

С. Д. ЯКУШЕВА

# ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

8/11/263

*Допущено  
Экспертным советом  
по профессиональному образованию  
в качестве учебника для использования  
в учебном процессе образовательных учреждений,  
реализующих программы среднего профессионального  
образования по педагогическим специальностям*



Москва

Издательский центр «Академия»

2008

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

№ 15



УДК 37.01(075.32)

ББК 74.00я723

Я499

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, председатель УМК Министерства образования и науки РФ, директор педагогического колледжа № 8 Москвы *С. А. Баранникова*; директор средней общеобразовательной школы № 292 Москвы *Н. Н. Тришина*; кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольной педагогики Московского педагогического государственного университета *Н. А. Морева*

**Якушева С. Д.**

•Я499 Основы педагогического мастерства : учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений / С. Д. Якушева. — М. : Издательский центр «Академия», 2008. — 256 с.  
ISBN 978-5-7695-4444-6

В учебнике рассматривается процесс приобретения педагогического мастерства, раскрываются основы воспитания культуры будущего учителя, представлен блок практических заданий и упражнений, направленных на формирование навыков педагогического общения.

Для студентов средних педагогических учебных заведений. Может быть полезен преподавателям, аспирантам психолого-педагогических учебных заведений, руководителям общеобразовательных учреждений.

УДК 37.01(075.32)

ББК 74.00я723

*Учебное издание*


**Якушева Светлана Дмитриевна**

**Основы педагогического мастерства**

**Учебник**

Редактор *С. А. Шаренкова*. Технический редактор *О. Н. Крайнова*.  
Компьютерная верстка: *В. А. Крыжко*. Корректоры *Н. В. Козлова*, *Э. В. Юрга*,  
*В. Н. Рейбекель*

Изд. № 101109267. Подписано в печать 28.12.2007. Формат 60×90/16.  
Гарнитура «Таймс». Бумага офсетная № 1. Печать офсетная. Усл. печ. л. 16,0.  
Тираж 3000 экз. Заказ № 7222.

Издательский центр «Академия». [www.academia-moscow.ru](http://www.academia-moscow.ru)  
Санитарно-эпидемиологическое заключение № 77.99.02.953.Д.004796.07.04 от 20.07.2004.  
117342, Москва, ул. Бутлерова, 17-Б, к. 360. Тел./факс: (495)330-1092, 334-8337.  
Отпечатано с электронных носителей издательства.  
ОАО «Тверской полиграфический комбинат». 170024, г. Тверь, пр-т Ленина, 5.  
Телефон: (4822) 44-52-03, 44-50-34, Телефон/факс: (4822)44-42-15  
Home page - [www.tverpk.ru](http://www.tverpk.ru) Электронная почта (E-mail) - [sales@tverpk.ru](mailto:sales@tverpk.ru) 

В оформлении обложки использована репродукция картины  
Бенццо Гоззоли «Школа в Тагасте»

*Оригинал-макет данного издания является собственностью  
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом  
без согласия правообладателя запрещается*

© Якушева С. Д., 2008

© Образовательно-издательский центр «Академия», 2008

ISBN 978-5-7695-4444-6

© Оформление. Издательский центр «Академия», 2008

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Искусство и мастерство педагога как раз и заключается в умении сочетать сердечность с мудростью.

*В. Сухомлинский*

В становлении личности важнейшее значение имеет образование. Оно обеспечивает не только познание мира, но и развитие индивидуальности человека, его самобытности.

Современный рынок труда предъявляет высокие требования как к профессиональным знаниям, так и к общей гуманитарной подготовке выпускников учебных заведений психолого-педагогического профиля. Хороший специалист постоянно пополняет свои знания.

Еще С. И. Гессен ставил актуальную и в наши дни проблему взаимоотношения образования и культуры. Необходимым условием этой связи является взаимопроникновение образования в культуру и, наоборот, культуры в образование.

Образование — часть культуры, оно влияет на ее сохранение и развитие. Образовательный процесс обеспечивает познание мира, развивает личность в ее индивидуальности, неповторимом своеобразии, дает возможность осваивать все богатство мировой культуры.

По словам Е. В. Бондаревской, человек свободен для культурного саморазвития и жизнетворчества, ибо человек культуры — свободная личность, способная к самоопределению; человек культуры — гуманная личность, так как он свободен в нравственном и эстетическом самосовершенствовании; человек культуры — духовная личность. Воспитание такой личности предполагает развитие духовных потребностей в познании и самопознании, рефлексии; потребностей в красоте, общении с родными, друзьями, природой; потребностей в творчестве, автономии своего внутреннего мира, поисках смысла жизни, счастья, идеала; человек культуры — личность творческая и адаптивная, вариативно мыслящая, с развитым чувством нового, стремлением к созиданию<sup>1</sup>.

Перестройка системы образования в России дала новые целевые ориентиры учебно-воспитательного процесса: «поворот» к личности, создание условий для ее развития<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Бондаревская Е. В., Кульневич С. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 1999.

<sup>2</sup> Зарецкая И. И. Профессиональная культура педагога: учеб. пособие. — М., 2002.

Профессиональная подготовка современного специалиста включает в себя фундаментальные общеобразовательные, психолого-педагогические и специальные знания, изучение современных педагогических технологий, формирование установки на инновации и творчество. В связи с этим важнейшей стороной профессионального становления учителя является постижение педагогического мастерства. Путь к его вершине сложный, но удивительно интересный!

Студенческая скамья — отличное время для подготовки к будущей профессиональной деятельности. Беспольных знаний нет. Это уже само по себе важно. А процесс получения знаний — прекрасное условие для всестороннего развития. Студенчество — особая социальная категория, отличающаяся высоким уровнем образования и познавательной мотивации, активным потреблением культуры.

Развитие способности к творческому и внутреннему преобразению по канонам истины, добра и красоты — это путь воспитания духовности, путь возрождения российской интеллигенции.

Дисциплина «Основы педагогического мастерства» раскрывает процесс приобретения профессиональных педагогических знаний. Педагогическое мастерство имеет огромное значение для становления будущего специалиста, формирования его коммуникативных и управленческих умений и навыков.

Содержание данной дисциплины тесно связано с философией, эстетикой и этикой, психологией и педагогикой, историей и другими науками.

Цели преподавания дисциплины «Основы педагогического мастерства»: воспитание гармоничного человека, становление его педагогической культуры и творческого отношения к действительности; развитие способностей к самостоятельному восприятию жизни; освоение сущности педагогического мастерства и осмысление его значения для воспитания и обучения всесторонне развитой и конкурентоспособной личности.

Задачи изучения данной дисциплины включают в себя повышение уровня педагогической культуры студентов; освоение ими структурных элементов педагогического мастерства; накопление знаний по технологии организации педагогического взаимодействия; овладение способами стимулирования активной познавательной деятельности учащихся в процессе получения учебных знаний и внеучебной работы; совершенствование профессионального мастерства педагога; организацию образовательной деятельности студентов; формирование личностной культуры.

## Глава 1

# ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ

Педагогическое мастерство и педагогическая деятельность • Мастерство педагога — профессиональное управление педагогической деятельностью • Специфика педагогической деятельности • Педагогическое мастерство как система • Профессиональное знание и педагогические способности • Педагогическая ситуация и педагогическая задача

## ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Подготовка конкурентоспособного и востребованного на рынке труда специалиста требует большого педагогического мастерства. Классики отечественной педагогики считали проблему формирования педагогического мастерства одной из важнейших в обучении будущих преподавателей.

*Педагогическое мастерство* — это искусство обучения и воспитания, доступное каждому преподавателю и мастеру производственного обучения, но требующее постоянного совершенствования. Это профессиональное умение направлять все виды учебно-воспитательной работы на всестороннее развитие учащегося, включая его мировоззрение и способности.

Мастер — это человек, «особенно сведущий или искусный в деле своем»<sup>1</sup>. Педагог-мастер — это специалист высокой культуры, мастер своего дела, он в совершенстве владеет преподаваемой дисциплиной, методикой обучения и воспитания, обладает психологическими знаниями, а также знаниями в различных отраслях науки и искусства.

Сущность педагогического мастерства (рис. 1) заключается в качествах личности самого педагога, который, осуществляя эту работу, обеспечивает ее успешность.

Уникальный пример владения педагогическим мастерством в отечественной педагогике представляет деятельность А.С. Макаренки, который сумел из трудных, искалеченных детских судеб создать удивительный коллектив, самозабвенно совершенствующий себя, воспринимающий труд как радость.

<sup>1</sup> Даль В. И. Толковый словарь русского языка. Современная версия. — М., 2000.



Рис. 1. Слагаемые педагогического мастерства

Педагогическое мастерство проявляется в деятельности, но к ней не сводится. Оно характеризуется высоким уровнем развития специальных умений, но и это не главное. Главное — в позиции педагога, способности виртуозно управлять деятельностью своих учеников.

## МАСТЕРСТВО ПЕДАГОГА — ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ

Как и любая другая, педагогическая деятельность включает следующие компоненты: цель, средства, объект, субъект, отличающийся своей спецификой.

Цели деятельности преподавателя определяются обществом. Он не свободен в выборе конечных результатов своего труда, его действия направлены на всестороннее развитие личности обучающегося.

Педагогическая деятельность способствует осуществлению социальной преемственности поколений, включению молодежи в систему социальных связей, помогает реализовывать природные возможности человека в овладении общественным опытом.

Управление деятельностью другого человека (воспитание, обучение) возможно потому, что цель педагога всегда объективируется в будущем воспитанника. Она близка и понятна преподавателю, который строит будущее. Осознавая, как это сложно, педагог-мастера всегда выстраивают логику своей деятельности с опорой на потребности учащихся.

Специфика цели педагогической деятельности требует от учителя личностного принятия социальной задачи общества, когда

цели общества «отражаются» в педагогической позиции учителя; она требует творческого понимания конкретных задач; умения учитывать интересы ребенка и преобразовывать их в заданные цели учебной деятельности.

В. А. Сухомлинский утверждал, что к тончайшим сферам духовной жизни формирующейся личности принадлежат ум, чувства, воля, убежденность, самосознание.

Специфика объекта педагогической деятельности заключается в следующем.

Человек — активное существо с неповторимыми индивидуальными качествами, с собственным пониманием происходящих событий. Это соучастник педагогического процесса, обладающий своими целями, мотивами, личным поведением. Таким образом, объект педагогической деятельности одновременно является и ее субъектом, деятелем. Он может относиться по-своему к педагогическому воздействию, воспринимая его через свой внутренний мир и свои установки.

Педагог имеет дело с постоянно меняющимся, растущим человеком, к которому неприменимы шаблонные подходы и стереотипные действия. А это требует постоянного творческого поиска.

Одновременно с педагогами на учащегося, подростка, юношу действует вся окружающая его жизнь, часто стихийно, многопланово, в разных направлениях. Поэтому педагогический труд предполагает корректировку всех воздействий, в том числе исходящих от самого воспитанника, т. е. организацию воспитания, перевоспитания и самовоспитания личности.

Субъект — это тот, кто воздействует на воспитанника, — педагог, родители, коллектив. Основной инструмент воздействия — личность преподавателя, его знания и умения. Если учащийся не воспринимает педагога, критически относится к его знаниям, поступкам, тогда он будет сопротивляться его воздействию. Подлинным воспитателем становится лишь тот, кто оказывает позитивное нравственно-эстетическое воздействие на личность, а это возможно лишь при условии постоянного самосовершенствования педагога.

## **СПЕЦИФИКА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО КАК СИСТЕМА**

Главные средства воспитания — различные виды деятельности. Прежде всего это — формирование базовой культуры личности. Без нее немислим ни один специалист в области образования.

Формированию базовой культуры личности способствует воспитание отношения к важнейшим составляющим человеческого бытия:



— природе (нравственное воспитание, создание правильных устойчивых отношений как качеств личности);

— жизни (декларирование ценностных категорий: счастья, свободы, совести, справедливости, равенства, братства и др.);

— обществу (знакомство с правовой основой общества и его политическим устройством; изучение проблемы личностной роли в обществе: современное «Я» и общество; патриотическое воспитание);

— труду (научение трудовым навыкам)<sup>1</sup>.

В традиционной педагогике различают несколько подходов к воспитательной деятельности по формированию базовой культуры личности. Ученые-педагоги Б.Т. Лихачев, В.А. Слостенин, И.П. Подласый и другие выделяют следующие направления воспитательной деятельности:

— формирование научного мировоззрения;

— гражданское воспитание;

— трудовое воспитание;

— нравственное воспитание;

— эстетическое воспитание;

— физическое воспитание;

— экологическое воспитание;

— профессиональную ориентацию.

Мы не будем останавливаться на характеристиках данных направлений, так как они подробно изложены в учебниках по педагогике. Нам важно понять, в чем заключается сущность педагогического мастерства.

Педагогическое *мастерство* начинается с гуманистической позиции и педагогического общения, создающего среду, которая окрашивает педагогическое сотрудничество и оптимизирует учебно-воспитательный процесс. В педагогической деятельности развивается и реализуется мастерство преподавателя. Мастерство обеспечивает высокий уровень самоорганизации профессиональной деятельности, оно включает в себя: гуманистическую направленность, профессиональные знания, педагогические способности и педагогическую технику.

• Педагогическое мастерство предполагает наличие *гуманистической направленности*, которая позволяет целесообразно, в соответствии с требованиями современного общества выстраивать образовательный процесс.

• Фундаментом развития профессионального мастерства педагога выступает *профессиональное знание*. Оно составляет «каркас» профессионализма и дает возможность постоянно совершенствовать его.

---

<sup>1</sup> Педагогика: учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей / под ред. П.И. Пидкасистого. — М., 2001.

• *Педагогические способности* — дрожи мастерства, обеспечивающие скорость его совершенствования.

• *Педагогическая техника* опирается на знания, способности, позволяет все средства воздействия увязать с целью, тем самым гармонизируя структуру педагогической деятельности.

Все эти элементы взаимосвязаны в системе педагогического мастерства. Им присуще саморазвитие, основу которого составляет синтез знаний и направленности; важным условием успешности являются способности, а средством, придающим целостность, связанность направленности и результативности, — умения в области педагогической техники.

Важнейшими качествами личности педагога являются его ценностные ориентации. Это основные критерии профессионализма педагога — человека знающего, требовательного, творческого. Гуманистическая *направленность* определяет смысл деятельности, активную позицию педагога-мастера.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗНАНИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ

*Профессиональное знание* — основа становления педагогического мастерства. Знания преподавателя обращены, с одной стороны, к дисциплине, которую он преподаёт, с другой — к учащимся. Содержание профессиональных знаний составляет знание учебного предмета, его методики, а также педагогики и психологии. Важная особенность профессионального педагогического знания — комплексность и интеграция. Прежде всего это способность педагога синтезировать изучаемые науки. Стержень синтеза — решение педагогических задач, анализ педагогических ситуаций, вызывающих необходимость осмысления психологической сущности явлений, выбора способов взаимодействия на основании познанных законов формирования личности. Решение каждой педагогической задачи актуализирует всю систему педагогических знаний педагога, которые проявляются как единое целое. Помимо комплексности, обобщенности профессиональное знание мастера-педагога характеризуется и такой важной особенностью, как индивидуальный стиль работы.

На основании профессионального знания формируется *педагогическое сознание* — принципы и правила, определяющие действия и поступки педагога.

Педагог учится всю жизнь, «навечно вызванный к доске» — так говорят о нем в народе. Постоянно повышать профессиональный уровень — первостепенная задача преподавателя.

Педагогическое мастерство составляют не только профессиональные знания, но и *способности к педагогической деятельности*.



Они указывают на особенности протекания психических процессов, содействующих успешности педагогической деятельности. Анализ педагогических способностей отражен в ряде исследований.

Способности к педагогической деятельности, как и к любой другой, можно обнаружить в том, как быстро идет профессиональное обучение, насколько глубоко и прочно будущий педагог овладевает приемами и способами педагогической деятельности.

В атласе по психологии М. В. Гамезо и И. А. Домашенко способности характеризуются как индивидуально-психологические особенности человека, которые проявляются в деятельности и определяют успешность ее выполнения. От способностей зависят скорость, глубина, легкость и прочность процесса овладения знаниями, умениями и навыками, но сами они к ним не сводятся.

Исследованиями установлено, что способности — прижизненные образования, они развиваются в процессе индивидуальной жизни, что среда, воспитание активно формируют их. Способности — понятие динамическое, их формирование происходит в процессе организованной деятельности<sup>1</sup>.

Глубокий анализ проблемы способностей содержится в трудах Б. М. Теплова. Под способностями, по его мнению, подразумеваются, во-первых, индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого, во-вторых, не всякие индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей. А в-третьих, понятие «способность» не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека.

На формирование способностей влияет ряд условий. Это — теоретический и практический опыт, знания; физическая и умственная активность, связанная с выполнением конкретных целей и приобщением к различным видам игры, учения, труда; наблюдательность, хорошая память, яркость воображения.

Способности, считал Б. М. Теплов, находятся в постоянном развитии. Если они не развиваются на практике, то со временем гаснут. Только постоянно совершенствуясь в музыке, рисовании, техническом творчестве, математике, можно поддерживать и развивать способности в соответствующей деятельности<sup>2</sup>.

Для способностей характерны заменяемость, большие компенсаторные возможности. Различают: *общие способности* (индивидуальные свойства личности, обеспечивающие относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями и осуществлении различных видов деятельности); *специальные способности* (свой-

<sup>1</sup> Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии: информ.-метод. пособие к курсу «Психология человека». — М., 2004.

<sup>2</sup> Теплов Б. М. Избранные труды: в 2 т. — М., 1985.

ства личности, помогающие достичь высоких результатов в какой-либо области деятельности). Специальные способности органически связаны с общими.

Каждая способность имеет свою структуру, в ней различают ведущие и вспомогательные свойства. Так, например, *ведущими свойствами* в литературных, математических, педагогических и художественных способностях являются следующие:

— в *литературных* — особенности творческого воображения и мышления; яркие и наглядные образы памяти; развитые эстетические чувства; чувство языка;

— в *математических* — умение обобщать; гибкость мыслительных процессов; легкий переход от прямого к обратному ходу мыслей;

— в *педагогических* — педагогический такт; наблюдательность; любовь к детям; потребность в передаче знаний;

— в *художественных* — особенности творческого воображения и мышления; свойства зрительной памяти, способствующие созданию и сохранению ярких образов; развитие эстетических чувств, проявляющихся в эмоциональном отношении к воспринимаемому; волевые качества личности, обеспечивающие претворение замысла в действительность.

Специфичны пути развития специальных способностей. Например, ранее других начинают проявляться способности в области музыки, довольно рано — в области математики.

Выделяют уровни способностей: *репродуктивный* (обеспечивает высокое умение усваивать знания, овладевать деятельностью) и *творческий* (обеспечивает создание нового, оригинального). Следует, однако, иметь в виду, что всякая репродуктивная деятельность включает элементы творчества, а творческая деятельность невозможна без репродуктивной.

Различают также *теоретические* и *практические* способности. Первые предполагают склонность человека к абстрактно-теоретическим размышлениям, а вторые — к конкретным, практическим действиям. Часто они не сочетаются друг с другом. Одна и та же способность может быть разной по степени развития.

Талант — высокий уровень развития способности, обеспечивающий выдающиеся успехи в том или ином виде деятельности. Гениальность — высший уровень развития способностей, делающий человека выдающейся личностью в соответствующей сфере деятельности.

Принадлежность человека к одному из трех типов: художественному, мыслительному и промежуточному (по терминологии И. П. Павлова) — определяет в значительной мере особенности его способностей.

Относительное преобладание первой сигнальной системы в психической деятельности человека характеризует *художественный тип*, второй сигнальной системы — *мыслительный тип*, при-

мерно равное их представительство — *средний тип* людей. Эти различия в современной науке связывают с функциями левого (словесно-логического) и правого (образного) полушарий головного мозга.

Для художественного типа свойственна яркость образов, для мыслительного — преобладание абстракций, логических построений.

У одного и того же человека могут быть разные способности, но одна из них может быть более значительной, чем другие. В то же время у разных людей могут быть одни и те же способности, но различающиеся по уровню развития<sup>1</sup>.

Успешность выполнения любой деятельности определяется не какими-либо отдельными способностями, а своеобразным для каждого человека сочетанием способностей, характеризующим его как личность.

Успех в овладении какой-либо деятельностью может достигаться различными путями. Недостаточное развитие той или иной отдельной способности может быть компенсировано развитием других способностей, от которых также зависит успешное выполнение деятельности.

Выделяют конструктивные, организаторские, коммуникативные компоненты педагогической деятельности. Педагог должен обладать соответствующими способностями.

*Конструктивные способности* проявляются в желании и умении развивать личность ученика, отбирать и композиционно строить учебно-воспитательный материал применительно к возрастным и индивидуальным особенностям детей.

*Организаторские способности* проявляются в умении включать учащихся в различные виды деятельности и эффективно воздействовать на каждую личность.

*Коммуникативные способности* проявляются в умении устанавливать правильные взаимоотношения с детьми, чувствовать настроение всего коллектива, понять каждого ученика<sup>2</sup>.

Общительность, коммуникабельность — это не только потребность в общении, но и чувство удовлетворения от самого процесса общения, сохраняющее работоспособность и дающее подпитку творческому самочувствию педагога. Коммуникабельность помогает развитию перцептивных способностей, таких, как профессиональная зоркость и наблюдательность.

*Способность наблюдать* — сложное качество. Она проявляется не только в умении видеть, слышать, но и в наличии интереса к тому, на что направлено наше внимание, а также в интенсивной работе ума по переработке информации.

<sup>1</sup> Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии: информ.-метод. пособие к курсу «Психология человека».

<sup>2</sup> Там же.

Быть мастером — значит предугадывать ход педагогического процесса, возможные осложнения, т.е. владеть *педагогическим чутьем*. Ничего мистического в этом нет. Такая способность может быть развита, однако ее формирование требует определенных усилий.

Еще один элемент педагогического мастерства — форма *организации поведения преподавателя*. Знание, направленность и способности без умений, без владения способами действий, т.е. педагогической техникой, невозможны. Без них немислимы высокие результаты деятельности педагога.

*Педагогическая техника* включает умения управлять собой и взаимодействовать в процессе решения педагогических задач.

Первая группа умений — владение своим телом, эмоциональным состоянием, техникой речи. Вторая — дидактические, организаторские умения, владение техникой контактного взаимодействия и др.

Критериями мастерства педагога выступают: *целесообразность* (направленность); *продуктивность* (результат: уровень знаний, воспитанности обучающихся); *оптимальность* (выбор средств); *творчество* (содержание деятельности).

Задача, стоящая перед педагогическим колледжем, — помочь студентам овладеть основами мастерства как начальным уровнем их профессиональной подготовки: сформировать направленность, дать знание, развить способности, вооружить техникой.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИТУАЦИЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

*Педагогическая задача* — основа педагогического мастерства, ее решение отражает уровень профессионализма педагога.

Педагогическая задача — это осмысление сложившейся ситуации с целью ее преобразования, перевода на новый уровень, приближающий к цели педагогической деятельности (рис. 2). Вся педагогическая деятельность состоит из цепи ситуаций. Они создаются как педагогом, так и обучающимися спонтанно и специально.

Мастерство педагога заключается в умении превратить ситуацию в педагогическую задачу, тем самым направить сложившиеся условия на перестройку отношений, приближая педагога к поставленной цели.

Ситуация может не стать задачей, если педагог не замечает или игнорирует ее, подчас не придавая ей значения. Она может восприниматься как задача, но решаться нецелесообразно, если он реагирует на возникшую ситуацию окриком, подчас не разрешая конфликт, а усугубляя его.



Рис. 2. Педагогическая ситуация и педагогическая задача

Первый этап решения педагогической задачи — анализ ситуации и осознания проблемы. Начинающие преподаватели опускают эту стадию и принимаются сразу за ее решение, торопятся, не осознают глубины конфликта, стереотипно воспринимают ситуацию как уже встречавшуюся в практике.

Второй этап — анализ исходных данных, таких, как место ситуации в целостном процессе педагогической деятельности, характеристика воспитанников, воспитателей, их взаимоотношений. В результате осознаются мотивы поступков, цели деятельности, специфика условий, особенности взаимоотношений. Увлеченный своей позицией педагог может не разглядеть истинных мотивов поведения учащихся (студентов).

Заключительный этап — выдвижение гипотезы, когда педагог выбирает из имеющегося теоретического багажа и опыта наиболее целесообразные приемы, требующие активного мышления и воображения.

После того как пройдены все фазы решения педагогической задачи, выбирается система методов, ибо один прием оказывается малодейственным.

\*\*\*

Существует народная поговорка: «Не корми меня тем, чего я не ем». Ибо нельзя научить — можно только научиться. Станет педагог мастером своего дела или нет, зависит не только от системы обучения, но и прежде всего от усилий самих обучающихся.

ся. В любом учебном заведении важно изучать основы педагогического мастерства. Они помогут будущему специалисту увидеть и осознать основные вехи профессионального роста в соответствии с реальным уровнем возможностей каждого человека. Следует только самому нацелить свои усилия на достижение высокого профессионального уровня подготовки в процессе обучения.

### Рекомендуемая литература

*Басова Н. В.* Педагогика и практическая психология. — Ростов н/Д, 1999.

Введение в педагогическую профессию: учеб. пособие / Г. И. Батурина, Т. Ф. Кузина. — М., 1998.

*Лихачев Б. Т.* Педагогика. Курс лекций: учеб. пособие. — 4-е изд., перераб. и доп. — М., 1999.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Профессиональная педагогика: учебник. — М., 1997.

*Шиянов Е. Н.* Гуманизация профессионального становления педагога // Советская педагогика. — 1991. — № 9.

### Темы для обсуждения на семинарских занятиях

1. Значение педагогического мастерства.
2. Структура педагогического мастерства.
3. Главные средства воспитания.
4. Мастерство педагога.
5. Общительность включает в себя...
6. Профессионально-педагогическая способность — это...
7. На основании профессионального знания педагога формируется...
8. Ценностные ориентации педагогической направленности.
9. Важные свойства профессиональной деятельности.
10. Направленность личности педагога.

### Темы рефератов

1. Роль профессионального знания в работе педагога.
2. Мастерство педагога — основа педагогической деятельности.
3. Значение педагогических способностей в профессии преподавателя.
4. Педагогическое мастерство преподавателя.
5. Восхождение к вершинам педагогического мастерства.



## Глава 2

# ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: СУЩНОСТЬ, СОДЕРЖАНИЕ И ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ

Пути формирования и реализация педагогического мастерства • Педагогическая культура — элемент педагогического мастерства • Эстетические чувства — важнейший компонент педагогического мастерства

### ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

Человек становится способным к созидательной деятельности в определенной сфере труда и творчества благодаря образованию. Образование обеспечивает не только познание мира, но и развитие личности в ее неповторимом своеобразии.

Говоря о формировании и реализации педагогического мастерства, прежде всего важно разобраться в следующем: во-первых, что мы понимаем под содержанием образования и, во-вторых, как понимается постановка образования. Сначала мы должны определить «что давать» и «зачем давать», а затем — «как давать». Очевидно, что, не зная ответов на первые два вопроса, на третий отвечать нет смысла, а потому начнем с содержания образования.

По проблеме *содержания образования* у классиков педагогики существует полное единство взглядов. Они утверждают, что знание, которое дается в школе (в университете, гимназии, т. е. вообще в сфере официальной системы образования), никуда не годится. Почему? Приводятся два главных аргумента: 1) это знание схоластическое, не нужное для жизни, 2) это знание нецелостное.

Дело в том, что на самом деле человеческое знание (все человеческое знание) представляет собой единую систему, единый организм, где все связано со всем, где все зависит от всего, где есть что-то главное, без чего умирает весь организм, и что-то второстепенное, без чего он может существовать.

М. Монтень утверждал, что подлинно разумное обучение изменяет и наш ум, и наши нравы.

Чтобы стать мастером, преобразователем, творцом, по утверждению В. А. Слостенина, необходимо овладеть закономерностями и механизмами педагогического процесса. Это позволит мыслить и действовать, самостоятельно анализировать педагогические явления, расчленять их на составные элементы, осмысливать каждую часть в связи с целым, находить в теории обучения и воспи-

тания идеи, выводы, принципы, адекватные логике рассматриваемого явления; правильно диагностировать его — определять, к какой категории психолого-педагогических понятий оно относится; находить основную педагогическую задачу (проблему) и способы ее оптимального решения<sup>1</sup>.

Средние и высшие профессиональные учреждения нацеливают учащегося (студента) прежде всего на достижение высокого уровня подготовки в процессе обучения. Важно понять, что накопление знания и овладение им — это первый шаг к формированию личностного мастерства, субъективно значимого для каждого. Развитие педагогического мастерства начинается с изучения психолого-педагогических дисциплин.

Профессиональное мастерство, по словам В. А. Сластенина, приходит к тому, кто опирается в своей деятельности на научную теорию. Естественно, что при этом человек встречается с трудностями. Во-первых, научная теория — это упорядоченная совокупность общих законов, принципов и правил, а практика всегда конкретна и ситуативна. Применение теории на практике требует некоторых навыков теоретического мышления, которыми учитель нередко не располагает. Во-вторых, педагогическая деятельность — это целостный процесс, опирающийся на синтез знаний (по философии, педагогике, психологии, методике и др.), тогда как знания учителя зачастую как бы разложены по полочкам, т. е. не доведены до уровня обобщенных умений, необходимых для управления педагогическим процессом. Это приводит к тому, что учителя часто овладевают педагогическими умениями не под влиянием теории, а независимо от нее, на основе житейских обыденных представлений о педагогической деятельности<sup>2</sup>.

Изучение дисциплины «Основы педагогического мастерства» готовит студентов к практике, развивает позицию, позволяющую успешно решать профессиональные задачи уже на первых этапах деятельности.

Постижение данной дисциплины будет успешным, если опираться на следующие принципы.

*Принцип целостного подхода к обучению* заключается в том, что знания усваиваются как практически переживаемый опыт. Занятия строятся таким образом, чтобы теоретические положения темы осмысливались в процессе дискуссии, составления схем, конспектов или в другой систематизирующей форме; затем полученные знания проигрываются в упражнениях, развивающих педагогические способности; наконец значимость проблемы осознается в тренинге, выступающем обязательной частью каждого занятия,

<sup>1</sup> Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

<sup>2</sup> Там же.

841263



где моделируются ситуации, позволяющие переводить знания в умения.

*Принцип активной коммуникации* состоит в разработке системы заданий, направленных на стимулирование активности учащихся (студентов) в группе: проведение ролевых игр, соревнований, обсуждений демонстрируемых фрагментов деятельности, подключение студентов к организации хода занятия.

*Принцип расчлененности педагогических действий* означает последовательное овладение отдельными приемами в процессе психофизического и педагогического тренинга. Важно, чтобы каждый студент знал объем понятий, умений, которыми он должен овладеть на том или ином году обучения. Так, первокурсник должен управлять своей речью, владеть элементами культуры педагогического общения и организаторской техники.

*Принцип сопряженности упражнений и задач*, направленных на развитие педагогической техники и творческое использование умений.

*Принцип аспектного подхода*, т.е. учет специализации на занятиях по педагогическому мастерству.

*Принцип связи знаний и умений с практическими занятиями* в базовых учреждениях (на предприятиях) на практике, где студенты под руководством преподавателей поэтапно включаются в организацию деятельности учащихся: от наблюдения через участие во фрагментах занятия к самостоятельной разработке и проведению учебной и воспитательной работы.

Становление профессионального мастерства идет успешно при условии максимальной педагогизации всей жизни колледжа. Особенно полезна работа студентов в кружках, клубах, студиях. Только на уровне взаимодействия коллективов преподавателей и студентов может состояться значительное продвижение будущего специалиста к высотам педагогического мастерства, ибо обучение — процесс двуединый, требующий встречной активности<sup>1</sup>.

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА — ЭЛЕМЕНТ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

Педагогическое мастерство — высокое и постоянно совершенствуемое искусство обучения и воспитания, доступное каждому педагогу, работающему по призванию.

В педагогике существуют несколько подходов к пониманию профессионального мастерства. Прежде всего оно требует педагогической культуры.

<sup>1</sup> Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кринонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Целью культуры является человек (Ф. Шиллер); к культуре относится то, что может быть привнесено в природу человеком (А. Дистервег); культура — способ человеческой (в том числе и педагогической) деятельности (Э. С. Маркарян), характеристика творческой, созидательной деятельности человека (Л. Н. Коган); сущность культуры выявляется в процессе саморазвития человека, развертывания и реализации его творческого потенциала (Н. С. Злобин, В. М. Межуев).

**Педагогическая культура** — часть общечеловеческой культуры, она интегрирует сферу педагогического и историко-культурного опыта, регулирует сферу педагогического взаимодействия.

Совокупным объектом педагогической культуры выступает все общество, определяющее цели и содержание процессов социализации, воспитания и образования, а его «агентами» в педагогическом взаимодействии являются преподаватели, родители, реализующие этот заказ в конкретно-историческом и педагогическом опыте.

Вспомним высказывание А. В. Луначарского, говорившего о том, что образованный человек — это тот, в ком доминирует образ человеческий. Воплощением педагогической культуры является именно человечность.

Сегодня вряд ли может удовлетворить кого-то педагог, если он не исполняет свои обязанности профессионально, работает только «от и до», не несет в себе многогранных качеств творческой личности. Без профессионализма, индивидуально-личностного начала, по существу, невозможно современное обучение и воспитание. От того, какие свойства своего «Я» преподаватель передает ученикам, какие струны их души сумеет затронуть, во многом зависят будущее нашего общества, идеалы и поступки будущих рабочих, полеводов и животноводов, инженеров, врачей, писателей, артистов. Вполне понятно, что сделать это может тот, кто в высшей степени сам владеет профессиональным мастерством, кто способен и умеет творчески передать богатство человеческой культуры всем своим ученикам. А истинный смысл высокое звание «Учитель» приобретает лишь тогда, когда оно неотторжимо от понятия культуры.

