояви в ній тенденцій до співпраці і радість навчання як творчості;

– *стимуляційну* – викладач, здійснюючи емоційну регуляцію пізнавальної активності студентів, стимулює їх творчу активність. Стимульовальна роль емоційного впливу артистичного викладача незаперечна, оскільки емоції є визначальною умовою мимовільного сприйняття. Отже, гармонія зовнішніх і внутрішніх особистісних проявів викладача стимулює у студентів переживання емоційного задоволення від спілкування з ним та навчальним закладом взагалі;

– *синтетичну* – коли діяльності викладача притаманні багатство особистісних проявів, неординарність, „відкрита“ позиція, це сприяє досягненню емоційно-психологічної єдності зі студентами, переживанню ними радості спілкування з викладачем. Атмосфера співтворчості, співпраці ставить студентів у позицію союзників, соратників викладача, увага якого зосереджується не на помилках та промахах, а на успіхах та перемогах студентів, хай навіть дуже маленьких. Відбувається синтез прагнень викладача і студентів, що є істотним проявом справжньої майстерності і найвищої естетичної культури викладача. Викладач повинен бути в аудиторії одночасно і педагогом, і аніматором, і психотерапевтом, і артистом, і гіпнотизером [2, с. 83-84].

Незаперечним є той факт, що ефективність навчання значною мірою залежить від зацікавленості студентів, мотивації, яка стимулює їхню активну діяльність. Важливе місце у вивченні іноземної мови посідає рольова гра. Будь-яка гра вимагає дотримання певних правил і винахідливого їх використання. У процесі виконання ролевих ігор створюються оптимальні умови для розвитку творчого мислення.

Рольова гра – це групова форма навчання, у процесі якої використовується рольова структура ведення заняття, тобто набір ролей, які регламентують діяльність і поведінку студентів. Рольова гра відіграє важливу роль в активізації навчально-виховного процесу. Це досягається активізацією пізнавально-оцінювальної та практичної

діяльності учасників заняття, певною організацією їх взаємодії та спілкування [5, с. 11].

Рольова гра – це навчання в дії. Вона сприяє підвищенню якості навчання і вимагає повної самовіддачі від учасників, їх реакції як вербальними, так і невербальними засобами в заданій ситуації. Суть рольової гри як способу навчання невербальному спілкуванню полягає в тому, що певне комунікативне завдання вирішується учасниками в процесі імпровізованого розігрування ситуації. У процесі підготовчого етапу задаються основні питання для обговорення, повторюється розділ курсу, присвячений використанню невербальних засобів спілкування (абетка жестів, відкриті й закриті жести, пози, жести недовіри, розташування тощо). Невербальна виразність – одна зі складових успішного педагогічного процесу. У рольовій грі використовується загальний запас знань і вмій. Рольова гра мотивує, оскільки містить елемент гри й непередбачуваність розв'язки. Студенти бачать можливість застосування ситуації, що програється в рольовій грі, у реальному житті. Під час рольової гри відбувається емоційний підйом. Саме рольова гра має переваги перед іншими прийомами й методами навчання, тому що в ній беруть участь усі учасники, вона дає можливість легше висловити свою думку, знаходячись „під маскою” дійової особи [1].

Висновки. Отже, у своїй роботі викладач іноземної мови повинен знати та використовувати як вербальні, так і невербальні (експресивні) засоби спілкування, оскільки лише їх правильне і доречне поєднання здатне зробити заняття цікавим, зрозумілим, а також надати йому довершеності та заохотити студентів до співпраці та навчання. Дотримання всіх наведених вище засобів у навчально-методичній роботі викладача іноземної мови сприятиме підтриманню хорошої психологічної атмосфери на занятті, творчій активності студентів, кращому засвоєнню та запам'ятовуванню навчального матеріалу, активному включенню студентів у навчальний процес, а найголовніше, мотивації студентів до вивчення іноземної мови.

Підсумовуючи все вище сказане, слід зазначити, що поряд з належним професійним володінням іноземною мовою та методикою її викладання, викладач повинен володіти ще й певними психологічними прийомами та техніками, зокрема експресивною психотехнікою, оскільки, як стверджує З.С. Карпенко, при дотриманні певних умов її використання можна створити безпечну психологічну атмосферу, що заохочує творче самовираження особистості в різних видах діяльності [3, с. 328].

1. Дианова О.М. Рольова гра в обучении иностранному языку: Обзор зарубежной методической литературы [Текст] / О.М. Дианова, Л.Х. Костина // Иностранные языки в школе. – 1998. – № 3. – С. 90-92.
2. Кайдалова Л.Г. Педагогічна майстерність викладача: навчальний посібник / Л.Г. Кайдалова, Н.Б. Щокіна, Т.Ю. Вахрушева. – Х.: Вид-во НФаУ, 2009. – 140 с.

3. Карпенко З.С. Аксіологічна психологія особистості / З.С. Карпенко. – Івано-Франківськ.: Лілея-НВ, 2009. – 512 с.
4. Кротік Н.Л. Навчання невербального спілкування на заняттях з англійської мови у вищих навчальних закладах немовних спеціальностей [Електронний ресурс] / Н.Л. Кротік // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України / Педагогічні науки. – № 3. – 2010. – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/e-journals/Vnadps/2010_3/10knlzns.pdf
5. Матвієнко О.В. Теоретичні питання культури, освіти та виховання : [збірник праць] / О.В. Матвієнко, В.В. Кудіна. – К. : Вид. центр КНЛУ, 2013. – Вип. 47. – 175 с.
6. Митина Л.М. Управлять или подавляют: выбор стратегии профессиональной деятельности педагога / Л.М. Митина // Директор школы. – 1999. – № 2. – С. 15.
7. Петрова Е.А. Жесты в педагогическом процессе: учебное пособие / Е.А. Петрова. – М.: Моск. городское пед. общество, 1998. – 278 с.
8. Федюк Г.М. Психологічні умови використання невербальних засобів спілкування на заняттях з іноземної мови [Електронний ресурс] / Г.М. Федюк. – Режим доступу: http://www.rusnauka.com/11_NPE_2012/Philologia/1_105298.doc.htm
9. Porter George W. Non-verbal Communication / George W. Porter // Training & Development Journal. – 1969. – No 23 (6). – P. 3–8.

The use of the expressive psychotechnics in the educational work of a foreign language teacher is analysed in the article. The necessity of the use of a nonverbal communication component as a means of students' rise of interest to the study of a foreign language and their motivation to education is examined. The analysis of nonverbal (expressive) means of communication and their importance for the educational process is carried out.

Key words: *pedagogical skills, teaching technique, expressive psychotechnics, nonverbal communication, teaching artistry, role game.*

УДК 159.9.018

Наталія Божок

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ФОРМУВАННЯ ФРУСТРАЦІЙНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

У статті розглядаються психологічні особливості пізнього юнацького віку з притаманної їм кризою "ідентичності" та феномен "фрустраційної толерантності". Аналізується вплив психологічних особливостей юнацтва на формування фрустраційної толерантності майбутнього фахівця. Визначаються психологічні властивості юнацтва, з урахуванням яких процес формування фрустраційної толерантності буде найбільш ефективним.

Ключові слова: *юнацький вік, криза "ідентичності", фрустраційна толерантність.*

Постановка проблеми Пізній юнацький вік стає важливою ланкою переходу молоді людини у дорослість. Він є періодом усвідомлення свого місця в житті, знаходження свого покликання у