Известно, что культура — это мера развития человека, ибо она характеризует не только и не столько объем усвоенных им ценностей общественной жизнедеятельности людей на протяжении всей их истории, сколько сам способ, каким человек приобретает к этим ценностям. Культура воплощает стиль мышления и поведения человека, поскольку она охватывает все стороны общественной жизни, любой вид человеческой деятельности. Она характеризует не только образованность — широту и глубину знаний человека, но и его воспитанность, интеллигентность — умение четко выразить свою мысль, выслушать, сделать правильное встреч-

ное движение, с достоинством и в соответствии с обстановкой себя держать<sup>1</sup>.

Естественно, высокая культура личности немислима без неустанной длительной работы человека над самим собой. У К. Д. Ушинского есть такое суждение, что учитель живет до тех пор, пока он учится; как только перестает учиться — в нем умирает учитель. И не только. Широко известна мысль В. А. Сухомлинского о том, что, если с течением времени педагог не меняется, если каждый прожитый день ничего не прибавляет к его духовному богатству, он становится постылым и ненавистным для окружающих его людей. А это уже больше, чем профессиональная смерть. Поэтому отсутствие у преподавателя интеллигентности, культуры, стремления развить эти качества в себе не совместимо с его профессиональным долгом<sup>2</sup>.

Педагогическая культура существует в материальной и духовной формах. К материальным ценностям педагогической культуры относят средства обучения и воспитания, а педагогические знания, теории, концепции, накопленный человечеством педагогический опыт и выработанные профессионально-этические нормы составляют духовные ценности педагогической культуры.

Педагогическая культура рассматривается как:

а) уровень овладения педагогической теорией и практикой, современными педагогическими технологиями, способами творческой саморегуляции индивидуальных возможностей личности в педагогической деятельности;

б) системное образование, сущностная характеристика личности педагога в сфере профессиональной деятельности<sup>3</sup>.

К основным системным компонентам и показателям уровня сформированности педагогической культуры педагога, учителя Е. В. Бондаревская относит следующие:

— гуманистическую позицию педагога по отношению к детям и его способность быть воспитателем;

— психолого-педагогическую компетентность и развитое педагогическое мышление;

— образованность в сфере преподаваемого предмета (для учителя, преподавателя) и владение педагогическими технологиями;

— опыт творческой деятельности, умение обосновать собственную педагогическую деятельность как систему (дидактическую, воспитательную, методическую), способность разработать авторский образовательный проект;

<sup>1</sup> Грехнев В. С. Культура педагогического общения: кн. для учителя. — М., 1990.

<sup>2</sup> Там же.

<sup>3</sup> Мижериков В. А., Юзефович Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.



Рис. 3. Компоненты педагогической культуры

— культуру профессионального поведения, способы саморазвития, умение саморегуляции собственной деятельности, общения.

Педагогическая культура включает в себя аксиологический, технологический, эвристический и личностный компоненты (рис. 3)<sup>1</sup>.

Разумеется, педагогическая культура и культура педагога — не тождественные понятия. Приступая к разговору о культуре педагога, нельзя не коснуться понятия «культура личности».

*Культура личности* понимается В. А. Мижериковым и Т. А. Юзефовичус в двух аспектах: во-первых, это уровень развития и реализации существенных сил человека, его способностей и дарований, во-вторых — совокупность следующих компетенций:

— политических и социальных, связанных со способностью брать на себя ответственность, регулировать конфликты ненасильственным путем, участвовать в совместном принятии решений по поводу функционирования и развития демократических институтов;

— касающихся жизни в поликультурном обществе (понимание различий между представителями различных культур, языков и религий, уважительное отношение к чужим традициям, верованиям) и т. п. Культура личности формируется в процессе воспитания и обучения, под влиянием социальной среды и личной потребности в постоянном развитии и совершенствовании<sup>2</sup>.

Культура педагога оказывает существенное воздействие на формирование самооценки студента, процессы самопознания, становления отношений со сверстниками и взрослыми, освоение профессии и выработку жизненных смыслов и планов. Все это позво-

<sup>1</sup> Бондаревская Е. В., Кульневич С. В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 1999.

<sup>2</sup> Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие.

ляет характеризовать преподавателей как профессиональную группу, имеющую серьезное влияние на развивающуюся личность.

Личный пример преподавателя является важным стимулом в развитии у студентов познавательных интересов, ценностных ориентаций, эстетических воззрений, разнообразных увлечений.

## ЭСТЕТИЧЕСКИЕ ЧУВСТВА — ВАЖНЕЙШИЙ КОМПОНЕНТ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

*Эстетические чувства*, как и вся эмоционально-чувственная сфера человеческой психики, — своеобразная форма отражения действительности, в которой объектно-субъектные отношения существенно отличаются от взаимоотношений в познавательном отражении действительности.

Эстетическое чувство характеризуется бескорыстной духовной потребностью, которая составляет его основу. Как говорил А. А. Фет, созерцают Венеру Милосскую не для получения следующего места по службе<sup>1</sup>.

Чувства внешне весьма заметны. Они играют чрезвычайно важную роль в деятельности преподавателя, являясь важнейшим компонентом педагогического мастерства.

Сухие, бесстрастные, сугубо «информационные» занятия и в научном, и в воспитательном плане, по мнению И. А. Зязюна, малодейственны. Существенную роль играет умение педагога выражать свои чувства, делая их для учащихся ощутимыми и притягательными.

В педагогической деятельности преподаватель использует интонационно-фонетические средства речи, жесты, мимику, выразительную позу и т. д. С помощью языка чувств он вызывает у студентов сопереживания, стараясь акцентировать их внимание на отношении к определенным взглядам, поступкам, нравственным ценностям.

Педагог должен помнить, что убеждения вне чувств не существуют. Они будут прочными только в том случае, если наполнены положительными чувствами (прекрасное и возвышенное) в единстве со знаниями. Только на такой основе и формируется личностно-духовно-эстетическая грамотность.

В силу возможности сопереживать, идентифицировать мысленно свое «Я» с личностью того или иного персонажа читатель, слушатель, зритель приобщаются к многогранному опыту жизнедеятельности героев художественного произведения, в котором соединяются черты нравственной, эстетической, политической культуры, культуры труда и быта.

<sup>1</sup> Фет А. А. Мои воспоминания. — М., 1990.

Нужно помнить, что в среднем профессиональном учебном заведении преподаватель имеет дело с такой возрастной группой, которая воспринимает ценности с так называемым нравственным эгоцентризмом. Студенты колледжа остро реагируют на все происходящее в образовательном процессе. В этот период важно предложить близкую им нравственную тематику не на примерах «из жизни», а в ее лучших образцах, сконцентрированных в произведениях мастеров педагогического искусства.

В педагогической науке есть закон: формирование разных видов опыта прямо пропорционально чувственной отзывчивости личности на ситуации их передачи и усвоения. На положительных чувствах наиболее продуктивно вырабатываются различные психофизиологические установки, стереотипы поведения и практического действия, обуславливающие потребности и интересы личности.

Круг потребностей человека широк и разнообразен. А это, в свою очередь, вызывает многообразие его чувств. Для практической работы педагога важно знать виды чувств, их особенности, специфику проявления. В зависимости от направленности чувства делятся на: *моральные* (переживания человеком его отношения к другим людям, к обществу); *интеллектуальные* (чувства, связанные с познавательной деятельностью); *эстетические* (чувства красоты, особенно ярко проявляющиеся при восприятии произведений искусства, явлений природы, событий общественной жизни); *практические* (чувства, связанные с деятельностью человека).

Эстетическое начало заложено как в самом человеке, так и в его деятельности, направленной на преобразование окружающей жизни и самого себя.

Философ В. А. Канке подметил, что тайна эстетического состоит в удивительной согласованности «лица» предмета с внутренней эмоционально-образной жизнью человека. В своем отношении к другим и себе он постоянно проверяет все на человечность, ищет пропорции, которые органично связывали бы его с внешним окружением.

Педагог становится мастером своего дела, профессионалом по мере того, как он осваивает и развивает педагогическую деятельность.

Процессы, разворачивающиеся в рамках педагогической деятельности, всегда сопровождаются положительными и отрицательными эмоциональными переживаниями. Это объясняется тем, что эмоциональные проявления, настроения, аффекты, стрессы, страсти способны оказать регулирующее и активизирующее действие как на восприятие, память, мышление, воображение, так и на личностные интересы, потребности, мотивы и др.

Одна из задач преподавателя — обеспечение положительных эмоций по отношению к учебной деятельности, к ее содержанию.



Эмоциональное возбуждение усиливает внимание, улучшая запоминание, осмысление, тем самым повышает эффективность достигаемых целей. Формирование чувственного, эмоционального отношения к миру может способствовать осознанию личностью остроты переживаемого момента, может помочь борьбе с проявлениями индифферентности в отношении к происходящим переменам. Самые прекрасные начинания окажутся неосуществленными, если оставят людей равнодушными<sup>1</sup>.

Важную роль в выявлении смысла профессии педагога играет эстетизация его деятельности. Преподаватель должен всегда учитывать особенности становления внутреннего мира молодого человека. Студенты эмоциональны в своих мыслях и действиях, в том числе и по отношению к созерцаемой или же создаваемой красоте. Взаимоотношения, возникающие в ситуациях игры, состязаний или иных форм творческого общения, они воспринимают как реальные, характерные и для других условий и сфер деятельности. Поэтому неоправданное увлечение той или иной формой образовательной деятельности на занятиях может иметь и негативные последствия для становления эстетической позиции молодого человека, формирования его личностных качеств.

Духовный мир личности — это огромный спектр чувств, связанных с мышлением, волей, нравственностью, знаниями, культурой, мировоззрением. Эстетические чувства могут быть как положительными, так и отрицательными, их источниками являются труд, искусство, религия, человеческие отношения и т. д. К положительным эстетическим чувствам относятся *прекрасное и возвышенное*. К отрицательным — *безобразное и низменное*. Переходными между ними, или промежуточными, — *трагическое и комическое*.

Природа человеческих чувств обусловлена высшей нервной деятельностью. Чувства всегда проявляются во внешних и внутренних изменениях организма. Это должен знать каждый педагог. Кроме того, он должен владеть методикой развития эстетических чувств обучающихся, в первую очередь — положительных. От этого зависит успех педагогического действия, и только преподаватель может грамотно организовывать эстетическое образование и воспитание молодежи, познав законы педагогического влияния на ее духовность.

Известно, что приобретение опыта наукой интерпретируется как процесс образования сложных психофизических установок, условно-рефлекторных связей, являющихся физиологической и психологической основой социализации детей. По источнику получения можно различать две разновидности опыта: непосредственный личный опыт и опосредованный опыт, «присваиваемый», главным образом, с помощью второй сигнальной системы.

<sup>1</sup> Вьготский Л. С. Психология искусства. — Минск, 1998.

В онтогенетическом плане процесс социализации ребенка начинается с эмоционально-чувственного развития разных видов опыта, и на этой основе происходит познание действительности, приобретение первых навыков адекватных сенсорных реакций на простейшие внешние влияния. Непосредственный жизненный опыт является для ребенка единственным источником эстетического, умственного, практического развития.

По мере формирования речи и мышления эстетический, умственный и практический виды опыта развиваются, усваиваются, совершенствуются опосредованным путем через слово и практическое действие. При этом происходит сопоставление воспринимаемого нового с личным жизненным опытом, выполняющим функцию апробации и упрочнения. Такой процесс требует целенаправленного педагогического руководства: побуждения к самостоятельности, проявлению волевых усилий и получению при этом максимальных чувственных переживаний прекрасного и возвышенного.

\*\*\*

Большую ценность в системе педагогических средств представляет освоение культурно-исторического наследия народов России. В наше время прослеживается значительное противоречие между эстетической развитостью преподавателя и студентов. Красота обладает поистине сказочной, животворной силой: она преображает и тех, кто ее создает, и тех, кто ее воспринимает. Под ее благотворным воздействием меняются сам облик людей, их нравственный мир, психология, убеждения. Следует оттачивать личностное мастерство, находить истину педагогического творчества, расположенную на стыке опытов педагога и обучающихся.

### Рекомендуемая литература

*Басова Н. В.* Педагогика и практическая психология. — Ростов н/Д, 1999.

*Занина Л. В., Меньшикова Н. П.* Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2003.

*Курilenko Т. М.* Задачи и упражнения по педагогике. — Минск, 1978.

*Лихачев Б. Т.* Педагогика. Курс лекций: учеб. пособие. — 4-е изд., перераб. и доп. — М., 1999.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Педагогика: учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

*Мижеригов В. А., Юзефович Т. А.* Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.



## Темы для обсуждения на семинарских занятиях

1. Эстетические чувства — важнейший компонент педагогического мастерства.
2. Принцип целостного подхода.
3. Разработка системы заданий.
4. Центральный аспект координации учителя.
5. Важная роль в умении выражать чувства принадлежит...
6. Чувства можно разделить...
7. Духовный мир личности.
8. На чем основывается педагогическое мастерство педагога?
9. Большую ценность в системе педагогических средств представляет...
10. Процесс социализации обучающегося начинается...

## Темы рефератов

1. Сущность и взаимосвязь общей и педагогической культуры.
2. Эстетическая грамотность — суть педагогического мастерства.
3. Мастерство педагога и пути его формирования.
4. Педагогическая культура — элемент педагогического мастерства.
5. Компоненты педагогической культуры.

## Глава 3

# ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГА

Компетентность и компетенции • Профессиональная компетентность педагога: сущность, структура и содержание • Профессиональные ошибки в деятельности педагога

### КОМПЕТЕНТНОСТЬ И КОМПЕТЕНЦИИ

Образование в XXI в. ориентирует на «свободное развитие человека», творческую инициативу, самостоятельность обучаемых, конкурентоспособность будущих специалистов. Эти изменения нашли отражение в Законе РФ «Об образовании», Концепции модернизации отечественного образования на период до 2010 г.

Так, в Концепции отмечается, что развивающемся обществу нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия, способны к сотрудничеству, отличаются мобильностью, динамизмом, конструктивностью, обладают развитым чувством ответственности за судьбу страны. Такими качествами может обладать только компетентный и уверенный в своих силах человек.

Для молодого специалиста важно четкое разграничение понятий «компетентность» и «компетенция». Они используются в психолого-педагогической деятельности, но до сих пор так и не существует единства в понимании сущности терминов.

Е. В. Бондаревская, А. А. Деркач, И. А. Зимняя, Н. В. Кузьмина, А. К. Маркова, Н. В. Мясищев, Л. А. Петровская и другие ученые являются авторами разнообразных классификаций компетенции. Одни используют понятия «компетентность» и «компетенция» для отображения конечного результата обучения, другие — для описания разнообразных свойств личности.

**Компетенция** (лат. *competentia*) — это круг вопросов, в которых человек хорошо осведомлен, обладает познаниями и опытом; следовательно, компетентный в определенной области человек обладает соответствующими знаниями и способностями, позволяющими ему обоснованно судить об этой области и эффективно действовать в ней<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Энциклопедический словарь. — М., 1981.

В словаре иностранных слов и выражений компетенция (лат. *comperere* — добиваться, соответствовать, подходить) трактуется как:

- 1) круг полномочий, представленных законом, уставом или иным актом конкретному органу или должностному лицу;
- 2) знания, опыт в той или иной области<sup>1</sup>.

В Словаре русского языка С. И. Ожегова дается такое определение компетенции: «круг вопросов, в которых кто-нибудь хорошо осведомлен»<sup>2</sup>.

Л. В. Занина и Н. П. Меньшикова рассматривают различия синонимически используемых понятий «компетенция» и «компетентность»:

— *компетенция* — включает совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к определенному кругу предметов и процессов, необходимых для качественной, продуктивной деятельности по отношению к ним;

— *компетентность* — наличие у человека соответствующей компетенции, включающей его личностное отношение к ней и предмету деятельности<sup>3</sup>.

Е. В. Арцишевская и М. Е. Кабардов отмечают, что в современной психологической и психолингвистической литературе понятия «компетентность» (в психологии) или «компетенция» (в лингвистике) являются характеристиками поведения, формой активности личности, актуальным уровнем владения (например, речью). В данном контексте компетентность понимается как обученность, а способность — как обучаемость, ибо компетентность может быть результатом научения или перекрывать понятие способности (если учитывать «цену» достижения). Итак, не всякая компетентность есть способность, а также не всякое достижение — свидетельство проявлений способностей.

В научно-методической литературе выделены традиционные характеристики компетенций:

— политические и социальные, связанные со способностью брать на себя ответственность, участвовать в функционировании и развитии демократических институтов;

— касающиеся жизни в поликультурном обществе, формирования толерантности, готовности принимать людей других культур и конфессий;

— определяющие владение несколькими иностранными языками, необходимыми как в межличностном общении, так и в профессиональной деятельности и общественной жизни;

<sup>1</sup> Словарь иностранных слов и выражений / авт.-сост. Е. С. Зенович. — М., 2000.

<sup>2</sup> Ожегов С. И. Словарь русского языка. — М., 1987.

<sup>3</sup> Занина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2003.

— связанные с возникновением информационного общества: владение новыми технологиями, способность критически анализировать информацию и рекламу по каналам СМИ и Интернету;

— реализующие способность учиться в течение всей жизни не только в профессиональном плане, но и в личной и общественной жизни<sup>1</sup>.

С. Е. Шишов и В. А. Кальней утверждают, что компетенция не может быть определена через некую сумму знаний и умений, так как значительная роль в ее проявлении принадлежит обстоятельствам. Быть компетентным означает уметь мобилизовать в данной ситуации полученные знания и опыт.

При обсуждении компетенций внимание обращается на конкретные ситуации, в которых они проявляются. Есть смысл говорить о компетенциях только тогда, когда они проявляются в какой-нибудь ситуации; непроявленная компетенция, остающаяся в ряду потенциальностей, является не компетенцией, а скрытой возможностью. Считается, что для того, чтобы стать компетентным специалистом, в том числе и в педагогической деятельности, необходимо овладеть ее ключевыми компетенциями — базовыми и специальными.

*Ключевые компетенции*, считает А. В. Тряпицын, — это общие компетенции человека, которые необходимы для социально-продуктивной деятельности любого современного специалиста. *Базовые компетенции* проявляются в определенной профессиональной области, *специальные* — при выполнении конкретного педагогического действия, решении конкретной проблемы или профессиональной задачи.

Понятие «компетентность» характеризует субъективную составляющую профессии, описывая качественные характеристики субъекта профессиональной деятельности.

А. К. Маркова определяет компетентность как индивидуальную характеристику степени соответствия требованиям профессии. Она предлагает различать разные компетентности:

— *специальная компетентность* — владение собственно профессиональной деятельностью на достаточно высоком уровне, способность проектировать свое дальнейшее профессиональное развитие;

— *социальная компетентность* — владение совместной (групповой, кооперативной) профессиональной деятельностью, а также принятыми в данной профессии приемами профессионального общения; социальная ответственность за результаты своего профессионального труда;

<sup>1</sup> Занина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие.

— *личностная компетентность* — владение приемами личностного самовыражения и саморазвития, средствами противостояния профессиональным деформациям личности;

— *индивидуальная компетентность* — владение приемами самореализации и развития индивидуальности в рамках профессии, готовность к профессиональному росту, способность к индивидуальному самосохранению<sup>1</sup>.

Компетенцию иногда путают с квалификацией, которую понимают как уровень развития способностей работника, позволяющий ему выполнять трудовые функции определенной степени сложности в конкретном виде деятельности, уровень профессиональной подготовленности к какому-либо труду. Показателем квалификации работника является квалификационный разряд (класс, категория), который присваивается ему по конкретной профессии в соответствии с требованиями тарификационно-квалификационных характеристик этой профессии.

## **ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГА: СУЩНОСТЬ, СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ**

«Профессия есть деятельность, обладающая собственной целью, имеющая собственный продукт, нормы и средства, которые в конечном счете детерминированы социальной функцией и технологией той сферы общественной жизни, которую данная деятельность обслуживает»<sup>2</sup>.

Профессионализм человека, согласно Е. И. Рогову, — это совокупность психофизиологических, психологических и личностных изменений, происходящих в нем в процессе овладения и длительного выполнения деятельности, обеспечивающих качественно новый, более эффективный уровень решения сложных профессиональных задач в особых условиях.

Формирование профессионализма, по Е. И. Рогову, идет по трем основным направлениям:

1) изменение всей системы деятельности, ее функций и иерархического строения. В ходе выработки соответствующих трудовых навыков происходит движение личности по ступеням профессионального мастерства, развивается специфическая система способов выполнения деятельности — формируется личностный стиль деятельности;

2) изменение личности субъекта, проявляющееся как во внешнем облике (моторике, речи, эмоциональности, формах общения),

<sup>1</sup> Маркова А. К. Психология труда учителя. — М., 1993.

<sup>2</sup> Рогов Е. И. Учитель как объект психологического исследования. — М., 1988. — С. 7.

так и в соответствующих элементах профессионального сознания (профессионального внимания, перцепции, памяти, мышления, эмоционально-волевой сферы), что в более широком плане может рассматриваться как становление профессионального мировоззрения;

3) изменение соответствующих компонентов установки субъекта по отношению к объекту деятельности, что проявляется в следующих сферах:

— когнитивной — уровень информированности об объекте, степень осознания его значимости;

— эмоциональной — интерес к объекту, склонность к взаимодействию и удовлетворенность от этого взаимодействия, несмотря на трудности;

— практической — осознание своих реальных возможностей влиять на объект<sup>1</sup>.

Профессиональная компетентность — это совокупность индивидуальных свойств личности, состоящих в специфической чувствительности к объекту, средствам, условиям педагогического труда и созданию продуктивных моделей формирования искомых качеств в личности учащегося<sup>2</sup>.

Компетентность учителя (при определенных условиях) развивается в процессе длительного выполнения деятельности. Направления становления профессионализма — это и есть направления развития компетентности учителя.

Термины «профессиональная деятельность педагога» и «педагогическая деятельность» несут одну и ту же смысловую нагрузку, поскольку и в том и в другом случае речь идет о профессии учителя. Исходя из этого, становится возможным употреблять понятия «профессиональная компетентность педагога» и «педагогическая компетентность» как синонимы<sup>3</sup>.

Понятие «профессиональная компетентность педагога» выражает личные качества учителя, воспитателя, позволяющие ему самостоятельно и эффективно решать педагогические задачи, формулируемые им самим или администрацией образовательного учреждения. Под педагогической компетентностью педагога мы понимаем *единство его теоретической и практической готовности к осуществлению своей профессиональной деятельности*.

Профессиональная компетентность, по Л. Ю. Кривцову, — это интегративное качество специалиста, включающее уровень овладения им знаниями, умениями, навыками и такими компонента-

<sup>1</sup> Рогов Е. И. Учитель как объект психологического исследования.

<sup>2</sup> Занина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие.

<sup>3</sup> Бездухов В. П., Мишина С. Е., Правдина О. В. Теоретические проблемы становления педагогической компетентности учителя. — Самара, 2001.



ми профессионального мастерства, как система профессиональных знаний, умений, навыков, профессиональных способностей и профессионально важных качеств личности<sup>1</sup>.

Психолого-педагогические и специальные (по предмету) знания — необходимое, но отнюдь не достаточное условие профессиональной компетентности. Многие из них, в частности теоретико-практические и методические знания, являются предпосылкой интеллектуальных и практических умений и навыков.

Структура профессиональной компетентности педагога раскрывается через его *педагогические умения*, представляющие собой совокупность самых различных действий учителя, которые прежде всего соотносятся с функциями педагогической деятельности и в значительной мере выявляют индивидуально-психологические особенности учителя (преподавателя).

В целом А. И. Щербаков и А. В. Мудрик дидактические умения учителя сводят к трем основным:

1) умение переносить известные учителю знания, варианты решения, приемы обучения и воспитания в условия новой педагогической ситуации;

2) умение находить для каждой педагогической ситуации новое решение;

3) умение создавать новые элементы педагогических знаний и идей и конструировать новые примеры решения конкретной педагогической ситуации<sup>2</sup>.

Как показывают исследования, вне зависимости от уровня обобщенности педагогической задачи процесс ее решения представляет собой триаду «мыслить — действовать — мыслить». Модель профессиональной компетентности учителя отражает единство его теоретической и практической готовности<sup>3</sup> к педагогической деятельности. В. А. Сластенин выделяет четыре группы педагогических умений (рис. 4).

Содержание *теоретической готовности к педагогической деятельности* проявляется в обобщенном умении педагогически мыслить, которое предполагает наличие у педагога аналитических, прогностических, проективных, а также рефлексивных умений<sup>4</sup>.

В каком соотношении находятся профессиональная компетентность и педагогическое мастерство педагога? В свое время исчерпывающий ответ на этот вопрос дал А. С. Макаренко. Отвергая

<sup>1</sup> Занина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие.

<sup>2</sup> Щербаков А. И., Мудрик А. В. Психология учителя // Возрастная педагогическая психология / под ред. А. В. Петровского. — М., 1991.

<sup>3</sup> Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.

<sup>4</sup> Там же.



Рис. 4. Структура педагогических умений

утверждения о предопределенности педагогического мастерства врожденными особенностями и задатками, выдающийся педагог показал его обусловленность уровнем профессиональной компетентности.

Педагогическое мастерство, основанное на умении, квалификации, по мнению А. С. Макаренко, — это знание воспитательно-го процесса, умение его построить, привести в движение. Нередко же педагогическое мастерство сводят к умениям и навыкам педагогической техники, в то время как данные умения — лишь один из внешне проявляющихся компонентов мастерства.

Следовательно, основы педагогического мастерства могут быть сформированы у каждого педагога, образуя базис, который даст возможность подняться на уровень мастерства.

### ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

Ошибки — специфический компонент любой человеческой деятельности. Педагогическая деятельность не исключение, в ней также могут быть ошибки, а их последствия, как правило, болезненны, а иногда и драматичны для детей.

Коварство педагогической ошибки состоит в том, что факт ее совершения педагогом осознается весьма редко. Это делает процесс устранения ее последствий малоэффективным, а извлечение опыта из ошибочной деятельности невозможным.



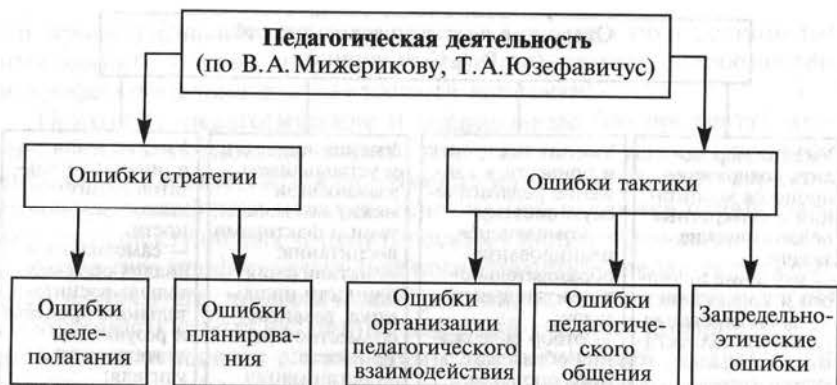


Рис. 5. Профессионально-педагогические ошибки

Профессионально-педагогическая ошибка, по утверждению В.А. Мижерикова и Т.А. Юзефовичус, — это непреднамеренная неправильность конкретных процедур образования, проявляющаяся в несоответствии этих процедур общепринятым эталонам профессиональной педагогической деятельности<sup>1</sup>.

Разнообразие педагогических ошибок они разделили на две большие группы: ошибки стратегии и ошибки тактики профессионально-педагогической деятельности (рис. 5).

Ошибки могут совершаться на этапе прогнозирования предстоящей педагогической деятельности, а также непосредственно в процессе педагогического взаимодействия с учащимися — это ошибочные действия, поступки, реакции.

К **ошибкам стратегии** (прогнозирования) педагогической деятельности относят ошибки педагогического целеполагания и ошибки планирования.

#### *Ошибки педагогического целеполагания*

1. Неосознанность педагогом целесообразного характера педагогической деятельности ведет к стихийности в работе; свою работу педагог строит на основе невыявленных, неопределенных, случайных целей, приводящих к неудачам, низкой эффективности образования.

2. Ошибки методики целеобразования (нарушения логики построения, формулирования, взаимодействия, соподчиненности целей разных уровней). Причиной подобных ошибок является: непонимание значимости или неумение педагога трансформировать цели более высокого уровня обобщенности в цели собственной практической деятельности; цели образования — во внутренние

<sup>1</sup> Мижериков В.А., Юзефовичус Т.А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие.

цели (цели собственной профессиональной деятельности). Для предупреждения таких ошибок необходимо осознать, что специфика педагогической деятельности требует от педагога личностного принятия социальной задачи общества, творческого понимания целей и задач, умения учитывать интересы ребенка и преобразовывать их при разработке цели учебной деятельности. Для этого необходима специальная работа учителя по освоению методики целеобразования.

*Ошибки планирования* педагогической деятельности, тесно связанные с ошибками целеполагания, возникают синхронно. Выделять их в отдельную группу имеет смысл лишь для более глубокого понимания этого процесса<sup>1</sup>.

К *ошибкам тактики* относят: ошибки организации педагогического взаимодействия, педагогического общения, запредельно-этические ошибки.

Выделяются также ошибки дидактического взаимодействия, к которым относят:

а) ошибки в собственной преподавательской деятельности в ходе предъявления содержания преподаваемого предмета (методические просчеты);

б) ошибки организации и руководства учебно-познавательной деятельностью детей (ошибки педагогического менеджмента).

Ошибки в собственной преподавательской деятельности (методические просчеты) проявляются как непонятное объяснение темы, ее бессистемное изложение, усложненная наукообразная речь учителя, недостаточная или избыточная эмоциональность изложения содержания учебного материала, раскрытие темы наспех, нерациональное использование времени урока, неумелое и нецелесообразное использование технических средств обучения, ошибки в реализации методов обучения.

Таким образом, *ошибки организации педагогического взаимодействия* квалифицируются учеными как методические просчеты.

В книге В. И. Журавлева «Основы педагогической конфликтологии» данные ошибки учителей описаны с позиции учащихся, что дает возможность учителям посмотреть на себя «со стороны» непосредственных участников образовательного процесса.

К числу осознаваемых школьниками промахов учителя на уроках В. И. Журавлев относит разнообразные отступления от требований к организации контроля знаний учащихся. Их прямые замечания сводятся к следующему:

— несогласие с нетерпимостью учителей к сверхпрограммным знаниям в ответах при опросе на уроках, к отступлениям учащихся от стандартных моделей ответов на вопросы педагога;

<sup>1</sup> Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие.

— возражения подростков против того, что на уроках некоторых учителей неудовлетворительную оценку ставят за неподготовленность к занятиям без учета причин этого;

— протест против того, что их стыдят или им читают длинные нотации за слабые ответы.

Возмущение подростков также вызывают:

— контрольные работы, проводимые без предупреждения;

— неприемлемость элементов шутки учащихся при опросе на уроках, нервные крики учителей в ответ на отказ подростка отвечать на их вопросы;

— проверка того, что не было задано, и др.<sup>1</sup>

Известный отечественный педагог В. Н. Сорока-Росинский в свое время акцентировал внимание на категории педагогов-авантюристов, которые из «благих» побуждений стремятся испробовать в своей работе все, что, по их мнению, заслуживает внимания. Такие педагоги предрасположены самовольно вносить изменения в содержание и методику обучения, стихийно экспериментировать, не согласовывая свои действия с учебно-методическим советом или администрацией учебного заведения. Они вместо рекомендуемых обязательных учебников и научно-методической литературы требуют от учащихся зазубривания их лекций, пользоваться только их конспектами вместо учебников. Так они понимают творческий подход в преподавании своей дисциплины.

В заключение разговора о педагогических ошибках как специфическом компоненте педагогической деятельности остановимся на общих рекомендациях по их профилактике. Взяв за основу советы В. А. Мижерикова и Т. А. Юзефовичус<sup>2</sup>, мы дополнили их своими рекомендациями, основанными на личном почти тридцатилетнем педагогическом опыте.

1. Систематически анализируйте собственные действия в процессе профессиональной деятельности с позиции «подвергаю сомнению правильность содеянного». Сомневайтесь. Научитесь смотреть на себя в процессе деятельности глазами других людей. Поспорьте с собственными мыслями. Ведите дневник, записывайте свои мысли и пр.

2. Прогнозируйте последствия предполагаемых решений.

3. Скрупулезно изучайте все дисциплины учебного курса, в особенности педагогику и психологию. Не переоценивайте свой личный опыт, выстраивайте собственную педагогическую деятельность, соотнося ее с научными основами, а не с обыденными представлениями или стереотипами.

<sup>1</sup> Журавлев В. И. Основы педагогической конфликтологии: учебник. — М., 1995.

<sup>2</sup> Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.

4. Ведите «журнал ошибок». Отнеситесь к ним как к ценности. Проанализированная ошибка позволяет не «наступать на грабли» многократно.

5. Не бойтесь вероятности совершения ошибки, формируйте новые привычки мышления. Страх не предупредит оплошности.

6. Оценивая сложившуюся учебную ситуацию, формируйте готовность проанализировать альтернативные пути ее решения.

7. Избегайте ошибочных обобщений («Я пришла на семинарское занятие недостаточно подготовленной и вышла из затруднительного положения за счет своей общей эрудиции, следовательно, можно не готовиться тщательно к каждому занятию»).

8. Избегайте стереотипов и «слепого» подражания. Не принимайте на веру умозаключения других людей, даже ваших наставников-педагогов. Будьте в меру критичны и самокритичны! Не формируйте свое отношение к другим людям (возможно, будущим коллегам) на основании чужих выводов.

9. Избегайте преувеличений. Не делайте «из мухи слона».

10. Не принимайте негативные реакции людей, их неадекватное поведение как желание причинить вам неудобство. В основе такого поведения лежат собственные проблемы людей и неумение их конструктивно разрешать.

11. Если совершили ошибку, не опускайте руки. Постоянно повышайте свой теоретический уровень.

12. Посещайте занятия опытных педагогов, впитывайте в себя все новое.

\*\*\*

Добросовестного педагога характеризует стремление свести к минимуму вероятность совершения ошибки. Как субъект педагогической деятельности он постоянно решает разнообразные по содержанию и степени сложности педагогические задачи. Научить никогда не ошибаться нельзя. Но можно и должно формировать представления и умения эффективного поведения педагога в ситуациях реальной педагогической действительности.

Овладение педагогическим мастерством доступно каждому преподавателю только при целенаправленном индивидуально-психологическом самообразовании и саморазвитии на основе интеграции опыта, теоретических знаний и практических умений. Именно осознанная профессиональная деятельность является источником педагогического мастерства — единства общекультурных, деловых свойств личности и профессиональной компетентности педагога.

#### Рекомендуемая литература

- Беспалько В. П.* Слагаемые педагогической технологии. — М., 1989.  
*Давыдов В. В.* Деятельность: теория, методологии, проблемы. — М., 1990.

Занина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2003.

Зимняя И. А. Педагогическая психология: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 1997.

Зимняя И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентного подхода в образовании. — М., 2004.

Леонтьев А. Н. Избр. психол. произв.: в 2 т. — Т. 2. — М., 1983.

Мищериков В. А., Юзефович Т. А. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.

Обухова Л. Ф. Возрастная психология: учебник. — М., 1996.

Педагогика: учеб. пособие / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

### **Темы для обсуждения на семинарских занятиях**

1. Качество образования и профессиональный стандарт.
2. Анализ понятий «компетенции» и «компетентность».
3. Развитие профессиональной компетентности педагога.
4. Педагогическая компетентность педагога как результат самообразования.
5. Сущность понятий «профессиональная» и «педагогическая» компетентность педагога.
6. Сущность профессиональной компетентности педагога.
7. Структура профессиональной компетентности преподавателя.
8. Педагогические умения.
9. Типология профессионально-педагогических ошибок.
10. Значение профессионально-педагогических ошибок в деятельности педагога.

### **Темы рефератов**

1. Профессиональная компетентность педагога.
2. Значение педагога-профессионала в развитии современного российского образования.
3. Педагогическая компетентность преподавателя.
4. Культура и профессиональная компетентность педагога.
5. Роль современного образования в формировании личностно-профессиональных качеств педагога.
6. Компетентностный подход в образовании.
7. Профессиональная компетентность и педагогическое мастерство педагога.
8. Профессиональные ошибки в деятельности педагога.

## Глава 4

# ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА КАК ЭЛЕМЕНТ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

Педагогическая техника как форма организации поведения преподавателя • Голос, дикция, дыхание • Пантомимика, мимика

## ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА КАК ФОРМА ОРГАНИЗАЦИИ ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГА

Размышляя об учителях, мастерах своего дела, мы задумываемся о том, в чем секрет их педагогического успеха, и понимаем, что он складывается в процессе работы над самим собой. Это долгий, кропотливый труд, отточенность приемов воздействия, искусная постановка и решение разнообразных практических задач. Это специальные умения, необходимые педагогу как в учебной, так и во внеурочной деятельности.

Каждый знает, как важно для педагога овладеть техникой речи, голосом. Говорить грамотно, красиво и понятно, выразительно интонировать свою речь, четко выражать в слове мысли и чувства, передавать точный жест и выразительный взгляд — это верный путь к успеху.

*Педагогическая техника* — это комплекс умений, позволяющих преподавателю видеть, слышать и чувствовать своих воспитанников. Выдающийся педагог А. С. Макаренко писал: «Воспитатель должен уметь организовывать, ходить, шутить, быть веселым, сердитым... себя так вести, чтобы каждое движение его воспитывало»<sup>1</sup>.

Ю. П. Азаров утверждал, что, в о-п е р в ы х, развитая педагогическая техника помогает преподавателю глубже и ярче выразить себя в педагогической деятельности, раскрыть во взаимодействии с учащимися все лучшее, профессионально значимое в его личности. Совершенная педагогическая техника освобождает время и силы педагога для творческой работы, позволяет в процессе педагогического взаимодействия не отвлекаться от общения с детьми на поиски нужного слова или объяснение неудачной интонации. Педагог, владеющий техникой, не мучается от потери голоса или неумения отвлечься от каких-то своих, не связанных с работой, переживаний. Овладение педагогической техникой, позволяя бы-

<sup>1</sup> Макаренко А. С. Проблемы школьного советского воспитания // Соч.: в 7 т. — Т. 5. — М., 1958. — С. 179.



стро и точно найти нужное слово, интонацию, взгляд, жест, а также сохраняя спокойствие и способность к ясному мышлению, анализу в самых острых и неожиданных педагогических ситуациях, приводит к росту удовлетворенности педагога своей профессиональной деятельностью.

Во-вторых, педагогическая техника оказывает развивающее воздействие и на качества личности. Важная особенность педагогических техник состоит в том, что все они носят выраженный индивидуально-личностный характер, т.е. формируются на основе индивидуально-личностных психофизиологических особенностей педагога. Индивидуальная педагогическая техника существенно зависит от возраста, пола, темперамента, характера педагога, состояния здоровья, анатомо-физиологических особенностей.

Так, работа над выразительностью, чистотой, грамотностью речи дисциплинирует мышление. Овладение приемами саморегуляции психической деятельности ведет к развитию эмоциональной уравновешенности как черты характера и т.п. Кроме того, в реальном педагогическом взаимодействии все умения учителя в области педагогической техники проявляются одновременно. А самонаблюдение дает возможность успешно корректировать отбор выразительных средств и т.д.

В-третьих, в процессе овладения педагогической техникой наиболее полно раскрываются нравственные и эстетические позиции педагога, отражающие уровень общей и профессиональной культуры, потенциал его личности<sup>1</sup>.

Все сказанное подчеркивает, что педагогическая техника — важнейший инструмент педагога.

## ГОЛОС, ДИКЦИЯ, ДЫХАНИЕ

Как бы ни была интересна и познавательна речь, считает И. Р. Калмыкова, она не будет воспринята слушателями, если выступающий произнесет ее нечленораздельно, хриплым, слабым, невыразительным голосом. **Голос** при выступлении так же важен, как и содержание речи, внешность, манеры оратора. С помощью голоса он доносит свое сообщение до аудитории. Человеческий голос — могущественное средство воздействия на публику. Благодаря красивому, звучному голосу оратор может с первых минут привлечь внимание слушателей, завоевать их симпатии и доверие.

Кроме того, голос может способствовать профессиональной карьере человека, а может препятствовать ей. Представьте себе журналиста с писклявым, тонким голосом или видного политического деятеля с резким, гнусавым произношением.

<sup>1</sup> Азаров Ю. П. Искусство воспитывать. — 2-е изд. — М., 1985.

Хороший голос необходим не только для достижения профессиональных успехов в деловой сфере, но и в повседневном общении. Людей, имеющих приятный, проникновенный голос, обычно более охотно и долго слушают, чем тех, кто обладает пронзительным или грубым голосом<sup>1</sup>.

Голос способен выражать мысли и чувства человека. В педагогической деятельности чрезвычайно важно говорить выразительно, красиво и просто, выступая с лекцией, докладом, декламируя стихи и прозу; владеть интонацией и силой голоса, продумывая каждую фразу, предложение, акцентируя значимые слова и выражения, грамотно пользуясь им в различных ситуациях.

Голос — основное выразительное средство устной речи педагога, которым он должен уметь пользоваться в совершенстве.

П. Сопер считает, что «ничто так не влияет на отношение к нам людей, как впечатление от нашего голоса. Но ничем так не пренебрегают, и ничто так не нуждается в постоянном внимании, как голос»<sup>2</sup>.

Владение голосом связано непосредственно с развитием фонационного (звукового), так называемого речевого дыхания. Это в свою очередь дает возможность передавать эстетическое и эмоциональное богатство речи педагога, не только помогая в общении, но и воздействуя на чувства, мысли, поведение и поступки студентов.

Овладеть техникой речи — значит обладать речевым дыханием, голосом, иметь хорошую дикцию и орфоэпическое произношение. Педагогу нужно постоянно работать над дикцией, дыханием и голосом. Древние греки отмечали, что работа над голосом — дело тонкое, трудное, требующее определенных знаний.

**Дыхание** обеспечивает жизнедеятельность организма, выполняя физиологическую функцию. Одновременно оно выступает и энергетической базой речи. Речевое дыхание называется фонационным (от греч. *phono* — звук). В повседневной жизни, когда наша речь преимущественно диалогична, дыхание не вызывает трудностей.

Дыхание — источник звука. «Быть в голосе», утверждает Т. Ф. Посадскова, — значит освоить навык фонационного (речевого) дыхания, снять мышечное напряжение, приобрести гибкость, выносливость, звонкость, собранность и устойчивость звука.

Опора дыхания — позвоночник, поэтому первая ступень к освобождению голоса — выработка привычки держать осанку, осознавать тонкости нервных процессов и работу мышц, обеспечивающих потребность в общении. Важно научиться наблюдать себя со

<sup>1</sup> Калмыкова И. Р. Работа над техникой речи в курсе школьной риторики. — Ярославль, 1997.

<sup>2</sup> Сопер П. Основы искусства речи. — М., 1992. — С. 159.

стороны, акцентируя при этом внимание на не *что* вы делаете, а *как* вы это делаете.

Освобождение (релаксация) порождает энергию, продуктивность голосового аппарата. Напряжение убивает вибрации (на губах, лице, груди), усиливающие звук. Правильное дыхание помогает нам ставить звук на опору и говорить с посылом, а не горлом.

Цель упражнений по дыханию — не выработка умения вдыхать максимальное количество воздуха, а тренировка в умении рационально расходовать нормальный запас воздуха. Поскольку звуки создаются при выдохе, то его организация является основой постановки дыхания, которое должно быть полным, спокойным и незаметным<sup>1</sup>.

**Дикция** — это отчетливость и правильность произнесения отдельных звуков, которые обеспечиваются правильной работой органов речи. Артикуляционный аппарат должен работать активно, без лишнего напряжения. Все звуки и их сочетания нужно произносить четко, легко и свободно в любом темпе.

Все дикционные нарушения речи и голоса делятся на органические (их исправлением занимаются логопеды) и неорганические (они поддаются исправлению путем упражнений), связанные с вялостью артикуляционного аппарата (губ, языка, челюсти), малым раствором рта при произнесении гласных, нечетким произнесением согласных («каша во рту»).

Среди преподавателей встречаются люди, у которых голос поставлен самой природой, но это случается нечасто. Да и хороший голос при отсутствии специальной тренировки с годами деградирует, изнашивается.

Тренировать голос помогут скороговорки и упражнения, цель которых — отработка четкости и правильности произнесения звуков, активизация артикуляционного аппарата.

Несколько слов о гигиене голоса педагога. Как показывают специальные исследования, заболеваемость голосового аппарата у лиц «голосовых профессий» очень высокая.

Перенапряжение голосового аппарата, вызывающее нарушения голоса, обусловлено тем, что около 50 % рабочего времени педагог говорит, причем во время занятия громче обычного.

Каждый человек наделен голосом, который может стать сильным, четким, звучным. Работая над голосом, следует обратить внимание прежде всего на освобождение его от напряжения, совершенствование его лучших качеств. Существует глубинная связь между голосом и телом, поэтому в основе работы над голосом должно лежать речевое общение.

---

<sup>1</sup> Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадскова, З. А. Шелестова; под ред. В. А. Лапшина и Ю. П. Богачева. — М., 1999. — С. 288.

## МИМИКА. ПАНТОМИМИКА

Публичный характер общения начинающего педагога с аудиторией, как правило, вызывает у него «мышечные зажимы», чувства неуверенности, страха, скованности. Описательные жесты изображают, иллюстрируют ход мыслей. Они менее нужны, но встречаются часто. Гораздо важнее психологические жесты, выражающие чувства.

Следует учесть, что жесты, как и другие движения корпуса, чаще всего предупреждают ход высказываемой мысли, а не следуют за ней. Чтобы общение было активным, следует иметь открытую позу: не скрещивать руки, повернуться лицом к слушателям. Шаг вперед усиливает значимость сообщения, помогая сосредоточить внимание в аудитории. Отступая назад, говорящий как бы дает отдохнуть слушателям.

**Мимика** — это искусство выражать свои мысли, чувства, настроения, состояния движением мускулов лица. Нередко выражение лица и взгляда оказывает на обучающихся более сильное воздействие, чем слова. Жесты и мимика, повышая эмоциональную значимость информации, способствуют лучшему ее усвоению.

Слушатели «читают» лицо педагога, угадывая его отношение, настроение, поэтому оно должно не только выражать, но и скрывать чувства. Наиболее выразительны на лице человека глаза — зеркало души.

Для развития ориентировки в осознании собственного поведения и поведения учащихся полезно знакомство с эталонами, представленными в работах психологов. Взгляд педагога должен быть обращен к слушателям, создавая визуальный контакт.

Глубину эмоциональных переживаний можно изменять, влияя на их внешнее проявление, так как элементарный контроль за соматическими и вегетативными проявлениями эмоций ведет к их самокоррекции.

Молодому специалисту, который готовится к предстоящему занятию и ощущает состояние неуверенности и страха, желательно провести сеанс релаксации, добиваясь физического и психического расслабления. *Аутогенная тренировка* — своеобразная психофизическая гимнастика — должна стать обязательной для педагога наряду с дыхательной и артикуляционной зарядками.

Не следует разочаровываться от неудач на первом же занятии. Здесь нужна систематичная работа, тренинг психофизического аппарата, который постепенно станет послушным орудием в педагогической деятельности.

**Пантомимика** — это движение тела, рук, ног, она помогает выделить главное, рисует образ.

Педагогу необходимо выработать манеру правильно стоять перед обучающимися на занятии. Все движения и позы должны

привлекать слушателей своим изяществом и простотой. Эстетика позы не терпит плохих привычек: покачивания взад-вперед, переминания с ноги на ногу, опоры на спинку стула, верчения в руках посторонних предметов, почесывания головы, потирания носа или уха.

Жест педагога должен быть органичным и сдержанным, без резких широких взмахов и открытых углов. Предпочтительны круглые жесты и скупая жестикуляция.

Различают *жесты описательные и психологические*.

Процесс восприятия и понимания речи педагога студентами тесно связан со сложным процессом учебного слушания, на которое, по подсчетам ученых, приходится приблизительно  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  части учебного времени. Поэтому ясно, что процесс правильного восприятия слушателями учебного материала зависит от совершенства речи педагога.

Молодежь чутка к речевым данным педагога. Некоторые считают, что голос и его тембр — только природный дар человека. Но современная экспериментальная физиология утверждает, что качество голоса можно коренным образом улучшить.

Разработана система упражнений по технике речи, которая, опираясь главным образом на опыт театральной педагогики и представляя собой комплекс навыков в речевом дыхании, голосообразовании и дикции, позволяет педагогу донести до ученика все богатство содержания своего слова.

\*\*\*

Итак, доминантой педагогического мастерства является, по словам Ю. П. Азарова, то, что следует «вселить в каждого абсолютную уверенность в своем даровании, снять страхи и неуверенность в себе, разбудить мощную потребность творить»<sup>1</sup>.

Педагог должен управлять своим поведением, эмоциями, настроением, социально-перцептивными способностями, техникой речи; воздействовать на личность и коллектив, раскрывая технологическую сторону процесса воспитания и обучения. Внешний вид педагога должен быть эстетически выразителен; прическа, костюм, украшения в одежде — подчинены решению педагогической задачи, т. е. эффективному воздействию на формирование личности воспитанника.

### Рекомендуемая литература

Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадкова, З. А. Шелестова; под ред. В. А. Лапшина и Ю. П. Богачева. — М., 1999.

<sup>1</sup> Азаров Ю. П. Тайны педагогического мастерства: учеб. пособие. — М.; Воронеж, 2004. — С. 54.

Булатова О. С. Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.  
Ваганова Ж. В. Артистизм педагога как компонент его творческой индивидуальности: дис. канд. пед. наук. — Тюмень, 1998.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Профессиональная педагогика: учебник / ред. кол.: С. Я. Батышев, М. Б. Яковлева, В. А. Скакун и др. — М., 1997.

Савостьянов А. И. Техника речи в профессиональной подготовке учителя. — М., 2001.

Чернявская А. П. Педагогическая техника в работе учителя. — М., 2001.

### **Темы для обсуждения на семинарских занятиях**

1. Педагогическая техника.
2. Группы, включающие в себя педагогическую технику.
3. Умение педагога управлять своим поведением.
4. Внешний вид преподавателя.
5. Голос, дикция, дыхание.
6. Аутогенная тренировка.
7. Пантомимика.
8. Мимика.

### **Темы рефератов**

1. Педагогическое мастерство и техника.
2. Педагогическая техника в деятельности педагога.
3. Техника речи в профессиональной подготовке педагога.
4. Педагогическая техника — элемент мастерства преподавателя.
5. Значение голоса, дикции и дыхания в деятельности педагога.
6. Пантомимика. Мимика.



## Глава 5

# АРТИСТИЗМ — КОМПОНЕНТ ТВОРЧЕСКОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

Творческий потенциал педагога • Артистизм преподавателя • Юмор как средство актерского мастерства педагога

### ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ПЕДАГОГА

Преподавание — это искусство и наука. Искусство потому, что каждое занятие неповторимо. Его ход, эмоциональная окраска, используемые средства зависят от целого ряда факторов, многие из которых трудно предсказать заранее. В этом смысле преподавание в чем-то сродни работе художника, писателя, поэта, для нее требуются глубокое знание жизни, человеческой души, умения видеть, понять и сопереживать. Но вместе с тем это и наука, в основе которой лежат объективные законы, фиксирующие существенные связи и отношения в процессе восприятия и усвоения учебного материала. Эти законы выступают в роли несущих конструкций, обеспечивающих процесс целенаправленного формирования личности и специалиста<sup>1</sup>.

Как показывают исследования гуманистических психологов (А. Маслоу, К. Роджерса, В. Сатир, Э. Фромма и многих других), потребность в самовыражении — одна из основных для человека.

Утверждение о том, что педагогическая деятельность по своей природе творческая, стало общепринятым.

**Творчество** — это деятельность, порождающая нечто новое на основе реорганизации имеющегося опыта и формирования новых комбинаций знаний, умений, продуктов<sup>2</sup>.

Феномен творчества, развитие творческой личности, формирование условий, при которых протекают творческие процессы, — значимые явления в современной психолого-педагогической теории и практике.

Проблема творческого развития личности на современном этапе развития как средней, так и высшей школы, по утверждению доцента Н.А. Войтлевой, приобретает все большую актуальность, поскольку эффективность будущей профессиональной деятельности студента зависит не только от профессиональных умений и навыков, но и от уровня его профессионально-творческого разви-

<sup>1</sup> Рогинский В.М. Азбука педагогического труда. — М., 1990.

<sup>2</sup> Философский энциклопедический словарь. — М., 1983.

тия. Профессионально-творческое развитие личности будущего педагога — одна из основных целей среднего и высшего профессионального образования<sup>1</sup>. Выдающийся отечественный музыкант и педагог Л. А. Баренбойм говорил, что даже самая прогрессивная система не принесет желаемых плодов, если это дело будет доверено педагогу-рутинеру.

Развитие творческого потенциала преподавателя освещается в работах психологов и педагогов В. И. Андреева, Т. Г. Браже, Ю. Н. Кулюткина, М. Г. Мерзляковой, И. О. Мартынюк, В. Г. Рындак. Многие авторы связывают совершенствование профессиональной подготовки будущего педагога с изучением творчества как механизма развития личности, а также с выделением существенных черт педагогического творчества.

В рамках изучения творчества и его влияния на личность большое внимание в исследованиях В. И. Загвязинского, В. А. Кан-Калика, Н. Д. Никандрова, Н. В. Кузьминой и других ученых-педагогов отводится педагогическому творчеству.

Ю. Н. Кулюткин отмечает, что творчество — наиболее существенная и необходимая характеристика педагогического труда. Педагогика творчества, подчеркивает В. С. Шубинский, выявляет закономерности формирования творческой личности. И. Я. Лернер рассматривает творчество как активную форму деятельности будущего педагога, направленную на создание качественно новых для него ценностей, имеющих общественное значение. Так как педагогическая деятельность носит творческий характер, то существует и опыт выполнения этой деятельности, а значит, опыт творчества (И. Я. Лернер, М. Я. Виленский, С. Н. Бегидова, А. М. Дорошкевич, В. И. Маслов и др.).

По мнению ученых Е. С. Громова, В. А. Кан-Калика, Н. Д. Никандрова, В. А. Моляко, М. В. Прояева, М. М. Рубинштейна, Ю. Н. Кулюткина, Л. В. Яковлева и других, педагогу-творцу присущи: инициативность, самостоятельность, способность к преодолению инерции мышления, чувство подлинно нового и стремление к его познанию, целеустремленность, широта ассоциаций, наблюдательность, развитая профессиональная память, умения мобилизовать воспитанников, понимать, возбуждать и удовлетворять их интересы, профессиональное творческое мышление, внутренняя мотивация на творческую педагогическую деятельность, нетрадиционное личное мировоззрение, богатство фантазии и интуиции.

Н. А. Бердяев утверждал, что творчество — тайна. Тайна творчества есть тайна свободы. Тайна свободы бездонна, она — бездна.

---

<sup>1</sup> *Войтлева Н. А.* Психолого-педагогические условия профессионально-творческого развития личности будущего учителя музыки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. — Майкоп, 2003.

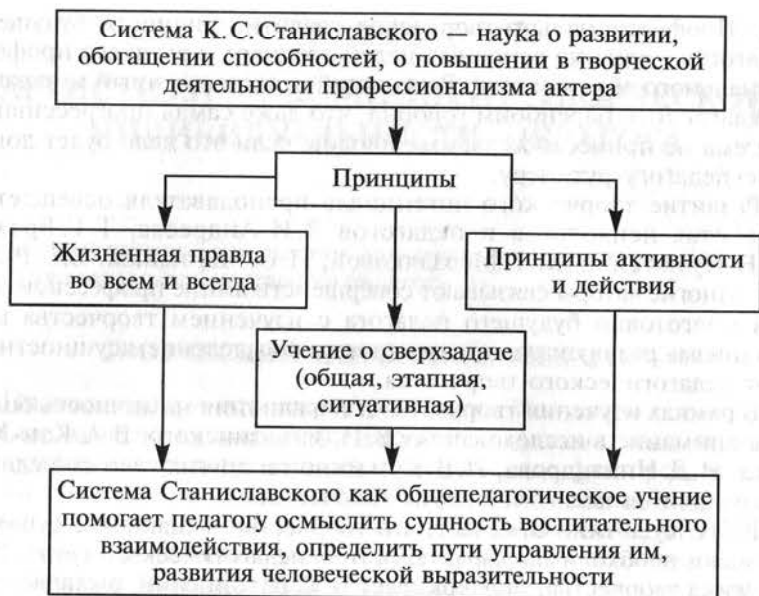


Рис. 6. Основные принципы системы К. С. Станиславского

Так же бездонна и неизъяснима тайна творчества<sup>1</sup>. Проблема творчества — один из аспектов человеческого бытия, ибо личность, по утверждению Н. А. Бердяева, всегда выступает как «творящая», вне творчества нет Личности, творчество пронизывает практически все виды человеческой деятельности.

Черты деятельности, в том числе творческой, проявляются не одновременно при решении той или иной проблемы, а в различном сочетании и с разной силой.

Творчество разнообразно по своим видам: интеллектуально-теоретическое, художественное, техническое. Разнообразно оно по глубине и степени интенсивности — от простой находки иного пути и способа решения задачи до создания оригинальной модели или собственного художественного произведения.

Насыщенность образовательного процесса элементами творчества делает его увлекательным, захватывающим, а это, в свою очередь, способствует формированию активно-творческого отношения к процессу познания.

Большую помощь в этом, по утверждению М. О. Цукавы, может оказать система К. С. Станиславского (рис. 6), рассматривающая органическую природу творчества через природу человека-творца. В этой системе впервые решается вопрос сознательного овла-

<sup>1</sup> Бердяев Н. А. Философия свободы. Смысл творчества. — М., 1989.

дения подсознательным, произвольным процессом творчества, проявления таланта личности в деятельности.

Система К. С. Станиславского — наука об актерском творчестве, а также о том, как, опираясь на объективные законы, растить, развивать, обогащать различные способности, а не только сценические. Она — способ повышать в творческой деятельности «коэффициент полезного действия» всякого дарования<sup>1</sup>.

Развитие потенциальных возможностей и внутренних ресурсов личности, интенсификация творческого начала студентов, их полноценная самореализация в будущей педагогической деятельности обуславливают необходимость изучения функциональных компонентов и средств профессионально-творческого развития личности будущего специалиста, а именно формирование артистизма, овладение актерско-сценическими умениями.

## АРТИСТИЗМ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

В педагогике не вызывает сомнения тот факт, что артистизм необходим каждому будущему специалисту.

В свете этой проблемы нельзя не сказать об артистизме вообще, об актерском даровании и знаменитой отечественной артистической школе К. С. Станиславского. Разработкой проблемы педагогического артистизма занимались такие исследователи, как Ш. А. Амонашвили, О. С. Булатова, Н. Н. Демьянко, В. И. Загвязинский, В. П. Кузовлев, А. С. Макаренко, Е. Пассов и другие.

Каждый педагог так или иначе преобразует педагогическую действительность, но только педагог-творец активно борется за кардинальные преобразования и сам в этом деле становится наглядным примером.

В отечественной педагогике сложилось целое направление исследования проблем развития личности средствами драматического искусства. Идея использования достижений театральной педагогики в подготовке преподавателя не нова. Формирование артистизма и актерско-сценических умений нашло отражение в работах педагогов-исследователей. В частности отдельные аспекты этой проблемы разработаны в трудах А. С. Макаренко, работах современных педагогов Ю. П. Азарова, И. А. Зязюна, В. А. Кан-Калика, Н. Д. Никандрова.

Использование достижений театральной педагогики в учебно-воспитательном процессе, по утверждению Г. А. Гариповой, признано в педагогической теории перспективным. Она понимает под артистизмом целостную систему личностных качеств, способству-

<sup>1</sup> Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

ющую свободному самовыражению личности. Г. А. Гарипова представляет его в виде совокупности комплекса взаимосвязанных структурных компонентов: психофизического, эмоционально-эстетического, художественно-логического<sup>1</sup>.

В Словаре иностранных слов и выражений понятие «артистизм» (фр. *artistisme*) трактуется как художественная одаренность или высокое и тонкое мастерство исполнения чего-либо, виртуозность<sup>2</sup>.

В. И. Загвязинский считал, что артистизм — это особый, образно-эмоциональный язык творения нового; проникновенный стиль сотворчества педагога и ученика, ориентированный на понимание и диалог с Другим, доминирующая; изящное и тонкое кружево сотворения живого чувства, знания и смысла, рождающихся «здесь и сейчас»; это способность почти мгновенно переключаться на новые ситуации, оказываться в новом образе, умение жить идеями, преподаваемыми ученикам на уроке, жить искренне; это богатство личностных проявлений, образный путь постановки и решения проблемы, игра воображения, изящество, одухотворенность, ощущение внутренней свободы<sup>3</sup>.

О. С. Булатова соглашается с В. И. Загвязинским в определении педагогического артистизма как сотворчества ученика и учителя, но дополняет, что артистизм — способность не только красиво, впечатляюще, убедительно что-то передать, но и передать, эмоционально воздействуя на воспитанника. Артистизм подлинный — это красота и богатство внутреннего мира педагога, умение решать задачи, проектировать будущее, представляя его в образах, используя фантазию и интуицию, гармонически сочетая логическое и эстетическое. Артистизму нельзя научиться, прочитав или запомнив положения, содержащиеся в книгах. Можно понять и принять идеи, включиться в работу по выявлению и развитию способностей и умений, связанных с фантазией и интуицией, импровизацией, техникой и выразительностью речи и движений, самопрезентацией, открытостью, убедительностью в служении добру и красоте, в пробуждении и выращивании лучших качеств доверенных педагогу молодых людей<sup>4</sup>.

Артистизм представляет собой проявление духовно богатого внутреннего мира личности. Он формируется в процессе духовно-практического освоения человеком определенных видов творческой деятельности с целью удовлетворения потребности в профессиональном самосовершенствовании и самообразовании.

<sup>1</sup> Гарипова Г. А. Формирование артистизма личности будущего учителя музыки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. — Казань, 2002.

<sup>2</sup> Словарь иностранных слов и выражений / авт.-сост. Е. С. Зенович. — М., 2000.

<sup>3</sup> Загвязинский В. А. Педагогическое творчество учителя. — М., 1987.

<sup>4</sup> Булатова О. С. Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.

Деятельность преподавателя сопоставима с деятельностью актера и режиссера. Можно выделить следующие общие признаки этих профессий.

1. Содержательный признак — коммуникативность, так как общей основой является взаимодействие, живое сотрудничество разных индивидуальностей (в данном случае — педагога и обучающегося).

2. Целевой признак — воздействие человека на человека и вызов определенного переживания у партнера.

3. Инструментальный признак — личность творца и его психофизическая природа как инструмент воздействия.

4. Процессуальные признаки: творчество осуществляется публично, регламентировано во времени, результат динамичен; наблюдается общность переживаний актера и зрителя, актера и режиссера, педагога и обучающегося; творчество носит коллективный характер.

5. Структурный признак — анализ материала, определение проблем, противоречий; рождение замысла; воплощение, анализ результата, корректировка.

Работа над содержанием занятия и ролью имеет три периода:

— репетиционный — у актера, предшествующий занятию — у преподавателя. Это период, когда в воображении, в мыслях, в ощущениях деятеля создается образ: героя — у актера; занятия — у педагога;

— технический период, когда разумно, расчетливо выверяется материал и подчиняется собственному творческому закону деятеля. Актер закрепляет, «обкатывает» на репетициях роль, педагог репетирует урок, уточняет его замысел, фиксирует его ход, составляет план;

— период воплощения творческого замысла. Работа актера на спектакле, преподавателя — в аудитории.

6. Концептуальные признаки: наличие элементов работы, не поддающихся автоматизации; осуществление социальной функции воспитателя; присутствие интуиции, чутья, вдохновения; специфические профессиональные эмоции; необходимость непрерывной внутренней работы (тренировочной и «над предметом»).

Сходство актерских и педагогических способностей отмечали А. С. Макаренко, Ю. П. Азаров, Н. В. Кузькина, Ю. Л. Львова и другие. Эту же особенность выделял К. С. Станиславский. Он выявил основные элементы, необходимые для творчества как актера, так и педагога: развитое воображение, внимание, эмпатию, рефлексивность, подвижность, заразительность, выразительные способности, обаяние<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Станиславский К. С. Работа актера над собой. — М., 1955.



Различия между актерской и педагогической деятельностью систематизировала О. С. Булатова, называя, в частности, различия в предмете представления (перевоплощение актера в другую личность и отношение педагога к ситуации, диктуемое его ролевой позицией); в границах сферы деятельности (вымышленные у актера и реальные у педагога условия существования); в специфике общения (актер тяготеет к диалогу, преподаватель — к монологу); в продолжительности деятельности (более длительная у преподавателя, чем у актера); в возможностях импровизации (у преподавателя границы творчества шире, импровизация не только допустима, но и необходима); в разнообразии программы деятельности (у преподавателя в один день она может быть разной в рамках разных ролей) и т. д.<sup>1</sup>

Интересно, что педагогический артистизм влияет на развитие коммуникативных умений обучающихся. *Коммуникативные умения* — это умения осуществлять связь, в ходе которой происходит обмен информацией (Е. И. Пассов). Большая роль здесь отводится педагогическому влиянию (убеждению, внушению; заражению; подражанию).

Заражение и подражание характерны для педагогического артистизма. *Заражение* возникает в группе людей, которые, руководствуясь эмоциональным состоянием, действуют на основе сведений, принятых без должного анализа, либо повторяют действия других людей. Заражение носит спонтанный характер. *Подражание* — следование примеру или образцу, проявляющееся в повторении каких-либо поступков, жестов, интонаций, копировании определенных черт характера другого человека. Подражание может быть произвольным и непроизвольным в зависимости от возраста.

Итак, педагог должен овладеть и активно применять на практике приемы педагогического артистизма, в совершенстве владеть коммуникативными умениями.

## ЮМОР КАК СРЕДСТВО АКТЕРСКОГО МАСТЕРСТВА ПЕДАГОГА

Что такое *юмор*? Одно из самых простых и точных определений принадлежит В. И. Далю: «Юмор — веселая, острая, шутливая складка ума, умеющая подмечать и резко выставлять странность обычаев, порядков и нравов»<sup>2</sup>.

В. А. Сухомлинский говорил, что юмор — это глубинное течение полноводной реки жизни, внутренняя игра ума и чувств кол-

<sup>1</sup> Булатова О. С. Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.

<sup>2</sup> Даль В. И. Толковый словарь русского языка. Современная версия. — М., 2000.

лектива, в котором ежечасно, ежеминутно сердце и мысли касаются друг друга.

Немецкий философ И. Кант считал, что юмор обозначает именно талант произвольно приходить в хорошее расположение духа<sup>1</sup>.

Роль юмора огромна. Именно он помогает сглаживать житейские шероховатости и обходить острые углы, создавать благоприятную дружественную атмосферу, комфортность в обучении и воспитании.

В этой связи юмор как средство актерского мастерства педагога приобретает особое значение.

Античный философ Марк Фабий Квинтилиан говорил, что обучение должно быть радостным. Сторонником создания школы радости был один из выдающихся отечественных педагогов — В. А. Сухомлинский, которому принадлежит приоритет в постановке проблемы юмора в воспитании. Важную роль в обучении он отводил слову учителя, художественному стилю изложения, сочинению вместе с детьми маленьких рассказов и сказок, проникнутых жизнерадостным юмором. В. А. Сухомлинский считал юмор сильным средством воздействия. Он утверждал, что способность увидеть в нарушении дисциплины смешное и пристыдить смешным — в этом заключается умение проникнуть умом и сердцем в духовный мир ребенка: «Ребенок жить без смеха не может. Когда дети смеются, нельзя сердиться, ненужный и не к месту смех нужно пристыдить юмором, т. е. смехом же»<sup>2</sup>.

Способность смеяться — подлинно человеческая черта; чувствительность к смешному, внутренняя готовность смеяться требуют большого развития, бурной деятельности, игры умственных сил. Смех — это обратная сторона мышления. Развивать способность смеяться, утверждать чувство юмора — значит укреплять умственные силы и способности молодежи, учить тонко думать и мудро видеть мир<sup>3</sup>.

Отечественный психолог А. Н. Лук в книге «Эмоции и чувства» писал: «Одним из способов переключения отрицательных, неприятных переживаний служит эмоциональная реакция, именуемая чувством юмора»<sup>4</sup>.

Известный ученый, писатель, член Международной ассоциации эстетиков Ю. Б. Борев говорил, что чувство юмора — разновидность эстетического чувства и обладает рядом особенностей:

— опирается на эстетические идеалы, противопоставляя их воспринимаемому комическому явлению (в противном случае

<sup>1</sup> Кант И. Собр. соч.: в 6 т. — Т. 5. — М., 1966.

<sup>2</sup> Сухомлинский В. А. Избр. пед. соч.: в 3 т. — Т. 3 / сост. О. С. Богданова, В. З. Смаль, А. И. Сухомлинская. — М., 1981. — С. 355.

<sup>3</sup> Там же. — С. 348.

<sup>4</sup> Лук А. Н. Эмоции и чувства. — М., 1972. — С. 47.

юмор превращается в скепсис, цинизм, сальность, пошлость, скабрёзность);

— присуще эстетически развитому уму, способному быстро, эмоционально-критически оценивать явления;

— предполагает способность хотя бы эмоционально в эстетической форме схватывать противоречия действительности;

— свидетельствует о склонности к богатым и неожиданным сопоставлениям и ассоциациям;

— рассматривает явление критически с точки зрения его общечеловеческой значимости<sup>1</sup>.

Важно отметить, что в основе юмора лежит умение посмотреть на себя со стороны, т.е. *рефлексивно*<sup>2</sup>, но посмотреть с некоторой долей иронии. Чрезмерная серьёзность во всем вредит, как справедливо заметил герой знаменитого телефильма Мюнхгаузен: «Умное лицо — это еще не признак ума, все глупости на Земле делаются именно с этими лицами».

Нередко на конференциях и съездах серьёзный доклад начинается веселой притчей, докладчик не боится в научное изложение вернуть шутку. Это неизменно помогает завоевать доброжелательное внимание аудитории не только силой аргументов, но и искрящим юмором, с помощью которого можно обесценить все хитроумные доводы противников, не затрачивая на них ни времени, ни сил. Поэтому здесь важна способность перешагнуть через привычные рамки, сковывающие мысль; эта способность не ограничивается одной лишь наукой. Это, скорее, свойство личности, а не только особенность мышления<sup>3</sup>.

Шутка, умение с ней встречать неприятности и поражения, улыбочивость, добросердечие притягательны для окружающих. Как заметил немецкий писатель Л. Берне: «Юмор — не дар ума, это — дар сердца, сама добродетель, исходящая из богато одаренного сердца, если ему не позволено следовать своим побуждениям»<sup>4</sup>. Одним это дано в большей степени, другим — в меньшей, а кому-то совсем не дано.

В книге «Основы педагогики» (1999) Б. З. Вульф и В. Д. Иванов рассказали об опросе обучающихся и преподавателей. На основе полученных данных они сделали вывод о том, что ребята ценят юмор в школе больше, чем их педагоги, примерно в семь

<sup>1</sup> *Борев Ю. Б.* Эстетика: учебник. — М., 2002.

<sup>2</sup> *Рефлексия* — способность педагога дать себе и своим поступкам объективную оценку, понять, как его воспринимают дети, другие люди, прежде всего те, с кем он взаимодействует в процессе педагогического общения (Словарь-справочник по педагогике / авт.-сост. В. А. Мижериков; под общ. ред. П. И. Пидкасиного. — М., 2004).

<sup>3</sup> *Лук А. Н.* Эмоции и личность. — М., 1982.

<sup>4</sup> Энциклопедия мысли: сборник мыслей, изречений, афоризмов. — М., 1996.

раз. В числе предпочтительных качеств педагога юмор назвали 35 % опрошенных старшеклассников и только 5 % преподавателей.

Они приводят примеры высказываний студентов педагогического вуза и учащихся колледжа о смехе и юморе в школьной жизни.

- Человек, лишенный чувства юмора, кажется ограниченным, у него не хватает широты восприятия мира. Такой человек чаще ставит свое собственное мнение, переживание выше всего происходящего.

- Две минуты хорошего смеха снимают напряжение на уроке. Нет ничего плохого в том, что ученики подшучивают друг над другом и над учителем и учитель, в свою очередь, над ребятами, но не злоупотребляя своим положением. Очень здорово, когда учитель совмещает урок и развлечение.

- Если бы не было смеха, жизнь в школе или других учебных заведениях становилась бы ужасно скучной. Юмор помогает ученикам справиться со сложностями, возникающими в процессе обучения, помогает высидеть большое количество часов за партой. Ученики смеются над учителями, и именно это зачастую помогает им найти общий язык, особенно если учителя смеются вместе с ребятами.

- Смех и юмор стоят не на последнем месте в школьной жизни. Только с каждым годом смех становится все злее и ожесточеннее. Дети на переменах и на уроках стараются побольше уколоть своего соученика. В большинстве случаев это защитная реакция — если ты не обидишь, тебя обидят. Иногда и учителя могут оскорбить ученика, зло над ним посмеяться, хотя это, конечно, исключение, а не правило.

Из приведенных фрагментов можно увидеть, что проявления смешного весьма разнообразны. Многое в восприятии юмора зависит от ситуации: кто смеется, над кем или над чем, каковы взаимоотношения между объектом и субъектом смеха.

При анализе высказываний учащихся и студентов о юморе бросается в глаза четкое разделение юмора на добрый и злой. Добрый, по мнению учащихся, организует учитель, чтобы можно было немного отдохнуть, отвлечься, чтобы урок не казался таким нудным и долгим. Если юмор связан с темой урока, он помогает лучше усвоить материал, так как, вспоминая, чем был вызван смех, учащийся волей-неволей вспоминает материал, с которым он был связан. Добрый юмор объединяет людей в понимании сложностей и ответственности, не ищет виноватых, дает возможность смеяться над собой, а не над другими, помогает найти решение, укрепляет уверенность в своих силах и радует всех вокруг, способствует снятию напряжения, стресса и укреплению здоровья<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Вульфов Б.З., Иванов В.Д. Основы педагогики: учеб. пособие. — 2-е изд., перераб. и доп. — М., 1999.

Недаром существует известная поговорка, что несколько минут хорошего смеха продлевают жизнь на несколько лет. Еще мудрый царь Соломон говорил, что веселое сердце благотворно, а унылый дух сушит кости.

Как и всякое душевное дарование, писал А. Н. Лук, чувство юмора имеет свою нейрофизиологическую основу, процессы возбуждения и торможения в мозгу. Мы ограничимся лишь психологической стороной дела. Чувство юмора обычно проявляется в умении отыскать смешную черточку в различных ситуациях. Нетрудно найти нечто смешное в любой ситуации, даже самой неприятной, если она приключилась с кем-нибудь другим. Значительно труднее проявить чувство юмора, когда беда постигла тебя самого, — вот, пожалуй, настоящий пробный камень для чувства юмора<sup>1</sup>.

Для педагога юмор — одно из важнейших профессиональных качеств и средство актерского мастерства. Владение юмором — это прежде всего умение импровизировать. Под *импровизацией* понимается совпадение во времени процесса творчества и демонстрации его результатов.

Умелое применение на занятиях каламбуров, ассоциаций, поговорок, афоризмов, исторических анекдотов и подлинных забавных историй из жизни знаменитых ученых на тему урока дает возможность передохнуть на занятиях, освежает внимание, развивает ассоциативное мышление слушателей, расширяет их кругозор, повышает уровень общей культуры, оказывает эмоциональное воздействие на аудиторию<sup>2</sup>. Но юмор, применяемый преподавателем на занятиях, должен быть прежде всего уместным. Вспомним, например, сцену из повести Г. Г. Белых и А. И. Пантелеева «Республика ШКИД», где учитель литературы Павел Иванович Ариков пытался проникнуться доверием к воспитанникам интерната путем веселых и задорных песен, которые тем не менее были полны развращающей пошлости и грубости. В этом случае юмор был неуместен и указывал прежде всего на низкий уровень культуры самого преподавателя. Педагог должен любить юмор и быть способным на сарказм в воспитательных целях.

Функции юмора в педагогическом процессе: информационная, коммуникативная, развивающая, диагностическая, регулятивная — представлены В. Прокопенко. Эти функции юмора отражают общепсихологические характеристики данного феномена, они в большей или меньшей степени известны специалистам по проблемам этики и эстетики, а также исследователям эмоциональной сферы человека<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Лук А. Н. Эмоции и чувства.

<sup>2</sup> Кукушин В. С. Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2002.

<sup>3</sup> Прокопенко В. Возможности юмора // Народное образование. — 2000. — № 8.

Включение юмористического компонента в процесс изучения педагогики позволит нейтрализовать периодически возникающие у студентов негативные переживания скуки, страха, уныния, неудовольствия, отчаяния, а также украсит усвоение педагогического знания положительными эмоциями.

Усвоение знаний о возможностях юмора как педагогического средства, а также использование юмористических материалов на практике, на наш взгляд, будут способствовать развитию у будущих педагогов названных компонентов эмоциональной культуры в ее профессионально-педагогическом аспекте. Однако педагогу нужно помнить, что настоящий юмор в своей сущности всегда гуманен, ибо основывается на добром отношении к миру и человеку. Юмористическое отношение к действительности изначально предполагает в одном феномене и положительные, и отрицательные стороны. На основе сказанного выше можно констатировать, что усиление юмористического компонента необходимо в педагогическом процессе, и в частности в процессе освоения будущим педагогом профессионально-педагогического знания. Н. Е. Щуркова утверждает, что учитель, умеющий шутить остроумно, изящно, — кумир ребят. Неосознанно они благодарны ему за то, что он понимает трудности и помогает их преодолеть, подбодрив шуткой, доброй и неоскорбительной<sup>1</sup>.

Способность видеть окружающий мир с улыбкой удивления и восхищения — это цель, к которой надо стремиться в интеллектуальном развитии учащихся, формировать качества, необходимые для поддержания дружественных отношений и творческого развития личности.

\*\*\*

Педагогическое искусство зачастую называют театром одного актера. Поэтому использование средств театральной педагогики открывает большие возможности для формирования артистизма, проявления педагогического мастерства педагога.

Использование юмора в образовательном процессе позволяет педагогу создать положительный эмоциональный фон освоения будущим специалистом профессионально значимого знания. Ибо одним из способов психологической разрядки в межличностном общении является использование юмора, который преобразует отрицательные эмоции в источник смеха.

Без юмора педагог как профессионал не может состояться. Поэтому задачей каждого преподавателя является воспитание Человека гармонически развитой, духовно богатой, интеллектуальной личностью, где наличие чувства юмора играет далеко не последнюю роль.

Педагог, освоивший актерское мастерство, творчество в полной мере (и по процессу его течения, и по результатам), выхо-

<sup>1</sup> Щуркова Н. Е. Когда урок воспитывает. — М., 1991.



дит на уровень духовного развития. Ему доступно переживание моментов единения всех внутренних сил. Если преподаватель вышел на уровень духовного развития, остается одно — пожелать ему счастливого пути.

### Рекомендуемая литература

- Булатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.
- Вульфов Б. З., Иванов В. Д.* Основы педагогики: учеб. пособие. — 2-е изд., перераб. и доп. — М., 1999.
- Загвязинский В. А.* Педагогическое творчество учителя. — М., 1987.
- Кукушин В. С.* Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2002.
- Ваганова Ж. В.* Артистизм педагога как компонент его творческой индивидуальности: дис. ... канд. пед. наук. — Тюмень, 1998.
- Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.
- Профессиональная педагогика: учебник. — М., 1997.
- Рогинский В. М.* Азбука педагогического труда. — М., 1990.
- Станиславский К. С.* Работа актера над собой // Собр. соч.: в 8 т. — Т. 3. — М., 1982.
- Сухомлинский В. А.* Избранные педагогические сочинения: в 3 т. — Т. 3 / сост. О. С. Богданова, В. З. Смаль, А. И. Сухомлинская. — М., 1981.
- Щуркова Н. Е.* Когда урок воспитывает. — М., 1991.

### Темы для обсуждения на семинарских занятиях

1. Эстетические чувства — важнейший компонент педагогического мастерства.
2. Психолого-педагогические признаки театрального и педагогического действия.
3. Артистизм в структуре личности педагога.
4. Педагогическая деятельность, культура и мастерство.
5. Значение наследия К. С. Станиславского в подготовке современного преподавателя.
6. Юмор как средство педагогического мастерства.

### Темы рефератов

1. Творчество и артистизм в педагогической деятельности.
2. Значение педагогического артистизма в формировании профессиональной культуры педагога.
3. Театральная педагогика в работе преподавателя.
4. Педагогический артистизм как личностная характеристика.
5. Артистизм как компонент профессионально-педагогической подготовки будущего специалиста.
6. Значение юмора в воспитании и обучении молодежи.

### РЕЧЕВАЯ КУЛЬТУРА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Значение речи в профессиональной подготовке преподавателя • Формы и качества педагогической речи • Функции педагогической речи • Речь и коммуникативное поведение педагога

#### ЗНАЧЕНИЕ РЕЧИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Значение речи педагога в постижении молодым поколением законов развития природы, общества, в приобретении опыта нравственных взаимоотношений с людьми — факт бесспорный, доказанный многовековым существованием педагогической профессии.

Деятельность преподавателя сопряжена с проблемами развития речи, и прежде всего с *речевой культурой*, которая развивается на основе принципа объективно существующих связей между языком и познавательными процессами.

Проблема речевой культуры в профессиональной деятельности разрабатывалась психологами и педагогами Л. С. Выготским, Л. А. Введенской, П. Я. Гальпериним, И. А. Зимней, В. В. Ильиным, В. В. Краевским, А. Н. Ксенофонтовой, В. И. Максимовым, Л. И. Скворцовым, Л. В. Соколовой и другими.

Речевая деятельность в педагогическом процессе, по словам А. Н. Ксенофонтовой, выполняет важную задачу создания условий для стимулирования и проявления активной позиции учащегося. Субъективность позиции учащегося выражается в форме конструктивных предложений, в способности проявить самостоятельность в речевых выражениях. Преподаватель опирается на речевую активность студентов, их самостоятельность и творческие возможности<sup>1</sup>.

Вне речевой деятельности невозможно представить себе ни одной сферы человеческой деятельности, общения людей, духовной культуры человечества. Еще Л. С. Выготский выделял речевую деятельность как фундаментальную и видел в ней богатейшие возможности развития личности, сознания, всех познавательных процессов человека.

<sup>1</sup> *Нестерова Т. Г.* Учебная задача как средство развития речевой деятельности студентов // *Материалы Всероссийской научно-практической конференции.* — Оренбург, 2002. — Ч. 4.

Речевая деятельность сопровождает весь образовательный процесс и характеризует такие качества речи, как:

1) правильность соблюдения норм литературного языка (ударения, грамматики);

2) точность речи — предметная и понятийная;

3) логичность, последовательность, проявляющиеся в смысловом сцеплении единиц языка в речи в соответствии с законами логики и мышления;

4) чистота речи, связанная с отсутствием чуждых литературному языку элементов, отвергаемых нормами нравственности;

5) выразительность речи — структурные особенности, помогающие поддерживать внимание и интерес преподавателей и студентов;

6) богатство (разнообразие) речи — отсутствие повторения одних и тех же знаков, цепочек знаков, разнообразие языковой структуры (запас слов, словосочетаний, лексическое, фразеологическое, семантическое богатство);

7) эстетичность речи, связывающая все языковые средства и обладающая эстетической функцией<sup>1</sup>.

Подготовка студентов к будущей жизни, сочетающей в себе учебную, бытовую, общественную деятельность, а также к профессиональной деятельности во многом определяется степенью их речевого развития, овладения всеми видами речевой деятельности.

Невозможно полноценно усвоить знания, развить различными дисциплинами требуемые умения и навыки, если не овладеть необходимым уровнем речевой подготовки, понимания речи в устной и письменной формах<sup>2</sup>.

Учительская профессия накопила значительный опыт словесного воспитания. Со школьной скамьи каждый из вас запомнил образ любимого преподавателя. В. И. Зозуля и Б. П. Ялынский в своих воспоминаниях, хранящихся в лаборатории по изучению педагогического наследия А. С. Макаренко при Полтавском пединституте, не только воспроизводили слова любимого педагога, но и описывали интонации его голоса, тон, жесты, которыми сопровождался его высказывания. К. Паустовский вспоминал своего учителя истории Клячина, выделяя его умение рассказывать так, как будто он «бросал слова, как комья глины, и лепил ими живые статуи».

Правда, за последние десятилетия в общественном сознании прочно укрепились и другие стереотипы речи, коммуникативного поведения учителя — обязательно громкий голос, назидательный тон, безапелляционность оценок и замечаний, авторитарная ма-

---

<sup>1</sup> Бочкарева Т. С. Развитие речевой культуры студентов // Вестник Оренбургского государственного университета. — 2001. — № 2.

<sup>2</sup> Там же.

нера предъявления требований. Появились даже выражения «говорить учительским тоном», «железные нотки учительского голоса», как правило, сопровождаемые либо резко отрицательным отношением говорящего к этому явлению, либо иронией.

## ФОРМЫ И КАЧЕСТВА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕЧИ

Авторы книги «Психология обучения речевому мастерству» (М., 1999) Б. Ц. Бадмаев и А. А. Малышев считают, что в традиционной системе образования речевое умение, т. е. умение человека оформлять в словах и предложениях собственную мысль, не является результатом специального обучения. Мастерство речи приходит к человеку (если вообще приходит) в основном стихийно, бессистемно, случайно, отрывочно и, главное, не каждому.

Стала модной фраза: «Главное — дело сделать, а говорить мы все умеем». Трудно согласиться с таким пониманием роли слова.

Обучение речевой культуре — это прежде всего необходимость, веление времени, хотя порой приходится доказывать людям совершенно, казалось бы, очевидные вещи.

Устная речь педагога существует в двух видах — в *монологе* (монологическая речь) и *диалоге* (диалогическая речь). Формы этой речи в общении со студентами разнообразны. Наиболее распространенными формами монологической речи являются рассказ, лекция, комментарий, толкование (правил, законов, терминов), развернутые оценочные суждения. Диалогическая речь представлена в разнообразных беседах педагога с учащимися.

Кроме того, в педагогической практике часто создаются ситуации, требующие обмена приветствиями, оценками, высказываниями между педагогом и учащимися при встрече, совместного обсуждения какой-либо проблемы, поступка, норм поведения.

В последнее время сложилось странное представление о ситуации обмена приветствиями между педагогом и студентами. Однажды, впервые зайдя в аудиторию на занятие, я застала студентов колледжа спокойно сидящими на своих местах. На вопрос, почему вы не приветствуете педагога, услышала в ответ, что в колледже демократия и вставать при вхождении преподавателя в аудиторию у них не принято. За 28 лет педагогической деятельности я встретила с таким явлением впервые. Что это — демократия или ложное понимание администрации колледжа этики поведения? Предъявляя требования к педагогу, не следует забывать и об элементарной вежливости студентов. Этому следует учить постоянно. Ведь воспитание и обучение неразделимы в образовательном процессе любого профессионального учреждения.

Формы устной речи редко существуют автономно, в «чистом» виде. Они как бы проникают, входят одна в другую, создавая

сложную полифонию связного повествования, реплик, оценок, замечаний, вопросов, ответов. Атмосфера, создаваемая коммуникативным поведением преподавателя и студента, сиюминутна, неповторима дословно (исключение составляет использование технических средств записи). Это важно учитывать будущему педагогу, ибо подобная сиюминутность возлагает на него большую ответственность и за выбор слов, выражений, и за интонацию, с которой они произносятся, за жесты, движения, которыми сопровождаются. Ибо все это надолго остается в памяти слушателей в виде настроения, впечатления, вынесенного от встречи, общения с педагогом.

Речь педагога должна соответствовать определенным требованиям: обладать *нормативностью* (соответствие речи нормам современного литературного языка — акцентологическим, орфоэпическим, грамматическим и др.); *точностью* словоупотребления; *выразительностью* (образность, эмоциональность, яркость). В целом такие коммуникативные качества речи, как правильность, точность, уместность, лексическое богатство, выразительность, чистота, и определяют речевую культуру педагога.

## ФУНКЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕЧИ

Требования к качествам речи педагога обусловлены прежде всего педагогическими функциями. Одна из основных функций — обеспечение полноценной презентации (передачи) знаний. Существует прямая зависимость между особенностями речи преподавателя и успешностью восприятия и запоминания знаний студентами. Речь педагога может сделать это восприятие доступным, интересным, а может затруднить его.

О значимости этой функции речи говорит тот факт, что знания часто закрепляются надолго в памяти обучающихся благодаря особенностям педагогической речи: сохраняются эмоциональная окраска голоса педагога, его интонации, ритмичность речи, характер произношения слов.

Д. Гранин, рассказывая о выдающемся ученом Н. В. Тимофеев-Ресовском в романе «Зубр», отмсчал необычную силу воздействия его речи на учеников: то, что он говорил, запоминалось навсегда, «он забивал слова, как гвозди». Спустя десятилетия бывшие ученики воспроизводили слова, выражения, манеру говорить своего учителя.

Отечественные ученые М. Н. Скаткин и И. Я. Лернер писали, что «педагогическая задача речи учителя при изложении нового материала — способствовать не только передаче школьникам знаний, но и формированию у них эмоционально-ценностного отношения к этим знаниям, потребности сделать их руководством в своем поведении, основой убеждений. Современная дидактика

включает в содержание образования и формирование у учеников опыта эмоционально-ценностного отношения к знаниям»<sup>1</sup>.

Одно из условий приобщения молодежи к красоте устной и письменной речи — как можно раньше разъяснить им, почему и для чего надо хорошо овладеть речью. К сожалению, далеко не всем в молодости бывает ясно, что совершенное владение устной и письменной речью нужно в любой профессии, если хочешь быть современным, культурным, интеллигентным человеком (об этом втайне мечтают юноши и девушки, но не всегда знают, как этого достичь).

Б. Ц. Бадмаев и А. А. Малышев выделяют специфические функции устной и письменной речи.

*Устная речь* может быть убеждающей, воодушевляющей, развлекающей, призывающей и информационной.

*Информационная речь* сообщает людям новые сведения, пробуждает любознательность, дает новое представление о чем-то ранее известном. Она отличается объективностью, непредвзятостью, политической нейтральностью, исключая личные пристрастия, предпочтения, привязанности выступающего.

Кроме того, информационная речь рассчитана на удовлетворение извечной тяги людей к новому, интересному, актуальному, отвечающему их практическим запросам.

*Убеждающая речь*, в отличие от информационной, пристрастна, эмоциональна, по содержанию лично зависима от говорящего, но в то же время холодно расчетлива, строго логически аргументированна, направлена на то, чтобы доказать или, наоборот, опровергнуть какое-либо положение, ту или иную точку зрения, утвердить или отвергнуть какую-либо (или чью-либо) позицию. На практике убеждающая речь обычно служит научной пропаганде или политической агитации.

*Воодушевляющая речь* — одна из разновидностей агитационной речи, когда помимо убеждения говорящий стремится внести ясность в какой-то жизненный вопрос, подчеркнуть его значение для слушателей и воодушевить их. В отличие от информационной речи не ставится цель сообщить новую информацию, представить новые данные, а также переубедить людей в чем-то. Например, агитируя за кандидата в депутаты, на пост мэра или губернатора, доверенное лицо может оперировать фактами и цифрами, демонстрирующими или подтверждающими известные полезные дела кандидата, и, не призывая к прямому действию «идти голосовать», на деле воодушевлять людей на этот поступок, т. е. пробуждать в их сознании такое желание.

Непосредственным результатом воодушевляющей речи, если она была удачна и людям понравилась, обязательно будет возвы-

---

<sup>1</sup> Дидактика средней школы / под ред. М. Н. Скаткина и И. Я. Лернера. — М., 1982. — С. 103.



шенное желание следовать тому хорошему, о чем говорил оратор, отбросить все мелочное, малозначимое, суетное, отвлекающее от высоких и благородных целей.

*Развлекающая речь.* Ее цель отражена в самом названии, ибо никакой иной цели, кроме как развлечь, развеселить, потешить слушателей, у нее нет. Развлечение людей — самоцель этой разновидности устной речи. Она будет отвечать своему предназначению при определенных условиях. Во-первых, чтобы поддержать внимание и интерес слушателя, в ней должны перемежаться шутка и серьезная мысль, правда и вымысел, связное и более или менее пространное повествование и анекдот, беззлобный юмор и острая сатира, насмешливая ирония и наигранная серьезность, дружеское шаржирование и помпезное изображение портретов друг друга и т. д. Во-вторых, сам говорящий должен обладать чувством юмора и умением смешить людей, что не каждому дано. Писатели-сатирики, артисты юмористического жанра, цирковые клоуны, авторы и исполнители реплик в комедийных спектаклях и фильмах обладают этим даром. В-третьих, тема развлекающей речи может быть конкретной и иметь определенную логику развития, единую сюжетную линию и сравнительно пространное для данного жанра содержание, но все же рассчитанное на несколько минут выступления. Таковы юмористические рассказы, произносимые с эстрады, выступления писателей-сатириков на встречах с читателями и т. п. Но часто вместо строго очерченной темы существует лишь общий замысел: сделать речь занимательной, интересной и смешной. Таковы вечера в узком кругу друзей и единомышленников с анекдотами и побасенками, забавными воспоминаниями, а также различные телевизионные передачи типа «Белый попугай», «Смехопанорама», «Аншлаг» или «КВН», где выступления участников не подчинены какой-либо одной теме, а служат лишь развлекательности.

Развлекающая речь как таковая не имеет большой практической ценности, но в качестве атрибута дружеских вечеринок, «капустников», пикников и других форм коллективного отдыха она незаменима. Каждая хорошая компания для отдыха желает иметь в своей среде человека, умеющего веселить людей шутливыми рассказами, смешными историями, остроумными экспромтами. Кроме того, шутливые нотки, благожелательный юмористический тон желательны в любой серьезной речи.

*Призывающая речь* имеет целью побудить людей к активным действиям. О роли призывающей речи мы знаем по избирательным кампаниям, по «битвам за урожай» в недавнем прошлом, по весенним субботникам в городах, а также по многочисленным мобилизационным призывам в тяжелые годы Великой Отечественной войны, когда требовались добровольное участие граждан в сборе средств в Фонд обороны, безвозмездная работа в сверхуроч-

ное время по выпуску важной для фронта продукции и т. д. Речи, призывающие и рассчитанные на такой немедленный отклик людей в форме реальных действий и поступков, как правило, связаны с негативными событиями не только общегосударственного, но и местного масштаба (стихийные бедствия, технологические аварии и катастрофы и т. д.).

Специфические функции *письменной речи*. Письменная речь, как правило, не имеет самостоятельной цели, независимой от других видов общения как деятельности, не является самоценной в момент написания текста, но становится средством некоторых других видов деятельности. Быть средством той или иной деятельности — ее основная функция. В каких же видах деятельности письменная речь используется как средство? Это эпистолярная деятельность, словесное (литературное) творчество, описание хода и результатов научно-исследовательской работы, управленческая деятельность.

В *эпистолярной деятельности* письменная речь выполняет функцию средства общения двух людей на расстоянии посредством переписки, когда непосредственные контакты в данный момент исключены или затруднены. Иногда люди предпочитают общаться по переписке, хотя имеют возможность встречаться и фактически встречаются. Например, не так давно были изданы отдельным томом письма В. И. Немировича-Данченко своему другу, коллеге, сорежиссеру К. С. Станиславскому, хотя они регулярно встречались на работе в театре. Значит, была необходимость обратиться именно к письмам, чтобы спокойно, последовательно, стройно и аргументированно высказывать свои идеи, соображения, мысли, раздумья вне суесть повседневной театральной жизни (письма были хотя и личными, но на тему театра, работы). Эпистолярное наследие известных писателей, поэтов, других исторических деятелей представляет большую культурную ценность и источник научных исследований. Особенность эпистолярного жанра письменной речи — высокая степень искренности и одновременно закрытость от публики, ибо при жизни авторов их письма обычно не публикуются.

Продуктом эпистолярной деятельности помимо писем являются записки, открытки, телеграммы, телефаксы личного характера.

*Словесное (литературное) творчество* — еще одна функция письменной речи, определяющая труд писателя, поэта, журналиста. Литературное произведение адресовано не одному человеку, как эпистолярное, а многим людям — читателям, т. е. абстрактному потребителю. Поэтому литературная продукция не может учитывать индивидуальные особенности конкретного человека, хотя и имеет в виду определенный круг, известную категорию читателей. Поэтому есть романы «деревенские», «любовные», сказки

детские и «взрослые», рассказы «охотничьи», пьесы «производственные» и памфлеты политические и т. д. Это, конечно, не значит, что читательская среда того или иного произведения ограничивается строго определенными профессиональными, возрастными или иными рамками: детские пьесы смотрят с удовольствием и взрослые, «деревенские» романы и горожане читают с не меньшим интересом, чем жители села. Все зависит от того, хорошо или плохо написано произведение с точки зрения художественности и правдивости, в какой мере отражает реальные людские судьбы, жизненные коллизии, насколько психологически верно рисует портреты героев. Читатель через художественное произведение учится самой жизни, зорко подсмотренной мастером пера, ибо популярный писатель — всегда хороший психолог, потому он и популярен.

*Описание хода и результатов научного исследования* как функция письменной речевой деятельности отличается от самого процесса научной работы содержанием и логикой построения, ибо оно рассчитано не на самих исследователей, а на более широкую научную общественность или работников практической сферы, т. е. на «других людей», которым специфика и научные тонкости самого исследования не всегда понятны и, главное, нужны далеко не всем, даже ученым. Недаром получила известность фраза, сказанная когда-то К. А. Тимирязевым: «Работаю для науки, а пишу для народа». И великие открытия, и скромные научные результаты диссертанта, будущего кандидата наук интересны широкому читателю своими практическими результатами. Вот почему письменная речь выполняет специфическую функцию популяризации результатов научных исследований.

Иногда лучшие сочинения по литературе в школе могут стать произведением литературного творчества.

*Мнемстическая функция* письменной речи (функция письменной речи как средства запоминания, или функция обслуживания процесса запоминания информации) — это обычные, всем известные записи для памяти. Это самая, пожалуй, древняя функция письменной речи. Как писал Л. С. Выготский, «недаром первую эпоху в развитии письма многие исследователи называют мнемотехнической»<sup>1</sup>. Записи для памяти — это конспекты, памятки, тезисы, дневники, планы на будущее и т. д., отражающие авторскую мысль. Некоторые относят к этой категории знаменитые шпаргалки, но это не совсем верно<sup>2</sup>. В отличие от всех других

<sup>1</sup> Выготский Л. С. Развитие высших психических функций. — М., 1960. — С. 102.

<sup>2</sup> Шпаргалки пишутся обычно не для запоминания, а вместо него. Использование шпаргалки по ее прямому назначению вообще извлекает от необходимости запоминания, а если что-то и запомнилось ненароком, то оно должно вскоре забыться — таков закон памяти и такова психологическая природа экзаменов, рассчитанных на проверку сиюминутных формальных знаний.

продуктов письменной речи, рассмотренных выше, записи для памяти не имеют другого адресата, кроме автора, ибо они пишутся им для самого себя. Некоторые из таких записей для памяти выполняют и другую функцию — описания процесса научного исследования или письменного творчества в форме текста будущего выступления, который помимо памятки становится фиксатором рождающейся мысли, предшествующей, возможно, непосредственному громкому публичному прочтению. Говоря по-другому, эти дополнительные функции могут быть не только мнестическими.

И наконец, *управленческая функция* письменной речи — указы, постановления, директивы, распоряжения, приказы, инструкции, отчеты, информационно-аналитические записки и т.п., предназначенные для исполнительных структур, подчиненных управляющей инстанции. Среди названных документов особняком стоят информационно-аналитические записки, довольно распространенные в наше время. Записка представляет собой род научного документа, который составлен аналитиками-учеными (консультантами, советниками, экспертами, сотрудниками научных учреждений и т.п.) с той целью, чтобы принимаемые управленческими структурами решения опирались на всесторонне проанализированную, т.е. хорошо изученную, реальную обстановку<sup>1</sup>.

Итак, функции речи педагога многообразны и важны. Пренебрежение ими нередко приводит педагога к неудовлетворительным результатам в работе.

## РЕЧЬ И КОММУНИКАТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПЕДАГОГА

Речь педагога обеспечивает выполнение задач обучения и воспитания молодежи. Преподаватель несет социальную ответственность и за содержание, качество своей речи, и за ее последствия. Поэтому речь педагога — это важный элемент его педагогического мастерства.

Ученые Ф.Н. Гоноболин и Т.А. Ладыженская утверждают, что словосочетание «речь учителя» (синоним — «педагогическая речь»), как правило, употребляют, говоря об устной речи педагога (в отличие от речи письменной). Под устной речью подразумевают как сам процесс говорения, создания устных высказываний, так и результат этого процесса — устные высказывания. Устная речь учителя — это речь, создаваемая в момент говорения (в отличие от озвученной письменной речи, например чтения вслух параграфа учебника).

<sup>1</sup> Бадмаев Б. Ц., Малышев А. А. Психология обучения речевому мастерству. — М., 1999.

Педагогическая речь призвана обеспечить: а) продуктивное общение, взаимодействие между педагогом и его воспитанниками; б) положительное воздействие учителя на сознание, чувства учеников с целью формирования, коррекции их убеждений, мотивов деятельности; в) полноценное восприятие, осознание и закрепление знаний в процессе обучения; г) рациональную организацию учебной и практической деятельности учащихся.

С понятием «педагогическая речь» тесно связано понятие «коммуникативное поведение учителя». Выдающийся психолог А.А.Леонтьев в работе «Педагогическое общение» под коммуникативным поведением подразумевает не просто процесс говорения, передачи информации, а организацию речи, влияющую на характер взаимоотношений, создание эмоционально-психологической атмосферы общения педагогов и учащихся, стиль их работы.

\*\*\*

В заключение отметим, что здесь дана одна из возможных классификаций. Вообще-то в основе классификации видов речевой деятельности могут лежать разные основания. Их много. В частности, одним из таких оснований классификации является специфика общественной практики. Выделяют: социально-политическую, профессионально-производственную, учебно-педагогическую, академическую (научную), судебную, дипломатическую, социально-бытовую и другие виды речевой деятельности.

Важно подчеркнуть, что каждой из них присущи как устная, так и письменная формы. Именно поэтому основное внимание мы уделили анализу особенностей устной и письменной речи с точки зрения конкретных, специфических функций, которые они выполняют. Это важно и с психологической точки зрения.

Мастерство устной и письменной речи нужно каждому человеку. Стать грамотным специалистом, научиться писать точно, лаконично, убедительно и без ошибок может каждый желающий. Следует знать закономерности речевой деятельности и работать над собой в соответствии с этими законами, а педагогам — учить студентов правильно выполнять речевую деятельность, чтобы они не просто заучивали правила грамматики на память, а научились применять их при письме.

### Рекомендуемая литература

*Бадмаев Б. П., Малышев А. А.* Психология обучения речевому мастерству. — М., 1999.

*Бочкарева Т. С.* Развитие речевой культуры студентов // Вестник Оренбургского государственного университета. — 2001. — № 2.

*Кужушин В. С.* Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2002.

*Ларионова О. Г., Синегибская А. Д.* Формирование методической культуры студентов специальности «Профессиональное обучение» // Вестник

учебно-методического объединения по профессионально-педагогическому образованию. — Вып. 2(29). — Екатеринбург, 2001.

*Нестерова Т. Г.* Учебная задача как средство развития речевой деятельности студентов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. — Оренбург, 2002. — Ч. 4.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

#### **Темы для обсуждения на семинарских занятиях**

1. Мастерство речи.
2. Особенность речи педагога.
3. Свойства устной речи педагога.
4. Направленность речи педагога.
5. Импровизированная речь.
6. Пути совершенствования техники речи.

#### **Темы рефератов**

1. Речевая культура преподавателя.
2. Речь и поведение педагога.
3. Формы и качества педагогической речи.
4. Функции речи.



## САМООБРАЗОВАНИЕ И САМОВОСПИТАНИЕ — ФАКТОР СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА

Педагог в современном образовании • Самообразование и самовоспитание в профессиональной деятельности педагога • Профессиональное педагогическое самосознание

### ПЕДАГОГ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАНИИ

Утверждение К. Д. Ушинского о том, что учитель живет до тех пор, пока учится, приобретает особое значение в условиях развития профессионального российского образования. Сама жизнь поставила на повестку дня задачу непрерывного педагогического образования. Немецкий педагог XIX в. А. Дистервег писал, что учитель способен воспитывать и образовывать только в том случае, если продолжает работать над своим собственным воспитанием и образованием.

Нет иного пути, кроме образования, чтобы подготовить индивида к самой высокой, по словам А. М. Горького, должности на земле — быть человеком. Без образования и воспитания невозможно обеспечить и профессиональную подготовку человека, дать ему навыки в определенной отрасли труда.

Выдающийся педагог 1930-х гг. А. С. Макаренко, работы которого не утратили актуальности и сегодня, говорил, что в педагогике он пришел случайно, без всякого на то призвания, но научился, сделался мастером своего дела. Такого результата может добиться каждый, если ему помогут и если он будет работать над собой<sup>1</sup>.

Пресс цивилизации, по утверждению современного философа Л. Ю. Писарчика, оказывает мощное воздействие на молодого человека, предлагая ему реализовать свои творческие потенции в рыночной деятельности, в борьбе с конкурентами, в погоне за наживой, в достижении успеха любой ценой, в господстве над природой, в преодолении традиционной культуры, в модернизации производства, т. е. в создании еще более мощной техники, производящей еще больше негативных изменений в природе. «Человек-господин», «человек-супермен», «человек-миллионер», «человек-робот» — вот современные кумиры. Это говорит о том, что

<sup>1</sup> Макаренко А. С. Соч.: в 7 т. — Т. 7. — М., 1958.

сегодня нарастает тенденция дегуманизации общества, когда нормальные человеческие чувства и устремления искажаются и подменяются дегуманизированным фарсом. За примерами далеко ходить не приходится, ими наполнены газеты, телевидение, видеопродукция, кино, литература и т.д.<sup>1</sup>

Молодому человеку приходится делать выбор: принять идеологию общества, пронизанную категориями «обладать», «присвоить», «потребить», но при этом чаще всего остаться, по выражению известного отечественного философа И.А. Ильина, «духовно никем»<sup>2</sup> или прислушаться к мнению философов, художников, деятелей культуры и пойти по пути духовного развития. Первый путь легкий, общепризнанный. По нему сегодня идут многие, потому что это дает человеку ощущение приобщенности к современным формам жизни, достижениям цивилизации, включенности в большие массы единомышленников, ощущение комфорта от солидарности с подобными себе. Такие люди почти всегда равнодушны к проблемам, которые выходят за пределы их «частных», «индивидуальных», «личных» интересов. Фундаментальные основания жизни и культуры они обосновывают не обращением к духовным критериям и истокам, а ссылкой на биологические инстинкты, которыми, по их мнению, являются самосохранение, материальное благополучие, потребительство, желание опередить конкурентов, занять «место под солнцем». Послушать этих людей — и мы больше не найдем в истории человеческой цивилизации никаких духовных исканий и устремлений человека, творческих мук, поиска смысла жизни, самопожертвования и нравственного самоусовершенствования.

В связи с этим возникает вопрос: стоило ли человечеству прилагать титанические усилия в ходе социального прогресса, чтобы прийти к такому примитивному результату? Нет, человеческий дух все равно будет развиваться, но только без нас, не «через нас», как сказал бы Г. Гегель. Он будет развиваться в другом месте и в другое время, но он совершит все великое, что ему положено совершить, он двинет вперед общество и создаст новые ценности подлинной культуры.

М. Монтень утверждал, что разумное обучение изменяет и наш ум, и наши нравы.

Поэтому одна из задач российского образования, по мнению Л. Ю. Писарчика, переводение человека из мира повседневности в мир культуры<sup>3</sup>. На смену идеалу образованного человека приходит идеал культурного человека. Понятие «культурный человек»

<sup>1</sup> Писарчик Л. Ю. Дилемма современной культуры: технократизм или духовность? // Вестник Оренбургского государственного университета. — 2004. — № 10.

<sup>2</sup> Ильин И. А. Путь к очевидности. — М., 1993. — С. 242.

<sup>3</sup> Писарчик Л. Ю. Указ. соч.

не является простым, как это кажется на первый взгляд. В обыденном сознании культурный означает «вежливый, образованный, воспитанный человек»<sup>1</sup>.

Другая и очень важная задача — формирование личности нового социокультурного типа: гуманной, постигающей и понимающей высокую ценность человеческой жизни; духовной, обладающей развитыми потребностями в познании окружающей действительности; самосовершенствующейся, находящейся постоянно в поиске смысла жизни и жизненной позиции, общении с искусством, самопознании, понимании собственного «Я» и своего внутреннего мира; творческой, с развитым интеллектом, стремящейся к преобразующей деятельности, обладающей чувством нового, способной к активной жизни и творчеству; прагматической, владеющей новейшими технологиями и умениями, необходимыми для реализации профессиональных знаний в новой экономической и социокультурной ситуации (предпринимательство, компьютерная грамотность, языкознание), профессиональной мобильности<sup>2</sup>.

В связи с этим роль самообразования и самовоспитания будущих специалистов чрезвычайно велика. Ибо воспитание сегодня рассматривается как фактор успеха модернизационных процессов в России, как способ возможности саморазвития человека. И наконец, не лишним в данной связи будет вспомнить о еще одной замечательной российской традиции, когда профессиональные учебные заведения обучали и воспитывали истинных интеллигентов — гордость России.

## САМООБРАЗОВАНИЕ И САМОВОСПИТАНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

Уникальность каждого человека не вызывает сомнений. Однако умение предьявить себя миру, выразить свою уникальность — проблема для большинства людей.

Как известно, творцом, так же как и интеллектуалом, не рождаются. Очень многое зависит от того, какие возможности представит окружение для реализации личностного потенциала.

По утверждению В. И. Журавлева, уже в 90-х гг. XX в. в педагогической науке разрабатывались личностно ориентированные технологии подготовки студентов к работе в школе и других обра-

<sup>1</sup> Сабиров В. Ш. Предмет философии образования // Сибирский учитель. — 2004. — № 6.

<sup>2</sup> Рекомендации по организации внеучебной работы со студентами в образовательном учреждении высшего профессионального образования: письмо Министерства образования Российской Федерации от 20 марта 2002 г. № 30-55-181/16 (Д).

зовательных учреждениях<sup>1</sup>. Студенты могут свободно выбрать модель своего профессионального облика и реализовать его посредством различных авторских программ.

Лишенный школьной опеки, в профессиональном учебном заведении студент сталкивается с непривычными для него формами работы — самообразованием и самовоспитанием.

**Самообразование** — основа роста будущего специалиста. Как показал анализ литературы, проведенный Ю. П. Фатневой, самообразование представляет собой специально организованную, самостоятельную, систематическую познавательную деятельность, направленную на достижение определенных лично и общественно значимых образовательных целей; непрерывное продолжение общего и профессионального образования, благодаря которому актуализируются и расширяются знания и восполняются пробелы в духовном развитии человека.

Личностный и профессиональный рост напрямую зависит от процессов самообразования и самосовершенствования, позволяет наиболее эффективно реализоваться будущему педагогу в своей деятельности, обеспечивая его развитие и саморазвитие, способствуя творческому подходу к делу<sup>2</sup>.

Академик Д. С. Лихачев, обращаясь к молодежи, писал: «Учиться нужно всегда. До конца жизни не только учили, но и учились все крупнейшие ученые. Перестанешь учиться — не сможешь и учить. Ибо знания все растут и усложняются»<sup>3</sup>.

Воспитание и **самовоспитание** — две стороны единого процесса формирования личности<sup>4</sup>.

Исследования, проведенные отечественными психологами и педагогами А. А. Арет, А. Г. Ковалевым, А. И. Кочетовым, Л. И. Рувинским и другими, убедительно доказали, что личность является активным силой не только в преобразовании окружающего мира, но и в собственном ее формировании.

Л. Н. Толстой определил следующие задачи самовоспитания: «Важнее всего для меня в жизни исправление от трех главных пороков: бесхарактерности, раздражительности и лени»<sup>5</sup>.

Личность человека формируется и развивается под влиянием многочисленных факторов — объективных и субъективных, при-

<sup>1</sup> Журавлев В. И. Субъективно-ориентированное формирование профессионализма студентов педагогического университета // Материалы Международной научно-практической конференции «Педагогическое образование для XXI века». — М., 1994.

<sup>2</sup> Фатнева Ю. П. Готовность к самообразованию как условие профессионального роста будущего специалиста в вузе // Формирование профессиональной компетентности специалистов как цель модернизации образования: материалы Всероссийской научно-практической конференции. — Оренбург, 2005.

<sup>3</sup> Лихачев Д. С. Письма о добром и прекрасном. — М., 1956. — С. 74.

<sup>4</sup> Педагогика: учеб. пособие / под ред. Ю. К. Бабанского. — М., 1983.

<sup>5</sup> Толстой Л. Н. Полн. собр. соч. — Т. 46. — М.; Л., 1934.

родных и общественных, внутренних и внешних, независимых и зависимых от воли и сознания людей, действующих стихийно или согласно определенным целям. При этом сам человек не пассивное существо, он выступает как субъект своего собственного формирования и развития<sup>1</sup>.

Формирование личностных качеств не может происходить без стремления самой личности к учению, без проявления ею учебно-познавательной активности. Благодаря самовоспитанию и упорной работе над собой человек развивает у себя лучшие личностные качества. Известный французский философ Ж. П. Сартр утверждал, что человек есть только то, что он сам из себя делает, подчеркивая определяющую роль самовоспитания в его личностном развитии.

Все это говорит об исключительно важной роли самовоспитания в формировании личности. Теоретические и методические основы самовоспитания разрабатывались в психологии и педагогике учеными А. Г. Ковалевым, Д. М. Гришиным, А. И. Кочетовым, Л. И. Рувинским и другими<sup>2</sup>.

Работа над собой — это самовоспитание, начинающееся с осознания и принятия объективной цели как субъективного, желательного мотива своей деятельности. Субъективная постановка человеком определенной цели поведения или деятельности порождает сознательное напряжение воли, определение плана действий на завтрашний день. Осуществление этой цели неизбежно сопровождается возникающими препятствиями — как объективными, так и субъективными.

Таким образом, на определенной стадии развития личности, ее интеллектуальных способностей и общественного самосознания человек начинает понимать не только внешние для него цели, но и цели своего собственного воспитания. Он начинает относиться к самому себе как к субъекту воспитания. С возникновением этого нового, весьма своеобразного в формировании личности фактора человек становится воспитателем.

К. Д. Ушинский считал, что ему в самовоспитании помогало следующее: «... спокойствие совершенное, по крайней мере, внешнее; прямота в словах и поступках; обдуманность в действиях; решительность; не говорить о себе без нужды ни одного слова; не проводить время бессознательно; делать то, что хочешь, а не то, что случится; издерживать только на необходимое или приятное, а не по страсти издерживать; каждый вечер добросовестно давать себе отчет в своих поступках; ни разу не хватать ни тем, что было, ни тем, что есть, ни тем, что будет»<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

<sup>2</sup> Харламов И. Ф. Педагогика: учеб. пособие. — 4-е изд., перераб. и доп. — М., 1999.

<sup>3</sup> Ушинский К. Д. Собр. соч. — Т. 11. — М., 1952.

Самовоспитание, отмечает И. П. Подласый, это систематическая и сознательная деятельность человека, направленная на саморазвитие и формирование базовой культуры личности. Самовоспитание призвано укреплять и развивать способность к добровольному выполнению обязательств, как личных, так и основанных на требованиях коллектива, формировать моральные чувства, необходимые привычки поведения, волевые качества. Самовоспитание — составная часть и результат воспитания и всего процесса развития личности. Оно зависит от конкретных условий, в которых живет человек<sup>1</sup>.

Согласно Н. А. Березовину, самовоспитание — это сознательная деятельность, направленная на возможно более полную реализацию человеком себя как личности. Основываясь на активизации механизмов саморегуляции, оно предполагает наличие ясно осознанных целей, идеалов, личностных смыслов. Самовоспитание — относительно позднее приобретение онтогенеза, связанное с определенным уровнем самосознания, критического мышления, способности и готовности к самоопределению, самовыражению, самораскрытию, самосовершенствованию. Оно базируется на адекватной самооценке, критическом анализе своих индивидуальных особенностей и потенциальных возможностей; находится в неразрывной связи с воспитанием, не только подкрепляя, но и развивая процесс формирования и совершенствования личности<sup>2</sup>.

По утверждению отечественного педагога Ю. К. Бабанского, процесс воспитания при его хорошей организации перерастает в процесс самовоспитания и предполагает: *самостоятельное планирование деятельности (самопроектирование)* по усвоению знаний, умений, навыков, способов поведения, разрешения проблемных ситуаций учебного и воспитательного характера; *самоорганизацию деятельности* — рациональное распределение этапов деятельности во времени, рациональное распределение усилий в ходе деятельности; *саморегулирование деятельности* на основе самоанализа хода ее и внесение необходимых поправок; *самоконтроль в деятельности* — анализ ее конечных результатов, сопоставление их с намеченными целями, выявление расхождений и их причин, проектирование новых перспектив и задач<sup>3</sup>.

Педагог А. И. Кочетов определяет следующие параметры самовоспитания:

- направленность, т. е. мотивы работы над собой;
- содержание (умственное, физическое, нравственное, трудовое, эстетическое, волевое, профессиональное, комплексное);

<sup>1</sup> Подласый И. П. Педагогика. — Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения. — М., 2001.

<sup>2</sup> Березовин Н. А. Основы психологии и педагогики: учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. — Минск, 2004.

<sup>3</sup> Педагогика: учеб. пособие / под ред. Ю. К. Бабанского. — М., 1983.



- устойчивость (случайное, эпизодическое, постоянное);
- эффективность в формировании личности (выполняет функции главные и вспомогательные).

Доминантой в самовоспитании становится формирование таких качеств, как самосознание, увлеченность, направленность, умение управлять собой и т.д.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ САМОСОЗНАНИЕ

Весомую роль в личностной характеристике педагога играет *профессиональное педагогическое самосознание*, в структуру которого входят:

- осознание педагогом норм, правил, модели педагогической профессии, формирование профессионального кредо, концепции педагогического труда;
- соотнесение себя с некоторыми профессиональными эталонами, идентификация;
- оценка себя другими, профессионально референтными людьми;
- самооценка, в которой выделяются: а) когнитивный аспект, осознание самого себя, своей деятельности; б) эмоциональный аспект (рис. 7)<sup>1</sup>.

Ученые В.А. Мижериков и Т.А. Юзефовичус полагают, что будущий педагог должен уметь выявлять у себя наличие этих образований на том или ином этапе профессионального становления,

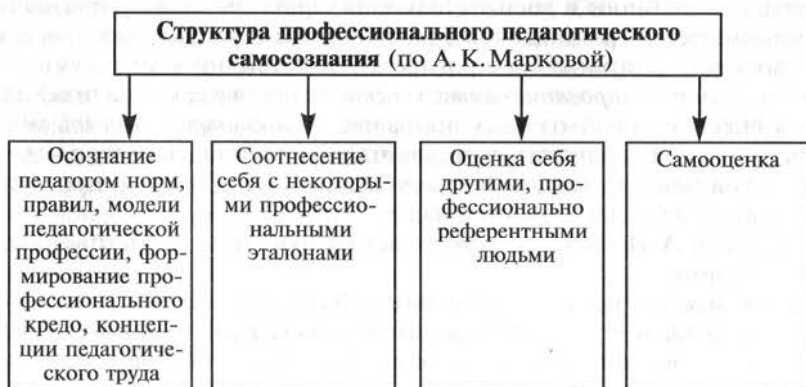


Рис. 7. Структура профессионального педагогического самосознания

<sup>1</sup> Маркова А. К. Психология труда учителя. — М., 1993.

намечать пути и средства развития положительных качеств и нейтрализации и вытеснения отрицательных.

Чтобы соответствовать высокому званию педагога, студент, решивший посвятить себя этой профессии, стремится развивать в себе готовность к сложной и многогранной деятельности на благо общества, умение как можно лучше делать то дело, к которому он приставлен собственным выбором или другими обстоятельствами. А для этого недостаточно просто быть тем, каков ты есть в настоящий момент.

Для этого требуется выработать в себе стремление стать лучше, устраняя недостатки в характере и вырабатывая новые черты, необходимые не только для жизни, но и для профессионально-педагогической деятельности<sup>1</sup>:

\*\*\*

Самообразование и самовоспитание — это внутренний процесс, происходящий в личности, необходимое условие совершенствования педагогического мастерства и профессионального становления будущего специалиста.

Чрезвычайно важным является осознание своих комплексов. Немецкий писатель Т. Манн считал, что, познав самого себя, никто уже не останется тем, кем он был.

Сегодня, по утверждению академика Д. С. Лихачева, долг человека — быть интеллигентным, а это предполагает бескорыстное служение своему народу.

### Рекомендуемая литература

- Педагогика: учеб. пособие / под ред. Ю. К. Бабанского. — М., 1983.
- Березовин Н. А.* Основы психологии и педагогики: учеб. пособие / Н. А. Березовин, В. Т. Чепиков, М. И. Чеховских. — Минск, 2004.
- Елканов С. Б.* Профессиональное самовоспитание учителя: кн. для учителя. — М., 1986.
- Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А.* Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие. — М., 2005.
- Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.
- Подласый И. П.* Педагогика. — Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения. — М., 2001.
- Педагогика: учеб. пособие для вузов / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.
- Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Сластенина. — 3-е изд. — М., 2004.
- Харламов И. Ф.* Педагогика: учеб. пособие. — 4-е изд., перераб и доп. — М., 1999.

<sup>1</sup> *Мижериков В. А., Юзефовичус Т. А.* Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие.

## Темы для обсуждения на семинарских занятиях

1. Педагог в современном российском образовании.
2. Самосовершенствование как процесс педагогического мастерства преподавателя.
3. Самообразование в профессиональной деятельности педагога.
4. Самовоспитание в профессиональной деятельности педагога.
5. Профессиональное педагогическое самосознание.

## Темы рефератов

1. Самовоспитание в структуре процесса развития личности.
2. Профессиональное самосовершенствование педагога.
3. Самообразование как основа педагогического мастерства преподавателя.
4. Самообразование и самовоспитание — основа профессионального роста будущего специалиста.
5. Профессиональное педагогическое самосознание — одна из особенностей личностной характеристики педагога.

**МАСТЕРСТВО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ**

Общение и коммуникация • Сущность педагогического общения и педагогической коммуникации • Функции и структура педагогического общения • Стили общения педагога • Общение: наука и искусство

**ОБЩЕНИЕ И КОММУНИКАЦИЯ**

Французский писатель А. де Сент-Экзюпери воспел *общение* как «единственную роскошь», которая необходима человеку. Ведь без общения не может быть не только никакой деятельности, но и самого человеческого общества.

Овладеть искусством общения стараются все культурные люди. Каждый человек, по утверждению В. И. Сафьянова, мечтает о том, чтобы всегда свободно чувствовать себя как с «ближними», так и с «дальними», быть всегда желанным, производить приятное впечатление, приносить радость себе и окружающим. Овладеть мастерством жить с людьми — дело настолько же необходимое, насколько и сложное: здесь важны знание принципов и норм гуманистических отношений, правильная оценка людей и обстоятельств, а также умение поступать сообразно этим знаниям и принципам<sup>1</sup>.

Б. Ф. Ломов рассматривает общение как специфическую форму взаимодействия человека с другими людьми, в ходе которого осуществляется обоюдный обмен представлениями, идеями, интересами, настроениями, установками. В общении конкретный индивид овладевает «фондом духовного богатства», созданным другими людьми, благодаря чему преодолевается ограниченность его индивидуального опыта; вместе с тем через общение он вносит в этот «фонд» то, что создал сам. Именно этим определяется значение общения в жизни индивида<sup>2</sup>.

Общение многозначно. Как категория оно описано в философской, социологической и психолого-педагогической литературе. Поскольку каждая из этих наук рассматривает феномен общения с различных позиций, то смыслы, которые вкладываются в понятие «общение», безусловно, различаются.

<sup>1</sup> Сафьянов В. И. Этика общения: учеб. пособие. — М., 1998.

<sup>2</sup> Ломов Б. Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии. — М., 1991.

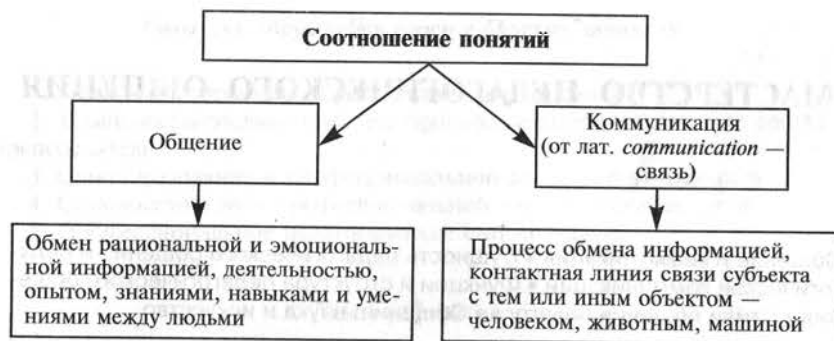


Рис. 8. Соотношение понятий «общение» и «коммуникация»

Реализация современной образовательной доктрины требует акцентирования внимания педагогов на личностно ориентированной модели обучения, в центре которой стоят интересы, потребности, возможности субъектов образовательного процесса, их совместная деятельность, базирующаяся в первую очередь на общении.

Эффективность обучения во все времена зависела от личности педагога и его профессионального мастерства. Поэтому в данном параграфе мы рассмотрим общение как одну из составляющих мастерства педагога.

Поскольку одновременно с термином «общение» используется термин «коммуникация», важно разобраться в этих понятиях, чтобы обеспечить взаимопонимание (рис. 8).

В работах многих авторов понятия «общение» и «коммуникация» (или «коммуникативная деятельность») употребляются как синонимы.

В «Философской энциклопедии» общее значение понятия *коммуникация* кратко определяется так: «Общение. Ср. коммуникативная функция языка, т.е. функция общения, обмена мыслями»<sup>1</sup>.

Термин «коммуникация» до начала XX в. не употреблялся в научной литературе, оперировали лишь термином «общение»; теперь он используется различными науками, но при этом трактуется по-разному, так как имеет несколько значений. Сам термин «коммуникация» (от лат. *communicare* — связывать, делать общим, общаться) употребляется в трех значениях: 1) путь сообщения; 2) форма связи или средство связи (средство массовых коммуникаций); 3) акт общения, сообщения информации.

Несмотря на достаточную распространенность этих двух понятий, до сих пор по-разному трактуют их соотношение<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Философская энциклопедия. — М., 1964. — Т. 3.

<sup>2</sup> Зарецкая И. И. Профессиональная культура педагога: учеб. пособие. — М., 2002. — С. 28.

В самом общем смысле под коммуникацией понимается любой обмен информацией между динамическими системами или подсистемами этих систем, которые способны принимать информацию, хранить ее, преобразовывать и т. д. Система, посылающая информацию (идет ли речь о людях, организмах, машинах и т. п.), именуется отправителем, а принимающая ее — соответственно получателем<sup>1</sup>.

С точки зрения М. С. Кагана, общение и коммуникация различаются в следующем: 1) общение имеет и *практический, материальный, и духовный, информационный, и практически-духовный* характер. Коммуникация, если не иметь в виду другого значения этого термина, употребляющегося во множественном числе и обозначающего пути сообщения, средства связи, является чисто *информационным* процессом — передачей тех или иных сообщений.

Коммуникация есть *информационная связь субъекта с тем или иным объектом* — человеком, животным, машиной<sup>2</sup>.

В общении нет отправителя и получателя сообщений — есть собеседники, соучастники общего дела. В коммуникации мы имеем дело с процессом односторонним, информация течет только в одну сторону, и по законам, установленным теорией коммуникации, количество информации уменьшается в ходе ее движения от отправителя к получателю.

В общении информация *циркулирует между партнерами*, поскольку оба они равно активны, и потому информация не убывает, а *увеличивается, обогащается, расширяется* в процессе ее циркуляции<sup>3</sup>.

Общение не может быть приравнено ни к передаче сообщений, ни даже к обмену сообщениями (или информацией), как оно очень часто определяется в философии и психологической литературе. Итак, по М. С. Кагану, общение — это *процесс выработки новой информации, общей для общающихся людей и рождающей их общность* (или повышающей степень этой общности)<sup>4</sup> (рис. 9).

М. Г. Ярошевский справедливо заметил: «Когда бы преимущества научного общения исчерпывались такого типа обменом и накоплением идей, говорить о его творческой сущности было бы бессмысленно. Истинный процесс состоит в том, что в головах исследователей, прошедших школу общения, столкновение наличных идей порождает принципиально новые продукты. Перед нами феномен творческого синтеза»<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Каган М. С. Мир общения: проблемы межсубъективных отношений. — М., 1988.

<sup>2</sup> Там же.

<sup>3</sup> Там же.

<sup>4</sup> Там же.

<sup>5</sup> Ярошевский М. Г. Дискуссия как форма научного общения // Вопросы философии. — 1978. — № 3. — С. 98.



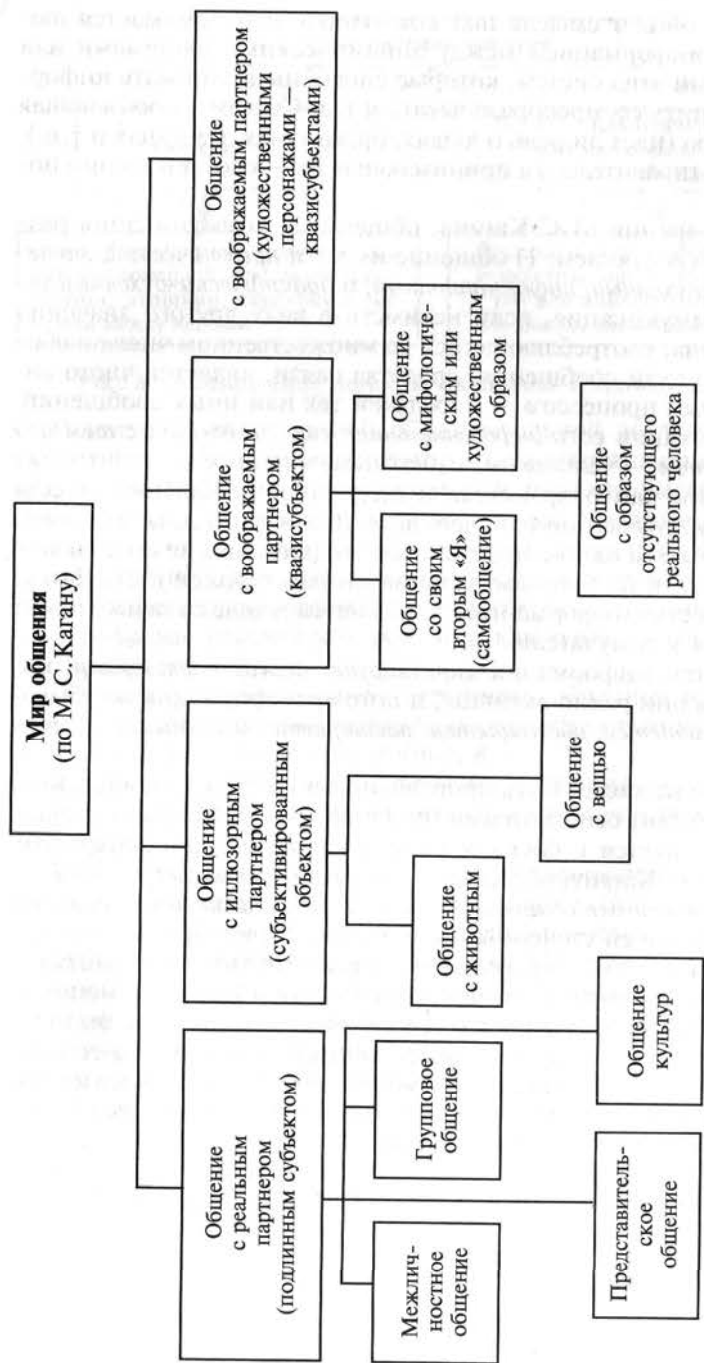


Рис. 9. Мир общения

В процессе и в результате общения происходит отнюдь не обмен идеями или вещами, а превращение состояния каждого партнера в их общее достояние. Общение порождает *общность*, а обмен сохраняет *обособленность* его участников.

Фундаментальное отличие общения и передачи информации, сообщений выявляется в различии присущих им способов адекватной самореализации: структура сообщения *монологична*, структура общения *диалогична*<sup>1</sup>.

Итак, речь идет не о том, чтобы сводить смысл всей человеческой деятельности к общению — диалогу, а о том, чтобы отчетливо понимать, где и когда наиболее эффективны коммуникации, монолог, сообщение, а где и когда оптимальны общение, диалог, отношение к другому как субъекту<sup>2</sup>.

## СУЩНОСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОММУНИКАЦИИ

Каждый, кто выбирает профессию педагога, берет на себя ответственность за тех, кого он будет «учить» и «воспитывать», вместе с тем отвечая за самого себя, свою профессиональную подготовку, свое право быть Педагогом, Учителем, Воспитателем. Достойное выполнение профессионального педагогического долга требует от человека принятия ряда обязательств: объективно оценивать собственные возможности; владеть общей культурой интеллектуальной деятельности (мышления, памяти, восприятия, представления, внимания), культурой поведения, общения; уважать, знать и понимать студента как *Другого*, являясь организатором учебной деятельности обучаемых, выступая в качестве партнера и человека, облегчающего педагогическое общение.

Сущность и особенности педагогического общения раскрываются в трудах педагогов и психологов А. А. Бодалева, А. А. Леонтьева, Н. В. Кузьминой, В. А. Кан-Калика, Я. Л. Коломинского, И. А. Зимней, А. А. Реана и других.

*Профессионально-педагогическое общение*, как утверждает А. А. Лобанов, представляет собой взаимодействие учителя-воспитателя со своими коллегами, учащимися и их родителями, с представителями органов управления образованием и общественности, осуществляемое в сфере его профессиональной деятельности; оно выходит за пределы контакта «учитель — ученик» и предполагает взаимодействие педагога с другими субъектами педагогического процесса. Это понятие несколько шире поня-

<sup>1</sup> Каган М. С. Мир общения: проблемы межсубъективных отношений.

<sup>2</sup> Там же.

тия «педагогическое общение», используемого в педагогической литературе<sup>1</sup>.

«Педагогическое общение, — отмечает А.А.Леонтьев, — это профессиональное общение преподавателя с учащимися на уроке или вне его (в процессах обучения и воспитания), имеющее определенные педагогические функции и направленное (если оно полноценное и оптимальное) на создание благоприятного психологического климата, а также на другого рода психологическую оптимизацию учебной деятельности и отношений между педагогом и учащимися и внутри ученического коллектива»<sup>2</sup>.

Для того чтобы развести эти два суждения и предупредить разночтение в понятиях *педагогическая коммуникация* и *педагогическое общение*, И. И. Зарецкая предлагает следующее: если речь идет о комплексе взаимодействия педагога с различными факторами образовательного процесса — это педагогическая коммуникация; если предметом рассмотрения являются варианты взаимодействия с реальными субъектами, происходит педагогическое общение. Такое разграничение оправдано еще и потому, что в теоретических источниках, характеризующих общение как вид человеческой деятельности, встречаются разные подходы к классификации видов общения. В одних случаях классифицируют по цели: общение ради общения, ради приобщения других к своему опыту, своей информации, опыту и информации другого; ради достижения результата совместной деятельности (деловое общение)<sup>3</sup>.

В.Д. Шишов, анализируя сущность педагогической коммуникации, выдвигает ряд концептуальных положений. Он трактует педагогическую коммуникацию как «способ организации учебно-воспитательной деятельности на основе приема, усвоения, переработки и передачи информации»<sup>4</sup>. Знание научных основ педагогической коммуникации, связанной с реализацией информационных процессов, создает возможность для повышения качества рациональных, эмоциональных и волевых компонентов коммуникативной деятельности педагога и обучающихся.

По мнению Ю.М. Иванова, существуют три источника предмета общения:

- подсознание, которое обеспечивает автоматическое обеспечение жизнедеятельности организма, т.е. инстинкты и эмоции;
- сознание, которое осуществляет аналитическую деятельность;

<sup>1</sup> Лобанов А.А. Основы профессионально-педагогического общения: учеб. пособие. — М., 2002.

<sup>2</sup> Леонтьев А.А. Педагогическое общение. — М., 1979. — С. 3.

<sup>3</sup> Зарецкая И.И. Профессиональная культура педагога: учеб. пособие. — М., 2002.

<sup>4</sup> Шишов В.Д. Сущность и структура понятия «педагогическая коммуникация» // Понятийный аппарат педагогики и образования. — Вып. 1. — Екатеринбург, 1995. — С. 81.

— надсознание, которое выражается в озарении, воображении, интуиции, творчестве<sup>1</sup>.

Педагогическое общение, по утверждению М. В. Булановой-Топорковой, это совокупность средств и методов, обеспечивающих реализацию целей и задач воспитания и обучения и определяющих характер взаимодействия педагога и учащихся<sup>2</sup>.

Следует отметить, что в психолого-педагогической литературе описано немало подходов к выделению особенностей общения партнеров. Э. Бёрн описывает пять способов «совместного проведения времени», или общения социальной группы, состоящей из двух или большего числа людей: ритуалы; времяпрепровождение; игра; близость; деятельность<sup>3</sup>.

В. Н. Сагатовский выделяет четыре уровня общения: манипулирование; «рефлексивная игра»; правовое общение; нравственное общение<sup>4</sup>.

Ю. С. Крижанская и В. П. Третьяков, говоря о стилях общения как наиболее предпочитаемых «способах понимания других людей, коммуникации и действий в общении», выделяют три основных стиля: ритуальный, манипулятивный и гуманистический. По существу эти стили, определяющие поведение человека при взаимодействии с другими людьми — партнерами по общению, являются своеобразными уровнями общения<sup>5</sup>.

Педагогическое общение — это «...многоплановый процесс организации, установления и развития коммуникации, взаимопонимания и взаимодействия между педагогами и учащимися, порождаемый целями и содержанием их совместной деятельности»<sup>6</sup>.

Таким образом, педагогическое общение — это специфическая форма общения, имеющая свои особенности и в то же время подчиняющаяся общим психологическим закономерностям, присущим общению как форме взаимодействия человека с другими людьми<sup>7</sup>.

В педагогическом процессе реализуются коммуникативная, интерактивная и перцептивная функции, несущие в себе основные черты человеческого общения.

<sup>1</sup> Иванов Ю. М. Как управлять собой и влиять на других людей. — М., 1991.

<sup>2</sup> Педагогика и психология высшей школы: учеб. пособие / отв. ред. М. В. Буланова-Топоркова. — Ростов н/Д, 2002.

<sup>3</sup> Бёрн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. — М., 1992.

<sup>4</sup> Сагатовский В. Н. Социальное проектирование: (К основам теории) // Прикладная этика и управление нравственным воспитанием / отв. ред. В. И. Бакштановский. — Томск, 1980.

<sup>5</sup> Крижанская Ю. С., Третьяков В. П. Грамматика общения. — М., 1999.

<sup>6</sup> Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

<sup>7</sup> Педагогика и психология высшей школы: учеб. пособие / отв. ред. М. В. Буланова-Топоркова.

## ФУНКЦИИ И СТРУКТУРА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ

Педагогическое общение, по утверждению А. А. Лобанова, выполняет практически все основные функции общения, реализующиеся в повседневной жизни человека, и в то же время функции педагогического общения имеют только им присущие отличительные особенности.

1. *Информационная функция* заключается в передаче через общение определенной информации житейского, учебно-методического, поискового, научно-исследовательского и иного характера. Реализация этой функции способствует трансформации накопленного жизненного опыта, научных знаний, обеспечивает процесс приобщения личности к материальным и духовным ценностям общества. В процессе обучения учитель выступает перед учащимися как один из основных источников учебной информации в конкретной области науки, литературы, искусства или практической деятельности. Поэтому общение с учителем способствует трансформации соответствующей информации учащимся.

2. *Воспитательная функция* педагогического общения занимает центральное место в деятельности педагога, она предполагает приобщение учащегося к системе духовных ценностей, культуре общения с людьми.

3. *Познание людьми друг друга.* Педагогу необходимо знать индивидуальные качества; свойства физического, интеллектуального, эмоционального и нравственного развития каждого ученика; мотивацию к учению и труду; отношение к людям и самому себе. Но и учащимся также небезразлично, кто работает с ними, что представляет собой учитель как специалист и человек. Для них важно, кто и как общается с ними. Ведь именно через общение и совместную деятельность педагог и воспитанники познают друг друга.

4. *Организация и обслуживание той или иной предметной деятельности:* учебной, производственной, научной, познавательной, игровой. Вплетенное в конкретный вид деятельности общение выступает способом ее организации. Через него педагог получает информацию об эффективности организации познавательной и практической деятельности учеников. Поэтому в педагогическом процессе общение играет особую роль: даже обслуживая какую-либо главную деятельность и как бы выполняя вспомогательную роль, оно существенно влияет на качество этой деятельности.

5. *Реализация потребности в контакте с другим человеком.* Люди ищут в общении возможности снять с себя психическое напряжение, вызываемое состоянием одиночества и разобщенности, поделиться с другим человеком своими радостями или заботами.

Примером такого общения являются дружеские контакты, встречи друзей детства, бывших одноклассников. Человек полу-

чает удовлетворение от самого факта встречи с друзьями, от обмена воспоминаниями минувших лет, от возможности сравнить свои жизненные достижения с успехами своих сверстников.

6. *Приобщение партнера к опыту и ценностям инициатора общения.* Это особенно характерно для общения родителей и детей, учителей и учащихся, преподавателей и студентов. Миссия родителей и педагогов заключается в том, чтобы помочь детям и ученикам приобщиться к их взглядам, убеждениям, нравственным нормам, т. е. к тому, что является ценностями жизни взрослых.

Современные школьники порой лучше взрослых знают радиотехнику, владеют иностранными языками, умеют работать на персональном компьютере, добиваются высоких результатов в спорте и искусстве. В силу этого они способны поделиться со своими наставниками специальными знаниями и умениями, соответствующим опытом, передать им свою систему ценностей. Мудрые родители и педагоги с большим интересом принимают на себя роль учеников своих детей, понимая, что благодаря этому между ними возникают дополнительные «точки соприкосновения».

7. *Приобщение инициатора общения к ценностям партнера.* Данный процесс представляет собой самовоспитание, т. е. это процесс самоформирования инициатора общения, процесс созидания собственного «Я» через ориентацию на ценности другого человека. Таким человеком для обучающегося могут быть отец, мать, учитель, друг, возлюбленный(ая), музыкальный или спортивный кумир.

Ориентируясь на значимую для себя личность, учащийся усваивает как внешние атрибуты своего кумира (своеобразие одежды, прически, поведения), так и особенности его взглядов и убеждений (что сказал, какую позицию в споре занял, что любит, а чего терпеть не может). Через это он как бы присваивает себе ценности другого человека, постепенно приобщаясь к ним.

Если кумиром становится учитель, то ученик усваивает не только внешние атрибуты его поведения, но и его нравственные представления о таких понятиях, как долг, ответственность, честь. Это еще раз свидетельствует о том, насколько важно для педагога стать значимой личностью для своих учащихся.

8. *Открытие ребенка на общение* — эту функцию педагогического общения выделяют в своих работах по педагогической технологии В. Ю. Питюков и Н. Е. Щуркова<sup>1</sup>. Она проявляется в том, чтобы пробудить у ребенка желание к общению, снять психологические зажимы, избавить его от страха перед неизвестностью, повысить самооценку и уверенность в себе, а также убедить в положительном отношении к нему другого человека, в частности учителя.

<sup>1</sup> *Питюков В. Ю.* Основы педагогической технологии. — М., 1997; *Щуркова Н. Е.* Практикум по педагогической технологии. — М., 1998.



Реализация этой функции связана с умением педагога «подать себя» детям, продемонстрировать свое расположение к ним, убедить их в своих мирных намерениях и благородных помыслах.

9. *Функция соучастия* помогает поддерживать партнера (в частности, ученика) в его выходе на общение. Важно уметь проявить интерес к ученику, научиться слышать своего собеседника, предложить ему свою помощь. Через соучастие учителю удастся лучше понять внутренний мир ученика, для которого порой приходится раскрывать свой внутренний мир, транслировать ему свое «Я».

10. *Возвышение личности ученика.* Реализация этой функции предполагает оказание такого влияния на воспитанника, которое способствует его восхождению к духовным новообразованиям. В результате общения с педагогом у школьника должно появиться желание стать добрее, решительнее, внимательнее к окружающим людям, стремление обладать многими другими положительными качествами и чертами характера.

Таким образом, в общении реализуется множество различных функций, каждая из которых имеет важное значение в профессиональной деятельности педагога<sup>1</sup>.

Взаимодействие педагога и учащихся имеет определенные временные рамки, ограниченные продолжительностью занятия, того или иного мероприятия. Структура педагогического общения не сводится к непосредственным контактам педагога и воспитанников, а включает и другие виды общения.

В психологии общение рассматривается как процесс, выполняющий три основные функции — коммуникативную, интерактивную и перцептивную<sup>2</sup> (рис. 10).

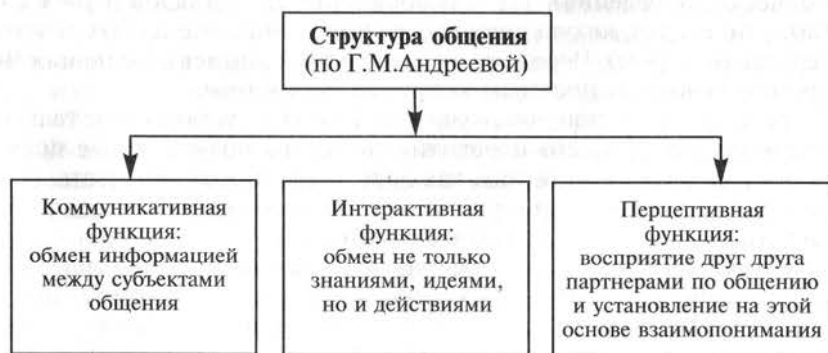


Рис. 10. Структура общения

<sup>1</sup> Лобанов А.А. Основы профессионально-педагогического общения: учеб. пособие.

<sup>2</sup> Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информ.-метод. пособие к курсу «Психология человека». — М., 2004.

В структуре педагогического общения В.А. Кан-Калик и Н.Д. Никандров выделяют несколько этапов.

1. Прогностический этап — моделирование педагогом предстоящего общения с классом, с иной аудиторией в процессе подготовки к непосредственной деятельности с детьми или со взрослыми.

2. Начальный период общения — организация непосредственного общения с классом, аудиторией в момент начала взаимодействия с ними.

3. Управление общением в развивающемся педагогическом процессе.

4. Анализ осуществленной системы общения и моделирование системы общения предстоящей деятельности<sup>1</sup>.

Человеческие взаимоотношения, в том числе и в образовательном процессе, включающем в себя воспитание и обучение, строятся прежде всего на субъект-субъектной основе, когда обе стороны общаются на равных как личности и участники процесса общения. При соблюдении этого условия устанавливается межличностный контакт, в результате которого возникает диалог, т.е. наибольшая восприимчивость и открытость к воздействиям одного участника общения на другого.

Н.В. Кузьмина подчеркивает, что остаться в профессионально-педагогической деятельности надолго, на всю жизнь, будущий педагог сможет в том случае, если к началу самостоятельной работы будет иметь развитые коммуникативные, организаторские навыки и научится ответственно относиться к делу<sup>2</sup>.

## СТИЛИ ОБЩЕНИЯ ПЕДАГОГА

Эффективность педагогической деятельности во многом зависит от стиля общения. Что такое стиль общения? Обратимся прежде к толкованию понятия «стиль».

Известный английский писатель Дж. Свифт говорил, что стиль — это соответственные слова в соответственном месте.

В словаре-справочнике по педагогике стиль определяется как способ, образ жизни и действий человека<sup>3</sup>. По А.А. Бодалеву, стиль — это индивидуально-своеобразная манера действия<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Кан-Калик В.А., Никандров Н.Д. Педагогическое творчество. — М., 1990.

<sup>2</sup> Кузьмина Н.В., Реан А.А. Профессионализм педагогической деятельности. — СПб., 1987.

<sup>3</sup> Словарь-справочник по педагогике / авт.-сост. В.А. Мижериков; под общ. ред. П.И. Пидкасистого. — М., 2004.

<sup>4</sup> Бодалев А.А. Психология общения // Избр. психол. труды. — 3-е изд. — М., 2002.

Классификации *педагогических стилей* базируются на разных основаниях:

— *регламентированный стиль* — предусматривает строгое подразделение и ограничение ролей участников педагогического процесса, а также следование определенным шаблонам и правилам. Его преимущество, как правило, — в четкой организации учебно-воспитательной работы;

— *импровизационный стиль* — обладает значительным преимуществом, так как позволяет спонтанно находить решение каждой вновь возникшей ситуации. Однако способности к продуктивной импровизации индивидуальны, поэтому взаимодействие в этом стиле не всегда возможно.

По критерию роли участников педагогического процесса стили разделяют на *авторитарный, демократический и попустительский* (А. В. Петровский, Я. Л. Коломинский, В. В. Шпалинский, М. Ю. Кондратьев и др.).

Известный психолог В. А. Кан-Калик утверждал, что общение — предмет деликатный, но научиться ему можно, если очень захочешь. «Под стилем общения, — писал он, — мы понимаем индивидуально-типологические особенности социально-психологического взаимодействия педагога и обучающихся»<sup>1</sup>.

Он выделил следующие стили педагогического общения.

1. *Общение на основе высоких профессиональных установок педагога* по отношению к педагогической деятельности в целом. О таких педагогах говорят: «За ними дети (студенты) буквально по пятам ходят!» Причем в высшей школе интерес в общении стимулируется еще и общими профессиональными интересами, особенно на профилирующих кафедрах.

2. *Общение на основе дружеского расположения* предполагает увлеченность общим делом. Педагог выполняет роль наставника, старшего товарища, участника совместной учебной деятельности. Однако при этом следует избегать панибратства. Особенно это касается молодых педагогов, не желающих попасть в конфликтные ситуации.

3. *Общение-дистанция* — один из самых распространенных типов педагогического общения. В этом случае во взаимоотношениях постоянно прослеживается дистанция во всех сферах — в обучении со ссылкой на авторитет и профессионализм, в воспитании со ссылкой на жизненный опыт и возраст. Такой стиль формирует отношения «учитель — ученик».

4. *Общение-устрашение* — негативная форма общения, антигуманная, вскрывающая педагогическую несостоятельность прибегающего к нему преподавателя.

<sup>1</sup> Кан-Калик В. А. Учителю о педагогическом общении. — М., 1987. — С. 94.

5. *Общение-заигрывание* — характерно для молодых преподавателей, стремящихся к популярности. Такое общение обеспечивает лишь ложный, дешевый авторитет<sup>1</sup>.

В педагогической практике отмечается сочетание нескольких стилей, правда, один из них всегда доминирует.

В. А. Кан-Калик предлагал учителям руководствоваться *заповедями педагогического общения* — основными психолого-педагогическими требованиями к организации педагогического общения.

### **Заповеди педагогического общения**

(приводятся с сокращениями)<sup>2</sup>

1. Педагогический процесс основывается на отношениях педагога с детьми, именно они — отношения — первичны в педагогическом взаимодействии, придают каждому «педагогическому движению» неповторимый личностный смысл, окрашивают учебный материал или педагогическое требование неповторимой гаммой чувств, без которых никогда не достигнуть тайников детской души.

2. При организации педагогического общения нельзя исходить только из педагогических целей и задач, хотя именно они, разумеется, всегда лежат в основе деятельности учителя. Такое замыкание педагогического общения только на функциональных особенностях ведет к тому, что учитель стремится к общению, так сказать, «от себя».

3. Организуя педагогическое общение, важно точно и адекватно ориентировать речь на конкретного ребенка или на всю группу учащихся. Это так же важно, как и отобрать верные методы обучения и воспитания. Точное ориентирование общения на собеседника способствует переводу общения из функциональной сферы в область межличностного взаимодействия, что и является важнейшей психологической задачей.

4. Общение в педагогическом процессе нельзя ограничивать только одной функцией — информацией. Необходимо использовать весь многофункциональный «репертуар» общения, т.е. реализовывать задачи и обмен информацией, и организации взаимоотношений, и познания личности ребенка, и оказания воздействия.

5. Вступая в контакт с детьми, не организуйте с ними общение «по вертикали», сверху вниз. Каждый малыш стремится в какой-то мере отстаивать собственную самостоятельность и значительность во взаимоотношениях. Следует строить взаимоотношения педагога с детьми так, чтобы позиция ведущего естественно вытекала из всей логики педагогического процесса.

6. Важно ощущать психологическую атмосферу в классе — без этого продуктивный учебно-воспитательный процесс невозможен. Формируйте у себя навыки этого «психологического камертона», который подскажет вам наиболее точные психологические ходы к личности.

<sup>1</sup> Кан-Калик В. А. Учителю о педагогическом общении.

<sup>2</sup> Кан-Калик В. А. Грамматика общения. — М., 1995.

7. Немаловажно научиться видеть себя как бы со стороны, глазами детей; анализировать собственную деятельность; стремиться поставить себя на место учащихся, с которыми вы работаете; посещать уроки коллег и сравнивать себя с ними; выявить, какие ваши личностные недостатки влияют на работу с детьми; честно признавать свои ошибки, не стесняясь сказать, что чего-то в данный момент не знаете; организовывать контакты с детьми в свободное от занятий время; если у вас появилась в классе клочка, не обижайтесь, а спокойно проанализируйте ее суть и постарайтесь определить, какие ваши личностные недостатки привели к ее возникновению.

8. Надлежит научиться слушать детей. Надо выслушивать до конца, даже если школьник, на ваш взгляд, говорит неверно и у вас мало времени. Это важнейший показатель вашего внимания к личности ребенка.

9. Организуя общение с детьми, необходимо постоянно стремиться понять их настроение, уловить малейшие изменения в микроклимате класса; необходимо развивать в себе педагогическую наблюдательность.

10. Необходимо помнить, что конфликт может быть: следствием педагогической неграмотности; результатом столкновения требований, установок, ценностных ориентаций, привычек и навыков; нужно анализировать причины конфликта. Педагог не имеет профессионального права обижаться на детей — в этом тоже своеобразии педагогического общения.

11. В процессе общения с учащимися возникает потребность в дискуссии, важно не обидеть оппонентов, а убедить их в неправильности мнения, показать ошибочность суждения и т.п. Следует доказывать неверность мнения ученика, не задевая недостатков его характера. Вы можете сказать: «Я глубоко разочарован в твоём поведении» или «Мне стыдно за тебя». В результате сам поступок видится и воспринимается школьником через призму отношения педагога.

12. Нередко молодые педагоги испытывают затруднения в общении с неконтактными учащимися, которые на все попытки организовать беседу отвечают односложно. Если необходимо преодолеть неконтактность, следует обратиться к ученику начинать с вопросов: «Почему?», «Как?», «Для чего?» и т.д. Это стимулирует развитие общения. В разговоре с такими учениками губительны «провалы», паузы, когда теряется нить живого взаимодействия. Общение должно быть постоянным и непрерывным.

13. Инициатива в общении с обучающимися помогает успешно управлять познавательной деятельностью, организовывать сотрудничество. Быть инициативным в общении — значит: уметь быстро и энергично организовать психологический контакт с людьми; использовать разнообразные формы межличностного взаимодействия учащихся между собой в качестве фактора оптимизации учебно-воспитательного процесса; способствовать через активное общение энергичному включению их в разнообразную деятельность.

14. Организуя общение со школьниками, важно знать некоторые специфические психологические характеристики девушек: они более эмоциональны, весьма ранимы, более чутко реагируют на бестактность, острее переживают неуважительное отношение, но, в отличие от ребят, более успешно маскируют свое реальное отношение к педагогу. Девушки негативно реагируют на прямое педагогическое воздействие, следовательно, необходимо выстраивать систему косвенного влияния.

15. Необходимо избегать штампов в общении с детьми. Штампы могут проявиться: в общей манере вести себя; в стереотипных реакциях на поведение учащихся; в механическом следовании запланированной схеме разговора на уроке без учета его реального развития; в «психологической закрытости» учителя, который реализует на уроке только педагогические функции и не раскрывается как человек.

16. Следует преодолеть негативные установки по отношению к некоторым школьникам — это не только мешает вашим взаимоотношениям с ними, но и отрицательно сказывается на общей атмосфере в коллективе.

17. Голая критика поведения, знаний, образа жизни школьника бесполезна. Она не содержит в себе преобразующего, конструктивного начала и не передает учащемуся нашего личностного позитивного отношения к нему. Такая критика неизбежно ставит школьника в позицию обороняющегося, а зачастую и ведет к формированию заниженной самооценки. В общении с детьми элемент критики не должен быть доминирующим, иначе теряется дружелюбность как общий психологический контекст взаимодействия, без которого невозможны плодотворные деловые и межличностные отношения.

18. Чаше улыбайтесь детям. Улыбка при входе учителя в класс говорит о том, что встреча с учащимися приятна вам. Вообще улыбка учителя создает благоприятный психологический настрой: располагает их к общению, вызывает стремление к работе. Школьники часто связывают эмоциональный тонус учителя с преподаваемым предметом, а это нередко ведет в возникновению у ребят негативных психологических установок.

19. Немаловажно, чтобы в процессе взаимодействия педагога с детьми звучали одобрение, похвала, поощрение. Это ведет к тому, что школьник начинает связывать с вашей личностью собственные положительные эмоциональные переживания. Одобрение, поддержка, дружественная доброжелательность — важнейшее условие совместной творческой работы.

20. Позитивное, доброжелательное отношение к учащимся самым существенным образом влияет на восприятие ими поведения учителя, собственной деятельности, каждого микроэлемента педагогического процесса. Оценки за ответ, критические замечания и пожелания педагога всегда воспринимаются и интерпретируются учащимися именно в контексте отношения к ним. В образовательном процессе педагогу необходимо учиться «транслировать» в классе свое отношение к детям.

21. Следует развивать коммуникативную память — это поможет учителю быстро восстанавливать предыдущую ситуацию общения с классом, воспроизводить эмоциональную атмосферу общения, расставлять верные акценты, точно определять те или иные психологические ходы к личности. Безусловно, очень важно помнить имена учащихся, другие характеристики их личности — это необходимо для общения.

22. В процессе выстраивания общения (индивидуальной беседы) с учащимся необходимо разработать стратегию и тактику разговора; продумать варианты поведения школьника.

23. Помните, что людей всегда волнует их личность — ваше отношение к ней, понимание, уважение и т.п. Школьник, особенно подросток, хочет, чтобы его воспринимали именно как личность, этим объясняется его стремление к самоутверждению, к самореализации. В процессе обще-



ния с учащимися весьма важно выходить именно на личность. В общении с детьми всегда должен присутствовать неподдельный интерес к личности ребенка, и они это должны ощущать.

24. Не забывайте, что в процессе многолетнего общения с классом мы порой привыкаем к сложившимся стереотипам общения и невольно переносим их из года в год. Но ведь дети-то меняются, они растут, меняется система их требований к организации взаимоотношений, а мы нередко не чувствуем того, что используем систему общения, не соответствующую изменившейся личности ребенка. Стремитесь уловить мельчайшие изменения в социально-психологических запросах ребят в связи с их возрастом и последовательно учитывать их в процессе организации общения.

25. Не забывайте о коммуникативной подготовке к уроку. Работая над конспектом, планируйте фрагменты и части урока, стремитесь представить себе общую психологическую атмосферу в классе.

26. Умейте анализировать процесс общения.

27. Следите за собственной речью, помните, что она — отражение вашей личности; не употребляйте вульгаризмов, не повторяйте речевых ошибок учащихся.

28. Специально думайте над построением своих взаимоотношений с трудными школьниками. Помните, что:

— трудный школьник является следствием психологической или педагогической запущенности, возможной физиологической патологии;

— он находится под давлением негативных стереотипов, которые сформированы другими учителями, школьниками, родителями;

— необходимо подходить к трудному школьнику с оптимистической гипотезой; здесь особенно важны доверительность, умение передать, что понимаешь его внутреннее психическое состояние, сложности жизни;

— нельзя механически навязывать ребенку ту или иную позицию, необходимо выходить на нее через изменение отношения школьника к ней;

— необходимо изменить систему межличностного взаимодействия школьника с негативным окружением и наладить систему его психологических контактов со школьным коллективом;

— следует настойчиво искать не только деловых, но и непосредственных личностных контактов с трудным ребенком; в этом случае педагогическое взаимодействие обогатится живыми человеческими переживаниями.

За рубежом разработаны интересные классификации стилей педагогического общения, одной из которых является типология профессиональных позиций учителей, предложенная М. Таленом.

*Модель I — «Сократ».* Это учитель с репутацией любителя споров и дискуссий, намеренно их провоцирующий на занятиях. Ему свойственны индивидуализм, несистематичность в учебном процессе из-за постоянной конфронтации; учащиеся усиливают защиту собственных позиций, учатся их отстаивать.

*Модель II — «Руководитель групповой дискуссии».* Главным в учебно-воспитательном процессе считает достижение согласия и установление сотрудничества между учащимися, отводя себе роль

посредника, для которого поиск демократического согласия важнее результата дискуссии.

*Модель III — «Мастер».* Учитель — образец для подражания, подлежащий безусловному копированию, и не столько в учебном процессе, сколько в отношении к жизни вообще.

*Модель IV — «Генерал».* Избегает всякой двусмысленности, подчеркнуто требователен, жестко добивается послушания, так как считает, что всегда и во всем прав, а ученик, как армейский новобранец, должен беспрекословно подчиняться отдаваемым приказам. По данным автора типологии, этот стиль более распространен в педагогической практике, чем все другие, вместе взятые.

*Модель V — «Менеджер».* Стиль получил распространение в радикально ориентированных школах и сопряжен с атмосферой эффективной деятельности класса, поощрением инициативы и самостоятельности учащихся. Учитель стремится к обсуждению с каждым учеником смысла решаемой задачи, к качественному контролю и оценке конечного результата.

*Модель VI — «Тренер».* Атмосфера общения в классе пронизана духом корпоративности. Учащиеся подобны игрокам одной команды, где каждый в отдельности не важен как индивидуальность, но все вместе они могут многое. Учителю отводится роль вдохновителя групповых усилий, для которого главное — конечный результат, блестящий успех, победа.

*Модель VII — «Гид».* Воплощенный образ ходячей энциклопедии. Лаконичен, точен, сдержан. Ответы на все вопросы ему известны заранее, как и сами вопросы. Технически безупречен и именно поэтому зачастую откровенно скучен.

М. Тален преднамеренно ориентирует на основу, заложенную в типологизацию: выбор роли педагогом, исходя из собственных потребностей, а не потребностей учащихся.

Педагогическое мастерство преподавателя зависит, безусловно, и от стиля общения, который характеризуется гибкостью и вариативностью.

## ОБЩЕНИЕ: НАУКА И ИСКУССТВО

Рассматривая общение как сущностную основу педагогической деятельности, необходимо ответить на такой вопрос: «Общение — это наука или искусство?» В процессе педагогической деятельности мы часто задаем этот вопрос себе, полемизируем с коллегами, учащимися, студентами вузов и колледжей.

Очень важны знания научных основ общения: его структуры, видов, форм, средств, стилей, технологии. Но ни в какие алгоритмы живое общение педагога с воспитанниками не укладывается. Сформулировать неизменные правила общения без учета ситуа-

ции, конкретных условий, возраста, индивидуальных особенностей педагога и воспитанников невозможно. Личность требует личностного общения при внешней схожести разных педагогических ситуаций, действия педагога в них неповторимы. Общение — исключительно индивидуально-творческая сфера личности. Знания же являются базисом искусства общения. Творчество педагога в использовании научных основ общения с учетом личностных качеств и есть искусство.

Педагог — мастер своего дела — может быть демократичным, авторитарным и либеральным одновременно. Искусство его общения с воспитанниками состоит в том, чтобы определить, каким быть стилю руководства в конкретной учебно-воспитательной ситуации. Искусство общения лежит в основе профессионального успеха и обусловлено развитием у педагога умений управлять своим поведением, чувствами; наблюдать; переключать внимание; понимать и учитывать душевное состояние воспитанников, мотивы их действий, поступков, оценок; «читать по лицу»; подать себя в общении с другими; устанавливать речевой и неречевой контакт с учащимися.

В. А. Сухомлинский писал, что умение слушать ребенка — большое педагогическое искусство. Особо подчеркнем, что педагогическое общение осуществляется через личность педагога.

Искусству общения надо учиться, но «нельзя научить человека приемам общения, если он не чувствует себя педагогом, если он, откровенно говоря, не любит детей, не любит профессии», утверждал А. А. Леонтьев<sup>1</sup>.

Тем, кто любит детей, кто ориентирован на педагогическую деятельность, предлагаем мудрые советы известных педагогов и психологов.

- В педагогической деятельности необходимо использовать весь многочисленный репертуар общения, т. е. обмен информацией, организацию взаимоотношений, познание личности ребенка, воздействия на него.

- Четко формулируйте конкретную задачу, которую вы решаете в общении и через общение.

- Продумайте стратегию и тактику общения, отберите возможные приемы взаимодействия и воздействия на сознание и поведение детей.

- В процессе общения концентрируйте внимание на реализации своей конкретной задачи, ей подчиняйте все свои действия, личностные свойства.

- Общение с детьми важно строить не «от себя», а «от них», тогда ребенок будет попадать в радиус педагогического видения.

<sup>1</sup> Леонтьев А. А. Педагогическое общение. — М.; Нальчик, 1996. — С. 11.

• Вступая в контакт с воспитанниками, организуйте с ними общение не «по вертикали», сверху вниз (педагог выше ученика), а в горизонтальной плоскости (педагог и ученик на равных).

• Организуя общение с детьми, постоянно стремитесь понять их настроение, улавливайте малейшие изменения в микроклимате класса, не воспринимайте психологическую ситуацию как нечто стабильное.

• Будьте инициативны в общении с воспитанниками, помните, что инициатива поможет вам успешнее управлять деятельностью, организовать сотрудничество.

• В общении старайтесь чувствовать себя свободно и непринужденно. Скованность, бесцельные движения, извиняющаяся улыбка и т. п. выдают вашу робость, боязнь, страх.

• Избегайте штампов в общении с детьми: в манере вести себя, в стереотипных реакциях на поведение учащихся, в механическом следовании запланированной схеме разговора и т. п.

• Старайтесь преодолевать негативные установки по отношению к некоторым школьникам.

• Специально думайте над построением своих взаимоотношений с трудными воспитанниками.

• Стремитесь, чтобы в процессе вашего взаимодействия с детьми чаще звучали одобрение, похвала, поощрение.

• Следите за собственной речью, помните, что она — отражение вашей личности.

• Умейте слушать детей.

• Чаше улыбайтесь детям. Улыбка говорит о том, что встреча с воспитанниками приятна вам.

«Счастье — это когда тебя понимают» — так написал в сочинении герой кинофильма «Доживем до понедельника». В педагогической деятельности, в общении важно не только знание воспитанника, но и правильное понимание его. «Пойми ученика» — профессиональная заповедь педагога (И. А. Зимняя). Понять — это значит проникнуть во внутреннее, душевное состояние, понять мотивы действий, поступков, переживаний. Общение педагога и учащегося порой становится судьбоносным. Умение, слушая, слышать своего собеседника — это мастерство преподавателя и, безусловно, искусство общения.

\*\*\*

Наша надежда — наши дети. Овладеть мастерством педагогического общения, нормально и грамотно обучать и воспитывать наших учащихся — это задача каждого из нас, в этом наше «земное» спасение. Ибо главная и самая страшная катастрофа — та, которую не увидишь глазами, — антропологическая катастрофа, утрата человеком человеческого облика. Искреннее, доброжелательное отношение к человеку является основой общения.

Л. Н. Толстой говорил, что для того, чтобы общение с людьми не было страданием для тебя и для них, не вступай в общение с людьми, если не чувствуешь любви к ним.

XXI век привнес свои коррективы в типологию общения. Как не бывает одинаковых листочков на деревьях, так и не бывает одинаковых людей. Каждый человек уникален и обладает своеобразной, неповторимой манерой общаться.

По утверждению В. А. Сластенина, работа учителя — искусство, требующее от него глубокого знания закономерностей развития внутреннего мира ребенка и высоких личностных качеств.

### Рекомендуемая литература

*Зарецкая И. И.* Профессиональная культура педагога. — М., 2002.

*Зимняя А. И.* Педагогическая психология: учебник. — М., 2000.

*Каган М. С.* Мир общения: проблемы межсубъектных отношений. — М., 1988.

*Лобанов А. А.* Основы профессионально-педагогического общения: учеб. пособие. — М., 2002.

Педагогика: учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

Педагогика и психология высшей школы. — Ростов н/Д, 2002.

*Сафьянов В. И.* Этика общения: учеб. пособие. — М., 1998.

*Ярошевский М. Г.* Дискуссия как форма научного общения // Вопросы философии. — 1978. — № 3. — С. 98—104.

### Темы для обсуждения на семинарских занятиях

1. Особенности педагогического общения.
2. Общение и коммуникация — сопоставление понятий.
3. Общение — специфическая форма взаимодействия людей.
4. Функции педагогического общения.
5. Структура педагогического общения.
6. Стили педагогического общения.
7. Мир общения — по М. С. Кагану.
8. Структура общения — по Г. М. Андреевой.
9. Этапы педагогического общения — по В. А. Кан-Калику.
10. Педагогическое общение в трудах педагогов и психологов.

### Темы рефератов

1. Особенности педагогического общения.
2. Педагогическое общение и педагогическая коммуникация.
3. Значение стиля педагогического общения.
4. Педагогическое общение в трудах педагогов и психологов.
5. Педагогическое общение — основа мастерства педагога.
6. Общение: наука и искусство.

## Глава 9

### ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭТИКА

Педагогическая этика — часть педагогического мастерства • Педагогический такт • Педагогическое разрешение конфликта

#### ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭТИКА — ЧАСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

Только благодаря образованию человек становится способным к созидательной деятельности в сфере труда и творчества, к общению с другими людьми посредством деловых и личностных контактов, основанных на социальных и нравственных нормах.

Английский ученый Дж. Саймон назвал образование «способом формирования человека внутри общества»<sup>1</sup>.

Выдающийся русский писатель и публицист Н. Г. Чернышевский писал в своих статьях, что образование включает в себя три качества: обширные знания, привычку мыслить и благородство чувств.

Философ Е. В. Золотухина-Аболина отмечает, что сознание молодежи конца XX — начала XXI в. формируют средства массовой информации, наводняющие экраны жестокостью, садизмом, грубым «порно». Можно долго перечислять «прелести» нравов современного времени. Факт тот, что молодые люди в массе своей отнюдь не являются образцами для подражания, ибо слишком часто бывают жадными, жестокими и несправедливыми, они обураваемы своими низменными страстями и безразличны к чужому страданию<sup>2</sup>. Многие философы, психологи и педагоги бьют тревогу и определяют такое состояние общества как кризис культуры, цивилизации, разума и нравственности.

Изменения, происходящие в современном обществе, нашли отражение и в педагогической среде. Груз социально-экономических отношений, жесткая конкуренция наложили отпечаток и на взаимоотношения «учитель — ученик», «преподаватель — студент».

Профессор М. А. Верб утверждает, что важным основанием профессиональной культуры педагога является педагогическая этика,

<sup>1</sup> *Simon J. The History of Education in Past and Present? // Oxford Review of Education. — 1977. — Vol. 3. — № 1.*

<sup>2</sup> *Золотухина-Аболина Е. В. Современная этика: истоки и проблемы: учебник. — Ростов н/Д, 2000.*



или *деонтология* (от греч. *deon* — долг и *logos* — учение). Как известно, *этика* (от греч. *ethos* — нрав, обычай) — наука о нормах и правилах поведения, взаимоотношений между людьми. *Педагогическая этика* на основе общеэтических норм определяет нормативные нравственные позиции, которыми необходимо руководствоваться педагогу в процессе общения с учащимися, их родителями, коллегами<sup>1</sup>.

Гуманистическая педагогика на протяжении веков устами ее лучших представителей называла в качестве исходной этической нормы любовь к детям. При этом эмоционально-ценностное отношение к ребенку проявлялось по-разному. Для Ж.Ж. Руссо, Л. Н. Толстого, Р. Штайнера любить детей означало предоставить им в соответствии с возрастными потребностями максимальную свободу творческого самовыражения. И. Г. Песталоцци и Я. Корчак были убеждены, что жить следует не столько ради детей, сколько вместе с детьми, разделяя все их радости и невзгоды. Р. Оуэн и А. С. Макаренко, заботясь о своих воспитанниках, стремились научить их быть счастливыми как в настоящей, так и в грядущей жизни.

И что бы ни говорили сторонники жестких методов в педагогике, без взаимной привязанности, симпатии, заботы, понимания невозможно добиться духовного единства педагога с детьми, которое В. А. Сухомлинский справедливо считал альфой и омегой учебно-воспитательного процесса.

Я. А. Коменский в эпоху позднего Средневековья полагал, что все детские учреждения должны стать «мастерскими гуманности». Позднее об этом писали И. И. Бецкой, Н. И. Пирогов, П. П. Блонский, М. Монтессори. Требование гуманного, т. е. чуткого, заботливого, бережного отношения к детям актуально и сегодня, когда в условиях экономической нестабильности, экспансии антикультуры, неустойчивого мира подрастающее поколение нуждается в особой защите.

Гуманность педагога проявляется в неуклонном соблюдении прав и свобод ребенка, зафиксированных в отечественных и международных документах об образовании, защите детства и т. п. В Конвенции ООН о правах ребенка (20.11.1989) говорится, что каждый ребенок имеет право на полноценное образование, занятия искусством, спортом, на собственное мнение и т. д.

В уставах детских домов Я. Корчака среди многих прав воспитанников были названы право на игру, на тайну, на внимательное отношение к своим проблемам, на протест, право ребенка быть самим собой. Особо следует сказать о недопустимости любых насильственных действий в отношении детей: навязывания чужого

---

<sup>1</sup> Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой. — М., 2002.

мнения, ущемления личного достоинства, применения телесных наказаний, ограничения свободы, лишения пищи, сна. Эти нормы в равной мере относятся к общественному и семейному воспитанию<sup>1</sup>.

Спектр этических качеств, которые проявляются в общении педагога с воспитанниками, широк и многообразен. Специальные исследования показывают, что, например, подростки и старшие школьники больше всего ценят в учителях тактичность, доброту, справедливость, понимание детских проблем, желание оказать ученику помощь в овладении программным материалом, общительность, добросовестность, трудолюбие, сдержанность, веру в познавательные способности ученика, терпение, требовательность и ряд других профессионально значимых личностных черт. Но главное, чем дорожит воспитанник, — это душевная щедрость, искренность и сердечность отношений. И глубоко права режиссер, профессор М. О. Кнебель, утверждая, что педагогика требует от человека качеств, близких к материнским. В своей книге «Поэзия педагогики» она писала, что как мать отдает своим детям лучшее, чем она владеет, так и педагог вкладывает свою душу в учеников.

В этом внутренний смысл профессии. Отдавать душу и трудно, и радостно. Трудно потому, что это требует огромной затраты не только душевных, но и физических сил. Радостно потому, что в ответ ты получаешь такой поток молодой энергии, который с лихвой окупает все затраты, все трудности и все твои муки<sup>2</sup>.

Для обеспечения единства педагогических требований к формированию личности ребенка в семье и детском учреждении молодому учителю, воспитателю и преподавателю следует избрать верный стиль и тон общения.

Существует «этический кодекс» взаимоотношений педагога с коллегами по работе. Заглянем в обозримое будущее. Представьте себя в такой ситуации. Вы, молодой специалист, выпускник колледжа или вуза, пришли в новый педагогический коллектив. Рекомендуем придерживаться следующих правил.

- Не спешите подвергать критике установившиеся годами в этом учреждении традиции, формы работы и «с ходу» предлагать те или иные нововведения. Постарайтесь внимательно разобраться в обстановке, достижениях и недостатках своих коллег — представителей разных поколений.

- Обсуждая открытый урок или занятие преподавателя, особенно в присутствии инспектирующих лиц, начните с характери-

<sup>1</sup> Корчак Я. Как любить ребенка // Корчак Я. Педагогическое наследие. — М., 1991.

<sup>2</sup> Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой.

стики положительных моментов; этим вы окажете ему моральную поддержку.

- Если в классе, где вы преподаете свой предмет, учащиеся не справились с заданием или плохо вели себя на уроке, некорректно винить в этом детей, классного руководителя, родителей. Надо искать причины неудач в собственных методических просчетах.

- Если вы не согласны с мнением старшего, уважаемого коллеги или администрации, не следует занимать соглашательскую позицию, но и не стоит обострять отношения. Лучше всего привести веские аргументы в пользу вашей позиции и постараться убедить оппонентов в их неправоте.

- Помните: ваша доброжелательность, контактность, стремление к деловому сотрудничеству, готовность учесть лучший опыт, поддержать новое начинание — главные предпосылки благоприятной атмосферы успешной деятельности и хорошего творческого самочувствия в трудовом коллективе.

Итак, педагогическая этика — часть педагогического мастерства. Важно помнить, что эффективность взаимодействия (учитель — ученик, преподаватель — студент) определяется во многом и соблюдением педагогического такта.

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ТАКТ

В Словаре русского языка С. И. Ожегова *такт* определяется как чувство меры, создающее умение вести себя приличным, подобающим образом<sup>1</sup>.

В Педагогическом энциклопедическом словаре под редакцией Б. М. Бим-Бада *такт педагогический* трактуется как принцип меры, который педагог должен соблюдать в процессе общения с детьми; определяется педагогическим мастерством, опытом, уровнем культуры и личностными качествами педагога; выражается в умении найти оптимальные меры воспитательного воздействия в любых ситуациях (в том числе и конфликтных), не унижая достоинства ребенка и не вызывая у него сопротивления воспитанию<sup>2</sup>.

Итак, специфика педагогического такта заключается в том, что он является мерой профессионального поведения учителя, его действий, поступков; это важное условие построения правильного общения педагога и воспитанников, педагога и коллектива; это мера в выборе и использовании тех или иных методов, форм, средств воздействия и взаимодействия.

---

<sup>1</sup> Ожегов С. И. Словарь русского языка / под ред. Н. Ю. Шведовой. — 19-е изд., испр. — М., 1987.

<sup>2</sup> Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад; ред. кол.: М. М. Безруких, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др. — М., 2002.

Педагогический такт предполагает учет личностных особенностей субъектов общения, соблюдение нравственно-этических профессиональных установок педагога<sup>1</sup>.

Как видим, в процессе общения учителя и учащихся могут складываться два эмоциональных полюса общения. Подлинный воспитательный эффект дает способность педагога организовать взаимоотношения, базирующиеся на положительных эмоциях. Отрицательные эмоциональные состояния могут возникать, но не как конечная цель воздействия, а как возможное ситуативное средство, преодолеваемое для достижения положительного эмоционального эффекта.

Как показывает опыт, именно наличие педагогического такта позволяет учителю строить общение на положительных эмоциях, устанавливать и поддерживать психологический контакт с детьми.

Сложность раскрытия сущности педагогического такта обусловлена специфичностью этого явления по сравнению с общепринятым понятием «такт».

*Такт* в буквальном смысле слова означает «прикосновение». Это нравственная категория, помогающая регулировать взаимоотношения людей. Основываясь на принципе гуманизма, тактичное поведение требует, чтобы в самых сложных и противоречивых ситуациях сохранилось уважение к человеку. Быть тактичным — нравственное требование к каждому человеку, особенно к педагогу, который общается с развивающейся личностью.

Педагогический такт — профессиональное качество педагога, часть его мастерства. Педагогический такт отличается от общего понятия «такт» тем, что обозначает не только свойства личности учителя, но и умение выбрать правильный подход к учащимся, т. е. это воспитывающее, действенное средство влияния на детей.

И. В. Страхов утверждает, что успешность учебно-воспитательной работы зависит прежде всего от педагогического мастерства, в основе которого зиждится педагогический такт.

Выделяют следующие основные признаки педагогического такта:

- естественность, простота обращения без фамильярности;
- искренность тона, лишенная всякой фальши;
- доверие к школьнику без попустительства;
- просьба без упрощения;
- советы и рекомендации без навязчивости;
- требования и внушения без подавления самостоятельности воспитанника;
- серьезность тона без натянутости в отношениях;
- ирония и юмор без уничижающей насмешливости;
- требовательность без мелкой придирчивости;

---

<sup>1</sup> Введение в педагогическую специальность: учеб. пособие / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой.

- деловитость в отношениях без раздражительности, холодности и сухости;
- твердость и последовательность в осуществлении воспитательных воздействий без необоснованной отмены требования;
- развитие самостоятельности без мелочной опеки;
- быстрота и своевременность воспитательного воздействия без поспешности и опрометчивых решений;
- внимательность к ученику без подчеркивания своего контроля; спокойная сосредоточенность и уравновешенность в общении, исключая безразличие и излишнюю возбудимость;
- ведение беседы с учащимися без дидактизма и морализирования.

Главный признак педагогического такта — нахождение меры в отношениях педагога и учащихся в процессе общения<sup>1</sup>.

Итак, педагогический такт проявляется в уравновешенности поведения учителя. Он предполагает доверие к ученику, подход к нему с «оптимистической гипотезой», как говорил А. С. Макаренко, даже с риском ошибиться. Бестактен учитель, пессимистически оценивающий возможности учеников и постоянно подкрепляющий это. Доверие учителя должно стать стимулом к работе учащихся. Для этого можно прибегнуть и к приему некоторого умышленного преувеличения успехов ученика, чтобы тот ощутил радость от своих усилий, от успехов. Доверие не попустительство, оно действенно, если проявляется искренне, подкрепляется конкретными делами, если сочетается с контролем, известной долей бдительности учителя по отношению к воспитаннику. Но контроль не должен быть педантичным, не должен угнетать подозрением.

## ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТА

Говоря о педагогической этике, поговорим об одной из острейших проблем образования — конфликте. Не секрет, что отношения, влияющие на настроение людей и создающие микроклимат как в ученическом, так и педагогическом коллективе, связаны с быстро меняющимися ситуациями, которые и приводят к возникновению конфликта.

Мы рассматриваем *конфликт* как часть педагогической этики. В связи с этим конфликт не будет подвергаться глубокому анализу. Данной проблеме посвящены работы видных ученых — психологов и педагогов, существует самостоятельная дисциплина «Конфликтология». Мы рассмотрим конфликт в ином ракурсе.

Нет сомнения, что конфликты бывают разные и относиться к ним можно по-разному. В зависимости от своего места и роли

<sup>1</sup> Страхов И. В. Психология педагогического такта. — Саратов, 1966.

принято различать такие виды конфликтов: внутренние и внешние, межличностные и межгрупповые, социальные, межорганизационные, межнациональные и межгосударственные, потенциальные и актуальные, прямые и опосредованные, конструктивные (стабилизирующие, продуктивные) и деструктивные (неконструктивные), вертикальные и горизонтальные, предметные и личностные, ролевые, мотивационные, коммуникационные (основанные на непонимании) и т. д.

Профессор философии А. Ж. Кусжанова утверждает, что школа — это не подготовка к жизни, а сама жизнь. Среда жизни создается сегодня, и не для того, чтобы быть использованной через несколько лет. Школа формирует, с одной стороны, психологию ожидания настоящей жизни, а с другой — психологию временщика, не относящегося серьезно к этим условно-временным обстоятельствам, в которые его поставили безо всякого согласия и комфорта. Создать образовательную среду во всем пространстве жизни — в школе, дома, во всем, что вокруг нас; сделать образовательное отношение к себе и окружающему нормой жизни — вот задача и проблема дня<sup>1</sup>.

Каждому человеку, а преподавателю в первую очередь, необходимо иметь представления о конфликтах, способах достойного выхода из них и правила поведения в конфликтных ситуациях.

В педагогической деятельности конфликты — частое явление. Педагогу, особенно молодому, полезно использовать уже апробированные правила поведения в сложных ситуациях, они помогут выйти из конфликта. Вот эти правила.

**Правило первое.** Прежде всего следует попытаться овладеть конфликтной ситуацией, а это значит — разрядить обоюдную эмоциональную напряженность<sup>2</sup>. Как? Начать с себя: убрать «лишнее» физическое напряжение, скованность, бесцельные движения. Мимика, поза, жесты, как мы знаем, не только выражают внутреннее состояние, но и влияют на него. Итак, внешнее спокойствие и выдержка!

**Правило второе.** Своим поведением повлиять на партнера (ученика, коллегу). Снять напряженность помогает молчаливое рассмотрение лица соучастника конфликта, что даст возможность участнику сосредоточиться, изучить его состояние.

**Правило третье.** Попытаться понять мотивы поведения собеседника. Включение мысленного анализа снижает эмоциональное возбуждение. Лучше выразить понимание затруднительного положения: «Я понимаю твое (ваше) состояние» и пр., передать свое состояние: «Меня огорчает». Итак, не пытайтесь сразу оце-

<sup>1</sup> Кусжанова А. Ж. Социальный субъект образования // Credo. — 2002. — № 6.

<sup>2</sup> Аникеева Н. П. Учителю о психологическом климате в коллективе. — М., 1983.



нивать поступок, стремитесь сначала выразить свое отношение к сложившейся ситуации.

**Правило четвертое.** Согласовать цель. Необходимо как можно раньше осознать то, что объединяет вас с учеником, увидеть «общую точку отсчета» взаимодействия, продемонстрировать его, выходя на позицию «мы».

**Правило пятое.** Закрепить свою позицию уверенностью в возможности продуктивного решения. И наконец, после разрешения конфликта мысленно вернуться к нему, проанализировать его причины и возможности предотвращения. Всегда легче избежать острого столкновения, нежели погасить его<sup>1</sup>.

Анализ показывает, что одна из причин конфликтов — бестактность учителя, проявляющаяся в грубых замечаниях относительно внешнего вида, ума, способностей учеников. С этого зачастую и начинается конфликт.

К конфликту может привести недооценка реальных возрастных, половых, физиологических характеристик участников общения: общение со взрослым как с ребенком и, наоборот, отношение к ребенку как к взрослому может привести к конфликту (некоторые воспитатели, например, требуют от ребенка такого поведения, которое в силу его возраста и, в частности, нравственного развития им еще не может быть осознано и, следовательно, не может быть принято как моральное). Маленького ребенка можно учить этикету, но усвоить осознанно культуру и этику общения он, наверное, пока самостоятельно не в состоянии.

Как показывает практика общения, «навешивание ярлыков», пускай даже и положительных, без взаимопонимания, без такта, без меры приводит в формированию конфликтной атмосферы. Потеря чувства меры в выборе стратегии и тактики общения — также одна из основных причин, способных вызвать конфликт. Переход меры любого нравственного (в том числе и нравственно-положительного) качества может вести к осложнениям в межличностных отношениях (например, чрезмерная забота родителей).

Все ученики любят отвечать тому, кто умеет слушать внимательно, уважительно, с участием. При этом важна поддержка во время ответа улыбкой, взглядом, мимикой, кивком; комментарии по ходу, прерывающие ответ, нежелательны<sup>2</sup>.

Большое значение в формировании правильного стиля общения имеют выдержка, самообладание, справедливость, творческий подход к опыту других, развитие педагогической техники, чувство юмора. При этом учитель всегда должен уважать человека в своих учениках и беречь собственное достоинство.

<sup>1</sup> Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кринонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

<sup>2</sup> Психическая саморегуляция в педагогическом процессе. — Пермь, 1977.

Такт необходимо доводить до уровня нравственной привычки, важно, чтобы тактичность стала чертой характера педагога.

Итак, основным способом, позволяющим достичь максимально бесконфликтного взаимодействия, на наш взгляд, является погашение конфликта в самом начале, когда он не разгорелся. Перевести его в юмористическое русло, вспомнив и рассказав ученикам занимательную историю. Демокрит, «смеющийся» философ, утверждал, что «все человеческие дела достойны смеха», и, возможно, отчасти был прав.

Искренность и обаяние чувств чрезвычайно важны для морально-психологической атмосферы общения. В психологии есть даже такой термин, как «фасцинация» (в пер. с англ. — завораживание). Известно, что завораживают прямой, открытый взгляд, богатый тембровыми модуляциями голос, музыкальность речи, живость чувств, здравый искрометный рассудок и глубокий философский ум<sup>1</sup>.

\*\*\*

Знание основ морали, умение видеть нравственный смысл в поступках, способах воздействия на учащихся, соблюдение педагогического принципа меры в общении с детьми в разнообразных сферах деятельности — это и есть необходимые условия педагогической этики.

Выбор педагогом тактики в общении связан с умением пользоваться ролевыми позициями. Описание их можно найти в книгах психотерапевта А. Б. Добровича.

Чтобы остаться в профессионально-педагогической деятельности надолго или на всю жизнь, утверждает Н. В. Кузьмина, необходимо к началу самостоятельной работы иметь развитые на достаточно высоком уровне коммуникативные, организаторские умения и ответственное отношение к делу.

Нужно всегда следить за собственной речью и помнить о том, что она является отражением вашей личности. Умейте слушать и чаще улыбайтесь. Ибо улыбка может сказать о том, что встреча с обучающейся молодежью приятна вам.

### Рекомендуемая литература

Введение в педагогическую специальность: учеб. пособие / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой. — М., 2002.

Запина Л. В., Меньшикова Н. П. Основы педагогического мастерства. — Ростов н/Д, 2003.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривonos, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

<sup>1</sup> Сафьянов В. И. Этика общения: учеб. пособие. — М., 1998.

Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; под ред. В. А. Слостенина. — М., 2002.

Лобанов А. А. Основы профессионально-педагогического общения: учеб. пособие. — М., 2002.

Мишаткина Т. В. Педагогическая этика: учеб. пособие. — Ростов н/Д; Минск, 2004.

### **Темы для обсуждения на семинарских занятиях**

1. Этика и культура межличностного общения педагога.
2. Этикет как внешнее проявление внутренней культуры личности.
3. Нравственные коллизии отношений в учительской.
4. Этика отношения педагога к своему труду.
5. Полифункциональный характер педагогической деятельности.
6. Педагогический такт преподавателя.
7. Педагогическое разрешение конфликта.

### **Темы рефератов**

1. Нравственные аспекты оценки педагогического труда.
2. Роль педагога в формировании культуры общения учащихся.
3. Этикет в профессиональной культуре педагога.
4. Профессиональная этика педагога.
5. Гуманизм и демократичность — основные принципы общения в системе «педагог — учащийся».
6. Педагогический такт — основа мастерства преподавателя.
7. Культура разрешения конфликтов.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ**

Практические задания и упражнения — неотъемлемая часть практических занятий, входящих в процесс обучения. Они предназначены для более глубокого изучения дисциплины «Основы педагогического мастерства».

Практические занятия, являясь логическим продолжением лекций, закрепляют теоретические знания, помогают лучше усваивать ключевые понятия, совершенствуют умения и навыки выполнения самостоятельных работ, тренингов.

Цель практических занятий: углубление, расширение, детализирование знаний, а также выработка навыков профессиональной деятельности. Практические занятия развивают научное мышление и речь, выступая средством обратной связи.

Методика практических занятий может быть различной и зависит от авторской индивидуальности преподавателя. Важно, чтобы различными методами достигалась общая дидактическая цель.

Структура практических занятий:

- вступление преподавателя;
- ответы на вопросы студентов по неясному материалу;
- практическая часть;
- заключительное слово педагога.

Занятия предполагают: обсуждение рефератов, дискуссии, решение задач, доклады, тренировочные упражнения, тестирование, наблюдения, эксперименты.

Большое значение имеют индивидуальный подход, продуктивное педагогическое общение, возможность раскрытия способностей и потенциала личности обучающегося.

### **Занятие 1**

#### **ЭЛЕМЕНТЫ АКТЕРСКОГО И РЕЖИССЕРСКОГО МАСТЕРСТВА В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Цели занятия: формирование представления о педагогическом мастерстве педагога; знакомство с элементами театральной педагогики; овладение системой К. С. Станиславского, средствами актерской выразительности, воспитание педагогического умения эмоционального воздействия на учащихся, мобилизация их внимания.

## ЗАДАНИЯ

**Задание 1.** Прокомментируйте приведенную ниже схему (схема 1), раскрыв общее и отличительное в театральном и педагогическом действии.

### Общие психолого-педагогические признаки театрального и педагогического действия

#### СВЕРХЗАДАЧА — ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ

<b>Школа — храм основ науки</b> Развитие, воспитание, обучение; связь обучения с жизнью, идейность, доступность; преемственность, последовательность, оправданность всего совершаемого	<b>Функции</b>  <b>Требования</b>	<b>Театр — храм искусств</b> Развитие, воспитание, привлечение; связь с жизнью, идейность, доступность; преемственность, последовательность, художественное совершенство
<b>Урок-действие</b> Виды и типы уроков, отбор учебного материала, ТСО; репетиции, импровизация; сиюминутность, неповторимость	<b>Средства</b>	<b>Спектакль-действие</b> Режиссура, драматургия, декорации; репетиции, импровизация; сиюминутность, неповторимость
<b>Учитель</b> Личность, всесторонне развитая, самобытная, с твердой гражданской позицией, постоянно обогащающаяся и отдающая	<b>Искусство</b> учителя и актера — это искусство психофизического действия	<b>Актер</b> Личность, универсальная, яркая, с твердой гражданской позицией, постоянно обогащающаяся и отдающая
Поведение учителя обусловлено жизненными потребностями обучения и воспитания		Поведение актера обусловлено автором, режиссером
<p style="text-align: center;"><b>Публичность творчества</b></p>		

Схема 1. Общие психолого-педагогические признаки театрального и педагогического действия

**Задание 2.** Покажите возможности театральной педагогики для совершенствования профессионального становления учителя.

**Тест «Артистические наклонности: есть ли они у вас?»**

(Е. Владимирова)

1. Есть ли разница между словами «тон» и «нюанс»?

2. Можете ли вы жить в неудобной, скучной квартире и не замечать этого?
3. Вы любите рисовать?
4. Одеваетесь ли вы, опираясь не на моду, а на собственный вкус?
5. Говорят ли вам что-нибудь следующие имена: Мане, Ван Дейк, Хосе Рибера, Фальконе?
6. У вас очень плохой почерк?
7. Стараетесь ли вы одеваться в одной цветовой гамме?
8. Любите посещать музеи?
9. Остановитесь ли по пути, чтобы полюбоваться закатом?
10. Любите чертить геометрические фигуры?
11. Любите ли вы фантазировать?
12. Вы склонны долго бродить по улицам?
13. Любите одиночество?
14. Вам кажется неуместным, когда кто-то начинает декламировать стихи?
15. Слушаете ли вы музыку только ради развлечения?
16. Надолго запоминаете красивые пейзажи?
17. Вам кажутся очень красивыми морские камни?
18. Любите новые встречи и знакомства?
19. Нравится вам читать стихи вслух?
20. Не было ли у вас желания разрисовать стены своей комнаты?
21. Часто ли меняете прическу?
22. Переставляете мебель у себя дома?
23. Вы пробовали когда-нибудь сочинять песенки?
24. Пишете стихи?

### Обработка результатов.

Вы можете засчитать себе одно очко за каждый ответ «да» на вопросы: 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24 — и за ответ «нет» на вопросы: 2, 6, 10, 14, 15, 18.

Если вы набрали больше 16 очков, то можно сказать определенно: у вас есть чувство красоты, свойственное натуре артистической; 8—16 очков: вы иногда витаете в облаках, но, хотя красота вам и небезразлична, вы, скорее, рационалист, всегда сочетаете приятное с полезным; меньше 4 очков: такого человека, как вы, вряд ли остановит красота восхода или заката. Задумайтесь!

### Анкета изучения особенностей восприятия педагогического артистизма

Дорогие друзья!

В последнее время очень актуальна тема педагогического творчества. Просим вас помочь нам в исследовании некоторых его сторон и ответить на нижеследующие вопросы. Благодарим за сотрудничество.

1. Что представляет собой педагогический артистизм?
2. В каком соотношении находятся такие понятия, как артистизм и актерско-режиссерские умения?



3. Артистизм дан человеку от природы, или его можно приобрести в течение жизни?

4. Должен ли быть артистичным педагог, или для него вполне достаточно знать свой предмет, его методику и любить детей? Если должен, то почему?

5. В чем заключаются «плюсы» и «минусы» артистизма педагога?

6. Надо ли в вузах учить студентов — будущих педагогов — артистизму? Если нет, то почему; если да, то какими методами?

7. Можете ли вы назвать себя артистичным человеком?

### **Опросник для оценки степени артистичности педагога**

1. Как часто вы испытываете творческое самочувствие (состояние душевного подъема, вдохновения, полной мобилизации сил)?

2. Много ли вам нужно времени, чтобы «собраться» перед ответственным мероприятием (открытым уроком, педсоветом, родительским собранием)?

3. Часто ли вы испытываете чувство смущения, неловкости, выступая перед большой аудиторией?

4. Нравится ли вам быть в центре внимания?

5. Легко ли вам удастся привести людей к своей точке зрения?

6. Любите ли вы рисовать, танцевать, играете ли на музыкальном инструменте?

7. Когда вы слушаете музыку, представляете ли ее цвет, какие-то образы?

8. Часто ли вы делитесь своими чувствами с окружающими?

9. Можете ли вы представить себя актером?

10. Часто ли вы видите себя со стороны?

11. Говорили ли вам, что от вас можно зарядиться энергией?

12. Способны ли вы скрыть свое плохое настроение?

Если на большинство предложенных вопросов вы ответили положительно, это говорит о том, что начало развитию педагогического артистизма уже положено.

### **Тест «Каков ваш творческий потенциал?»**

Выберите один из предложенных вариантов ответов.

1. Считаете ли вы, что окружающий вас мир можно улучшить?

а) Да;

б) нет, он и так достаточно хорош;

в) да, но только кое в чем.

2. Возможно ли ваше личное участие в изменении окружающего мира:

а) да, в большинстве случаев;

б) нет;

в) да, в некоторых случаях.

3. Считаете ли вы, что некоторые из ваших идей внесли бы значительный вклад в ту сферу деятельности, в которой вы заняты?

а) Да;

б) да, при благоприятных обстоятельствах;

в) лишь в некоторой степени.

4. Считаете ли вы, что в будущем сможете занять положение, позволяющее что-то принципиально изменить?

- а) Да, наверняка;
- б) это маловероятно;
- в) возможно.

5. Когда вы решаете предпринять то или иное действие, уверены ли вы, что осуществите свое начинание?

- а) Да;
- б) часто думаете, что не сумеете;
- в) да, часто.

6. Испытываете ли вы желание заняться делом, которого абсолютно не знаете?

- а) Да, неизвестное вас привлекает;
- б) неизвестное вас не интересует;
- в) все зависит от характера этого дела.

7. Если вам приходится заниматься незнакомым делом, испытываете ли вы желание добиться в нем совершенства?

- а) Да;
- б) удовлетворяетесь тем, чего успели добиться;
- в) да, если только вам это нравится.

8. Если дело, которого вы не знаете, вам нравится, хотите ли вы знать о нем все?

- а) Да;
- б) нет, вы хотите научиться только самому основному;
- в) нет, вы хотите только удовлетворить свое любопытство.

9. Когда вы терпите неудачу, то:

- а) какое-то время упорствуете вопреки здравому смыслу;
- б) махнете рукой на эту затею, так как понимаете, что она нереальна;
- в) продолжаете делать свое дело, даже когда становится очевидно, что препятствия непреодолимы.

10. По-вашему, профессию надо выбирать, исходя из:

- а) своих возможностей, дальнейших перспектив для себя;
- б) стабильности, значимости, нужности профессии, потребности в ней;
- в) преимуществ, которые она обеспечит.

11. Путешествуя, могли бы вы легко ориентироваться на уже однажды пройденном маршруте?

- а) Да;
- б) нет, боитесь сбиться с пути;
- в) да, но только там, где местность вам понравилась и запомнилась.

12. Сразу же после какой-то беседы сможете ли вы вспомнить все, что говорилось?

- а) Да, без труда;
- б) всего вспомнить не можете;
- в) запоминаете только то, что вас интересует.

13. Когда вы слышите слово на незнакомом вам языке, то можете повторить его по слогам, без ошибки, даже не догадываясь о его значении?

- а) Да, без затруднений;
- б) да, если это слово легко запомнить;

- в) повторите, но не совсем правильно.
14. В свободное время вы предпочитаете:
- а) оставаться наедине с самим собой, поразмыслить;
  - б) находиться в компании;
  - в) вам безразлично, будете вы один или в компании.
15. Вы занимаетесь каким-то делом. Решаете прекратить это занятие, только когда:
- а) дело закончено и кажется вам отлично выполненным;
  - б) вы более-менее довольны;
  - в) вам еще не все удалось сделать.
16. Когда вы один:
- а) любите мечтать о каких-то, даже, может быть, абстрактных вещах;
  - б) любой ценой пытаетесь найти себе конкретное занятие;
  - в) иногда любите помечтать, но о вещах, которые связаны с вашей работой.
17. Когда какая-то идея захватывает вас, вы станете думать о ней:
- а) независимо от того, где и с кем вы находитесь;
  - б) только наедине с самим собой;
  - в) только там, где не будет слишком шумно.
18. Когда вы отстаиваете какую-то идею:
- а) можете отказаться от нее, если выслушаете убедительные аргументы оппонентов;
  - б) останетесь при своем мнении, какие бы аргументы ни выслушали;
  - в) измените свое мнение, если сопротивление окажется слишком сильным.

### Обработка результатов.

Подсчитайте очки, которые вы набрали:

за ответ «а» — 3 очка;

за ответ «б» — 1;

за ответ «в» — 2.

Вопросы 1, 6, 7, 8 определяют границы вашей любознательности; вопросы 2, 3, 4, 5 — веру в себя; вопросы 9 и 15 — постоянство; вопрос 10 — амбициозность; вопросы 12 и 13 — слуховую память; вопрос 11 — зрительную память; вопрос 14 — ваше стремление быть независимым; вопросы 16 и 17 — способность абстрагироваться; вопрос 18 — степень сосредоточенности.

Эти способности и составляют основные качества творческого потенциала. Общая сумма набранных очков покажет уровень вашего творческого потенциала.

*49 и более очков.* В вас заложен значительный творческий потенциал, который предоставляет вам богатый выбор возможностей. Если вы на деле сможете применить ваши способности, то вам доступны самые разнообразные формы творчества.

*От 24 до 48 очков.* У вас вполне нормальный творческий потенциал. Вы обладаете теми качествами, которые позволяют вам творить, но у вас есть и проблемы, которые тормозят процесс

творчества. Во всяком случае, ваш потенциал позволит вам творчески проявить себя, если вы, конечно, этого пожелаете.

*23 и менее очков.* Ваш творческий потенциал, увы, невелик. Но, быть может, вы просто недооценили себя, свои способности? Отсутствие веры в свои силы может привести вас к мысли, что вы вообще не способны к творчеству. Избавьтесь от этого и таким образом решите проблему.

### **Рабочая карта-схема диагностики артистизма педагога Ж. В. Вагановой**

(программа наблюдений с целью определения общей оценки основных проявлений педагогического артистизма)

#### **1. Творческое самочувствие, саморегуляция психической деятельности, эмоциональных состояний:**

- увлеченность, воодушевление, вдохновенная отдача на уроке;
- самоорганизация, стабильность творческой формы;
- самоконтроль, самообладание, управление настроением;
- умение снимать излишнее напряжение, волнение;
- умение спокойно относиться к неожиданностям, оперативность в управлении своими психическими состояниями.

#### **2. Обаяние, личностное самовыражение, индивидуальный стиль:**

- заразительность, умение очаровать, внушить симпатию, заинтересовать, увлечь, способность овладевать вниманием учеников;
- раскованность, непосредственность и простота поведения;
- яркость, непохожесть на других учителей, нестандартность;
- художественный вкус, чувство прекрасного, стремление к красоте и гармонии, чувство меры;

- искренность, личностная открытость по отношению к детям.

#### **3. Эмоциональность, образность поведения и речи:**

- экспрессивность, широкий диапазон эмоциональных реакций;
- выражение сопереживания, сочувствия учащимся;
- эмоциональная атмосфера на уроке, чувство юмора;
- необычность в раскрытии содержания урока, способность сделать образным излагаемый материал;
- эмоциональное интонирование речи, неожиданные ритмические рисунки, метафоричность речи, использование «своих» терминов.

#### **4. Внешний облик, пластичность, внешняя выразительность, умения в области вербального общения:**

- экспрессивные способности, пластическая изобразительность;
- раскрепощенность, отсутствие телесной скованности, умение держаться уверенно, свободно и естественно;
- мимические и пантомимические навыки, наличие экспрессивных, эмоционально-эстетических движений;
- жестикуляция, движения — органичность, естественность, темп, уместность/адекватность, степень вариантности, богатство, полнота форм, двигательная активность — достаточная/недостаточная; скорость

двигательных реакций; свойства мимических реакций (доброжелательность и т. д.).

**5. Интуиция, воображение, творческая фантазия:**

- продуктивность ассоциаций;
- быстрый анализ и точная оценка педагогической ситуации;
- способность «угадать» ребенка, «прочитать» все на его лице;
- умение увлечь, придумать что-то интересное, сделать любой объект привлекательным для себя и детей.

**6. Импровизация, педагогический экспромт:**

- быстрота реакций, находчивость, изобретательность;
- оперативность памяти, сообразительность;
- умение ориентироваться в неожиданных обстоятельствах, оценивать ситуацию и принимать решение в незапрограммированных условиях;
- поддержание постоянной, гибкой обратной связи с классом;
- оперативность ответа на изменение условий деятельности, умение на ходу скорректировать план урока.

**7. Коммуникативные способности, формы отношений, тон общения с учениками:**

- коммуникабельность, легкость в общении, способность быстро находить контакт, умение организовать первичный контакт с классом;
- организация общения «от ученика», сотрудничество;
- доброжелательный тон, дружелюбие, мягкость, чувство такта;
- открытость, искренность;
- уровень развития эмпатии, сопереживание ученикам;
- взаимопонимание, эмоциональная идентификация;
- рефлексия, способность увидеть себя со стороны.

**8. Речевые способности:**

- выразительность, эмоциональность, динамичность речи;
- мелодичность, широкий диапазон интонаций, эстетическая привлекательность голоса;
- ясность, чистота, благозвучие речи, дикция;
- богатство словаря, разнообразие лексики;
- убедительность, доходчивость, сила воздействия речи.

**9. Наблюдательность, управление вниманием:**

- умение уловить изменения в состоянии детей по незначительным признакам, способность проникать во внутренний мир ребенка;
- устойчивость внимания, длительное сосредоточение;
- правильное распределение внимания, его многообъектность;
- переключаемость, динамичность внимания;
- степень концентрированности внимания;
- умение видеть все детали, обостренное восприятие.

**10. Суггестивная способность:**

- умение привлечь и удерживать детское внимание;
- внушение, эмоционально-волевое воздействие на учеников;
- умение «заражать» своими мыслями, чувствами.

**11. Режиссерские способности:**

- интрига в построении урока, наличие эмоциональной завязки в начале урока, захватывающего введения;
- поддержание целесообразного темпоритма работы на уроке;
- энергичность, активность;

— творческая организация взаимодействия с учениками — наличие стратегической сверхзадачи, «сквозного действия», тактических, ситуативных задач, непрерывности действия.

### 12. Способность перевоплощения, умение «войти в роль».

### 13. Психологический анализ урока с учетом артистичности педагога (оценка по пятибалльной системе):

— стиль урока (какие приемы использует учитель; стиль общения педагога с классом и степень управляемости педагогической ситуацией общения); соотношение побуждения и принуждения учащихся к деятельности;

— особенности самоорганизации учителя, его психологическая подготовленность к уроку. Осознание собственной творческой индивидуальности, особенностей своей психофизической природы. Рабочее самочувствие, настроение учителя в начале урока и в процессе его ведения. Педагогическая целесообразность эмоциональных переживаний учителя на уроке: заинтересован, активен, все время находится в общении, держит класс «в тонусе» или безразличен, пассивен;

— психологический климат в классе. Умение учителя управлять своим психическим состоянием и создавать необходимый эмоциональный настрой: доброжелателен, держится ободряюще, вежлив и приветлив с учащимися, индивидуализирует общение с различными учениками или недоброжелателен, общается только «сверху вниз», со всеми одинаково, не дифференцируя своего общения;

— не боится открыто выражать свои чувства, показывать свои особенности или думает только о престиже, носит «маску», старается держаться за свою социальную роль;

— динамичен и гибок в общении, легко разрешает возникающие проблемы, «тушит» возможные конфликты, может поставить себя на место учащегося, создает у говорящего ученика чувство, что его понимают, или не видит проблем и не умеет заметить намечающегося конфликта, невнимателен к говорящему, создает у него ощущение, что его не понимают;

— наблюдение за действиями учителя на уроке (как педагог учитывает особенности восприятия материала учащимися); сравнение плана урока и процесса его реализации на практике (найти отклонения, объяснить их причины, уловить, какие действия были запланированы, а какие являются результатом импровизации; способность к оперативной педагогической импровизации в деятельности и общении).

## Тренинг актерского мастерства

(по Г. В. Кристи)

Все упражнения проводятся в комплексе.

1. **Выход.** Занятие начинается с организованного выхода в заданном ритме, по заранее установленной мизансцене. Каждый участник берет стул, ставит его на точно обусловленное место и садится одновременно с другими.

2. **Освобождение от мышечных зажимов и напряжений.** Участникам предлагается медленно и плавно встать со стула и подниматься на



носки, как бы выжимая груз, опирающийся на плечи; вытянуться до предела всем телом, после чего переносить центр тяжести то на правую, то на левую ногу, покачивая другой ногой взад и вперед, но сохраняя при этом равновесие и неподвижность фигуры. Затем опуститься и вернуться в исходное положение. После этого ослабить мышцы, что легче всего достигается по контрасту с напряжением. Последовательно напрягаются и затем освобождаются лоб, брови, глаза, нос, губы, шея, локти, кисти рук, позвоночник сверху донизу, бедра, колени, ступни. Ослабление мышц не должно, однако, приводить к расхлябанности. Нужно сохранить минимально необходимое напряжение в спинном хребте и в шее, чтобы обеспечить нормальное положение сидящей фигуры, подобрать отвисшие руки, соединив их на коленях, лицо сделать совершенно спокойным, нейтральным.

**3. Развитие кистей рук и ступней ног.** Сожмите пальцы в кулак, затем разгибайте по очереди. Далее постепенно сгибайте каждый сустав кистей рук. Кисти опустите резко вниз. Почти те же движения и для ступней ног, для чего следует положить ногу на ногу, упражнения для каждой ступни прodelывать поочередно.

**4. Точность и быстрота реакции.** Преподаватель дает поочередно три различных звуковых сигнала: хлопок в ладоши означает, что нужно приготовиться, для чего надо пересесть на край стула и подобрать ноги. Второй сигнал — удар ногой в пол — встать и вытянуться во весь рост, третий — удар по столу — развалиться на стуле в позе отдыхающего человека. Однако порядок команд то и дело нарушается, и после «приготовиться» может последовать «развалиться», а после этого — «встать» и т. п. Чтобы участники не видели заранее, какой готовится сигнал, упражнение делается с закрытыми глазами. Совершивший ошибку «штрафуется» и вместе со своим стулом отодвигается в сторону.

**5. Тренировка пальцев и кистей рук с воображаемым предметом.** Предлагается размять воображаемый кусок пластилина и вылепить из него фигуру или какой-либо предмет. После этого очистить горячую вареную картошку, облупить горячее яйцо, продеть нитку в бусину или проволоку в хрупкий елочный шар и т. п. Потом каждый начинает рисовать воображаемым карандашом, углем или красками портрет одного из присутствующих, используя плоскость стула или реального блокнота, папки, книги. (Писать на воображаемой плоскости мольберта — слишком трудная задача, взгляд должен во что-то упереться, чтобы поверить в правду такого действия.)

**6. Развитие и настройка органов восприятия, наблюдательности, зрительной и иной памяти.** Дается 10—15 с на то, чтобы рассмотреть своих товарищей, после чего нужно повернуться к ним спиной и точно ответить на вопросы: кто как одет, причесан, какого цвета глаза, волосы, кто в какой позе сидел, что держал в руках и т. п.

**7. Развитие «чувства локтя», восприятие партнера, внимательность.** Упражнение на передаче хлопка. Сидя на стульях полукругом, слушатели ритмично и с одинаковой громкостью хлопают в ладоши, как бы передавая свой хлопок соседу слева или справа, а тот в свою очередь передает его дальше или по особому сигналу возвращает обратно. Упражнение начинается медленно и доводится до предельно быстрого темпа, когда от-

дельные хлопки сливаются в один равномерный треск, перекатывающийся по шеренге взад и вперед.

**8. Синхронность движений всей группы (синхронность, многоплоскостное внимание).** Преподаватель задает определенный рисунок движения. Например, каждый берет свой стул и переходит с ним в центр зала, поворачиваясь спиной к партнерам. Образуется круг, который растягивается затем в эллипс, разрывается на две параллельные шеренги. Потом шеренги меняются местами и т.п. Все эти перестройки происходят по команде преподавателя, но так, чтобы не терять точного рисунка движения и делать его одновременно с другими, желательной под музыку. Если в момент перестроения участники оказываются спиной друг к другу и не видят партнера, то они должны «услышать» его движение, уловить его ритм. Когда движение усвоено и совершается синхронно немзыкально, задание усложняется, вводится дополнительное условие, требующее многоплоскостного внимания. Например, преподаватель время от времени дает звонок, или стучит, или попеременно делает и то и другое. Выполняя предложенный рисунок движения, участники должны подсчитать, сколько было звонков и стуков. Можно также дать задание по ходу упражнения спеть хором песню, причем по сигналу преподавателя поют то вслух, то про себя, затем снова вслух и т.д.

**9. Внимательность, слаженность движений.** Все, кроме одного — водящего, садятся друг против друга в две шеренги на расстоянии нескольких шагов и, договорившись глазами с кем-нибудь из сидящих напротив, меняются с ним местами, но так, чтобы водящий этого не заметил и не успел занять одно из двух освободившихся мест. Все передвижения делаются бесшумно. Осложняющее обстоятельство: при перемене местами партнеры должны успеть обменяться на ходу вопросом и ответом, например: на какой улице ты живешь, как зовут маму и т.п.

**10. Находчивость, ловкость приучают точно адресовать произносимое слово партнеру.** Преподаватель дает определенную схему предложения, например: прилагательное, существительное, глагол. Бросая кому-либо мячик, участник говорит: «Черный»; второй, перебрасывая мячик третьему: «Ворон», а третий, не затягивая паузы, находит глагол, например: «каркает». Нужно добиться того, чтобы предложение произносилось тремя участниками как одним человеком, т.е. слитно, а не раздельно. Можно продолжить переброску мяча, создавая таким путем целый рассказ, перенимая от партнера не только последнее слово, но и интонацию.

**11. Находчивость, ловкость, внимательность.** Каждый участник произносит какую-либо букву алфавита, одновременно бросает мяч товарищу, который называет вторую букву задуманного им слова, и т.п.

**12. Находчивость, внимательность.** Все буквы алфавита закрепляются за участниками. Под диктовку преподавателя каждый отмечает свою букву хлопком, и все одновременно отстукивают концы слов. Распределив группу на две части, можно «печатать» заданный текст синхронно двумя группами, строго соблюдая заданный темп; или же каждая группа «печатает» свой текст независимо, соревнуясь в скорости и четкости выполнения задания.

**13. Находчивость, ловкость, внимательность.** Взяв свой стул, каждый бежит с ним по кругу. По сигналу направление бега меняется. При этом

важно не сталкиваться и не шуметь: нужно стараться избегать препятствия. По другому сигналу все стулья бесшумно складываются в пирамиду в центре зала, причем бег по кругу продолжается. По третьему сигналу каждый должен на ходу извлечь свой стул из пирамиды (если он завален другими, то пропустить круг) и наконец поставить стулья на свои места, всем сесть одновременно и замереть в полной неподвижности.

**14. Внимательность.** Воспроизведение заданных движений и действий. Все, кроме двух человек, удаляются из зала. Оставшиеся (парень и девушка) создают «скульптурную группу». Входящие по двое должны за 5 с рассмотреть, запомнить и воспроизвести позу товарищей. Новая пара повторяет то же самое и т. д. Когда все сменили друг друга, возвращается первая пара и вновь занимает то положение, с которого началось упражнение. Сравнивая позы первой и последней пар, можно увидеть отклонения копии от оригинала.

**15. Конец занятия и уход.** Каждый берет свой стул и уходит в общем строю по команде преподавателя. Все занятие должно быть проведено в хорошем темпе и занимать не более одного часа.

### Тест «Насколько вы обаятельны?»

Есть ли у вас обаяние? Способны ли вы воздействовать на окружающих и завоевывать их расположение? Ответьте на вопросы «да» или «нет».

1. Можете ли вы увлечь своей идеей человека, разговаривая с ним по телефону?

2. Вы неожиданно добились успеха у того, кто вам не особенно симпатичен. Изменится ли с этого момента ваше мнение о нем, станет ли он вам более приятен?

3. Когда вы пишете, строчки ползут вверх?

4. Можете ли вы с улыбкой уйти от необходимости отвечать на неприятные вопросы? Способны ли вы, не вступая в спор, оставаться при своем мнении?

5. Прислушиваетесь ли вы в спорах к мнению, с которым не согласны?

6. Были ли вы в детстве всеобщим любимцем взрослых? Смотрели ли на вас с восхищением?

7. Часто ли вам говорят комплименты, причем бескорыстно, от чистого сердца?

8. Давно ли вы смотрелись в зеркало?

Обработка результатов.

Ответ «да» — 1 очко, ответ «нет» — 0.

8—7 — слишком суетливый и самоуверенный, самовлюбленный.

6—5 — обаятельный, приятный в общении, имеет чувство собственного достоинства, лишен суетливости.

4—3 — нерешительный, неуверенный в себе, неубедительный.

2—1 — нет обаяния, чувства собственного достоинства, самолюбия.

## Тест «Оценка уровня творческого потенциала личности»

В тесте используется 10-балльная шкала самооценки личностных качеств либо частоты их проявления, которые и характеризуют уровень развития творческого потенциала личности. Однако следует помнить, что все оценки относительны. При самооценке мысленно представьте себе высший (10-й) уровень развития соответствующего качества и низший (1-й) уровень и найдите свое место на 10-балльной шкале.

1. Как часто начатое дело вам удается довести до логического конца?
2. Если всех людей мысленно разделить на логиков и эвристов, т. е. генераторов идей, то в какой степени вы — генератор идей?
3. В какой степени вы относите себя к людям решительным?
4. В какой степени ваш конечный «продукт», ваше творение чаще всего отличается от исходного проекта, замысла?
5. Насколько вы способны проявить требовательность и настойчивость, чтобы люди, которые обещали вам что-то, выполнили свое обещание?
6. Как часто вам приходится выступать с критическими суждениями в адрес кого-либо?
7. Как часто решение возникающих у вас проблем зависит от вашей энергии и напористости?
8. Какой процент людей в вашем коллективе чаще всего поддерживают вас, ваши инициативы и предложения?
9. Как часто у вас бывает оптимистичное и веселое настроение?
10. Если все проблемы, которые приходилось вам решать за последний год, условно разделить на теоретические и практические, то каков среди них удельный вес практических проблем?
11. Как часто вам приходилось отстаивать свои принципы, убеждения?
12. В какой степени ваша общительность, коммуникабельность способствует решению жизненно важных для вас проблем?
13. Как часто у вас возникают ситуации, когда главную ответственность за решение наиболее сложных проблем в коллективе вам приходится брать на себя?
14. Как часто и в какой степени ваши идеи, проекты удается воплотить в жизнь?
15. Как часто вам удается, проявив находчивость и даже предприимчивость, хоть в чем-то опередить своих соперников по работе или учебе?
16. Как много среди ваших друзей и близких людей, считающих вас человеком воспитанным, интеллигентным?
17. Как часто вам приходилось предпринимать нечто такое, что было воспринято даже вашими друзьями как неожиданность, как принципиально новое дело?
18. Как часто вам приходилось коренным образом реформировать свою жизнь или находить принципиально новые подходы в решении старых проблем?

По результатам самооценки вы можете далее построить профиль своих творческих качеств в виде схемы и определить, к



Схема 2. Построение профиля своих творческих качеств и определение типа творческой личности (пример использования 10-балльной шкалы самооценки)

какому типу творческой личности вы относитесь (по высшему уровню развития соответствующего качества) (схема 2).

Кроме того, вы можете определить уровень вашего творческого потенциала на основе суммарного числа набранных вами баллов.

Суммарное число баллов	Уровень творческого потенциала личности	Суммарное число баллов	Уровень творческого потенциала личности
18—39	1 — очень низкий	100—114	6 — чуть выше среднего
40—54	2 — низкий	115—129	7 — выше среднего
55—69	3 — ниже среднего	130—142	8 — высокий
70—84	4 — чуть ниже среднего	143—162	9 — очень высокий
85—99	5 — средний	163—180	10 — наивысший

### Упражнения на формирование умений коллективной творческой работы

**Упражнение 1.** «Приветствие учителя». При появлении педагога в аудитории студенты встают, чтобы его приветствовать. Как правило, делается это шумно и неорганизованно. Надо повторять приветствие до тех пор, пока не будут достигнуты одновремен-

ность, быстрота, бесшумность, мягкость и изящество в выполнении этого простейшего действия.

*Упражнение 2.* «Смена обстановки». Бесшумно перейти с места на место, переставить мебель в комнате, сесть в полукруг или в два ряда, поменяться местами вместе со своими стульями, проделать то же самое с закрытыми глазами.

Упражнение можно постепенно усложнять. Установить определенный порядок совершаемого действия. Все студенты должны одновременно сесть. Вначале это делается по команде или хлопку, затем молча, следуя друг за другом. То же самое — в различных темпах, ритмах и под музыку, подсказывающую характер движения.

*Упражнение 3.* «Пишущая машинка». За каждым участником закрепляется определенная буква, цифра или знак препинания, которые отмечаются хлопком в ладоши или каким-либо условным способом при чтении заданного текста.

**Варианты упражнения:**

а) по ходу упражнения меняется ритм, каждая 5-я или 7-я буква произносится вслух и т. п. Студентам предлагают сесть в круг и по очереди произносить цифры по порядку в определенном ритме. Некоторые цифры или их комбинации объявляются запретными и заменяются каким-либо условным знаком. Кто по ошибке произнесет эту цифру — выбывает из игры;

б) каждому предлагается мысленно петь песню по собственному выбору. По одному сигналу петь вслух, по другому — продолжать петь про себя. Задача упражнения — не сбиться со своей мелодии в тот момент, когда другие участники поют другие песни;

в) одну и ту же песню поют хором, затем по одному сигналу — мысленно, по другому сигналу выделяются отдельные голоса.

*Упражнение 4.* «Игры индейцев». Все участники — племя индейцев, им самим решать, чем заниматься. Условие одно: «индейцы» говорят на «первобытном» языке.

*Упражнение 5.* «Сиамские близнецы». Два участника становятся друг к другу боком, ухватившись за пояс друг друга, ноги со стороны касания связываются. Единственное условие — нельзя разговаривать. Им предлагают выполнить какое-нибудь действие. Один из «близнецов» выполняет действие левой рукой, другой — правой. В упражнении проявляются склонность к лидерству, самостоятельности или зависимости, расположенность к роли ведомого или ведущего.

### **Упражнения на развитие восприятия и наблюдательности, смелости и непосредственности**

*Упражнение 6.* «Переключение внимания». Педагог подает команды:

— зрительное внимание — объект далеко (дверь),



- слуховое внимание — объект близко (комната),
- зрительное внимание — объект далеко (улица в окне),
- осязательное внимание — объект — ткань собственного костюма,
- слуховое внимание — объект далеко (звуки улицы),
- зрительное внимание — объект близко (карандаш),
- обонятельное внимание — запах в аудитории,
- внутреннее внимание — любой предмет,
- зрительное внимание — объект близко (пуговица).

**Упражнение 7.** «Оправдание действия». По сигналу преподавателя все мгновенно принимают какую-нибудь неожиданную для самих себя позу. Каждый должен найти для нее убедительное объяснение — искать следует в области физических действий, а не психологического состояния. Например, студент принял такую позу: тело откинута назад, правая рука над головой. Объяснение — замахнулся, держа топор в руке.

**Упражнение 8.** «Поиск приспособления». (Польсти товарищу — лезть в действи.) Одолжи деньги у товарища. («Прибедняйся», «Заговаривай зубы».) Оправдай свое опоздание (на собрание, урок и т. д.).

**Микропреподавание:** формирование умений наблюдать и воспроизводить психическое состояние человека.

Сыграть сцену (по выбору преподавателя) из драматического произведения, ранее изучаемого в школьных программах, с учетом индивидуальных задач роли.

### Рекомендуемая литература

- Булатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.
- Бескер А. Б.* Театральная педагогика в работе учителя, классного руководителя: учеб. пособие. — М., 2000.
- Ильев В. А.* Технология театральной педагогики в формировании и реализации замысла школьного урока: учеб. пособие. — М., 1993.
- Кристи Г. В.* Воспитание актера школы К. С. Станиславского. — М., 1968.
- Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учеб. пособие / авт.-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.
- Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.
- Петрова А. Н.* Сценическая речь. — М., 1981.
- Петров В. А.* Нулевой класс актера. — М., 1985.
- Станиславский К. С.* Работа над собой в творческом процессе переживания // Собр. соч.: в 8 т. — Т. 1, 2. — М., 1954.
- Энциклопедия педагогических тестов / С. А. Касьянов. — М., 1999.

### ОСНОВЫ МИМИЧЕСКОЙ И ПАНТОМИМИЧЕСКОЙ ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА

Цели занятия: помощь в осознании особенностей своего невербального поведения; понимание экспрессии психических состояний личности; развитие умений педагогически целесообразно выражать свое отношение с помощью невербальных средств общения.

#### Упражнения на развитие умений выражать отношение с помощью невербальных средств общения

Цель упражнений — усиление индивидуальной мотивации в работе над темой.

*Упражнение 1.* «Приветствие». Поприветствовать невербально (рукопожатием и др.) товарищей, двигаясь по кругу и показывая индивидуальное отношение к каждому.

Анализ строится на соответствии замысла и восприятия действия.

*Упражнение 2.* «Передаем предметы». Невербально передать по кругу воображаемый предмет. Тот, кому это передается, должен соответственно принять его и передать далее. В процессе анализа обращается внимание на то, что распознавание и адекватная реакция зависят от открытости личности, ее воображения, эмоционального настроения.

*Упражнение 3.* «Задуманное слово». Группа делится на две подгруппы. Каждая задумывает слово, обозначающее предмет или абстрактное понятие (что сложнее для игры).

Поочередно члены одной подгруппы невербально представляют этот предмет второй подгруппе, а те, в свою очередь, пытаются угадать задуманное слово, опираясь на описательные характеристики.

Эта игра позволяет оценить средства невербального поведения, которыми пользуются студенты, и в какой-то мере понять их манеру общения.

*Упражнение 4.* «Окно». Встаньте друг против друга. Вообразите, что вас и вашего партнера разделяет окно с таким толстым стеклом, что кричать бесполезно: партнер не услышит вас. Однако вам необходимо сообщить ему что-то очень важное, при этом нельзя размахивать руками. Не договариваясь с партнером о со-

держании разговора, попробуйте передать через стекло все, что вам нужно, и получить ответ.

При выполнении этих упражнений важно, чтобы студенты не разыгрывали роль передающего информацию, а действительно пытались выполнить задание, содержание которого составляло бы для них актуальный интерес. Важно также обратить внимание на влияние эмоционального настроения, личного отношения для передачи информации.

### **Упражнения на развитие понимания экспрессии, психического состояния личности**

*Упражнение 5.* Определение эмоционального состояния человека с помощью эталонов невербального поведения. Пользуясь эталонами поведения в состоянии радости, страха и т.п., можно определить эмоциональные состояния, запечатленные на фотографиях.

Чтобы легче было ориентироваться, нужно представить ситуацию, дать ее словесное описание, охарактеризовать поведение каждого из ее участников. Вычленить опознавательные признаки.

*Упражнение 6.* Определение эмоционального состояния через эмпатию. Даются фотографии (или слайды). Нужно охарактеризовать эмоциональное состояние человека, поставив себя в предлагаемую ситуацию, определить ее содержание и понять, какие чувства вызывают данные обстоятельства.

Можно использовать фотографии, фрагменты и отдельные кадры фильмов (с выключенным звуком), чтобы по невербальному поведению восстановить логику действия.

*Упражнение 7.* «Кто это?». Составить заранее характеристику невербального поведения одного из студентов группы. На занятии зачитать ее без указания адресата. Группа определяет, кому она может принадлежать.

*Упражнение 8.* «Зеркало». Направлено на развитие умения понять другого человека с помощью переноса на себя внешнего рисунка его поведения.

Студенты работают в парах. Один из них ведущий. Его задача — мысленно размышлять по поводу выбранной ситуации. Второй является его отражением, т.е. повторяет все движения стоящего перед ним человека. Зеркало отражает не только изменение положения рук, ног, туловища, головы человека, но и его чувства, мельчайшие перемены в его настроении. Для того чтобы воспроизвести малейшее действие, студент должен понять, в каком настроении тот человек, почему он совершает то или иное действие. Это позволяет проникнуть в духовный мир человека, наиболее точно отразить внешний рисунок поведения.

## Упражнения на развитие основ мимической и пантомимической выразительности

Вначале в виде разминки даются небольшие задания, применяемые в социально-психологическом тренинге как психогимнастика. Для стимулирования невербальной активности могут быть предложены любые ситуации.

*Упражнение 9.* «Войди в круг». Все участники, кроме одного, образуют круг. Тот, кто стоит за кругом, с помощью невербальных средств попытается войти в него. Упражнение выполняется быстро, участники меняются местами.

*Упражнение 10.* «Сделай подарок». Все сидят по кругу. По очереди предлагается сделать подарок кому-нибудь из членов группы (или всем). Выполняется невербально.

*Упражнение 11.* «Чувство, с которым я пришел на занятие». Студенты по желанию выражают с помощью мимики и жестов те чувства, с которыми они шли на занятие. Можно представить и чувства, с которыми находишься на занятии.

В анализе упражнений не следует давать оценку выполнения, обращая внимание на возможность различных вариантов, характеризующих определенный стиль поведения. В данном случае важно, как воспринимается человек, выполняющий данное упражнение. Соотношение восприятия группы и удовлетворенности исполнителя может служить основой для размышлений и коррекции своего поведения в целом.

*Упражнение 12.* «Общая мимическая реакция». Упражнение одновременно выполняют все участники, сидя, как обычно, в аудитории и не видя реакции других, что раскрепощает и снимает робость. Преподаватель предлагает ситуацию.

**Ситуация 1.** Начался урок. Вы за столом, открывается дверь, вы смотрите на вошедшего:

- требовательно: «Быстрее садись!»;
- удивленно: «Не ожидал»;
- с досадой: «Отвлекаешь»;
- спрашивая: «Что-нибудь случилось?»;
- укоризненно: «Мешаешь работать»;
- радостно: «Наконец-то!» и т. д.

**Ситуация 2.** Вы вызываете ученика, он заявляет: «Я не выполнил задание». Ваша реакция:

- сочувствуя: «Понимаю, как тебе неприятно»;
- осуждая: «Это недопустимо!»;
- ожидая: «Что будет дальше, чем объяснишь?»;
- готов заступиться: «Да, тебе помешало отсутствие по болезни»;
- удивленно: «Не ожидал такого от тебя»;
- удивленно: «Это уже в который раз!»;
- безразлично: «Меня это не трогает».

При выполнении этих заданий следует описать содержание ситуаций. Проиграть ситуации с позиций учителя и ученика, работая над мимикой.

*Упражнение 13.* «Выражение индивидуальной реакции». В отличие от предыдущего это упражнение выполняется перед аудиторией. Ситуации упрощены. Требуют творчества. Студенты по очереди принимают роль учителя. После выполнения упражнения всей группой выбирается наиболее целесообразный вариант и демонстрируется перед аудиторией. Мы предлагаем примеры ситуаций, предложенных Н. Е. Шурковой, возможны и другие ситуации школьной тематики.

**Ситуация 1.** Вы пишете на доске. Ученики пишут вместе с вами в тетрадях. Вдруг раздается какой-то шум, оборачиваетесь, выражая:

- удивление: «Что случилось?»;
- осуждение: «Кто еще не начал работать?»;
- требование: «Да перестаньте же, пора успокоиться»;
- выжидание: «Я жду тишины»;
- гнев: «Тихо! Нельзя шуметь, когда все работают»;
- страдание: «Как можно шуметь, когда здесь у нас важное дело?!»

**Ситуация 2.** Ученик у доски. Выполнил задание. Ваша реакция:

- спокойная: «Все правильно»;
- радостная: «Молодец!»;
- веселое удовлетворение;
- приятное удивление по поводу такого прекрасного результата;
- удивление: «Ты уверен, что у тебя все правильно?»;
- огорчение и осуждение;
- жесткое осуждение;
- сочувствие и ироническое осуждение;
- сарказм: «Прекрасно!»

Для того чтобы реакция студентов была не только внешней, но и органично выражала внутреннее отношение, полезно предложить им описать причины таких реакций, оправдать вариант выбора воздействия, мысленно дорисовывая обстоятельства классной жизни, выразить свое отношение в виде внутреннего монолога словесно, а затем невербально.

В случае затруднений можно продемонстрировать примеры мимической реакции на слайдах, заранее снятых по данной тематике.

*Упражнение 14.* «Логика невербального поведения». Студентам предлагается самим наметить логику поведения в типичных школьных ситуациях. Выполняется в парах, подключается аудитория.

Например, ситуация «Проверка знаний». Преподаватель слушает ответ ученика у доски и одновременно, добиваясь непре-

ровного педагогического общения со всем классом, стремится невербальными средствами, не мешая отвечающему, подключить к размышлению над ответом всех сидящих за партами. Как учитель реагирует на то, что ученик отвлекается от урока? Это и удивление, и строгий взгляд, и выражение повышенной заинтересованности ответом, и порицание.

Студенты парами готовят предложенные ими ситуации и демонстрируют свои реакции.

### **Моделирование: внутренний монолог**

Студенты выбирают портрет ребенка или юноши (работы И. Репина, В. Серова, Рембрандта и др.).

На основании анализа внешнего вида изображенного на картине человека составляют представление о его внутреннем состоянии. Основной механизм определения эмоционального состояния — эмпатия, чувство. Каждый должен сочинить монолог и представить его аудитории.

Анализ работы студентов строится на характеристике способности адекватно описать мир чувств, мыслей и внешне передать состояние героя портрета.

### **Методика диагностики уровня эмпатических способностей** (по В. Бойко)

1. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.
2. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.
3. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.
4. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться личными проблемами однокурсников.
5. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.
6. Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу».
7. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, учебе, политике со случайными попутчиками в автобусе, поезде, самолете.
8. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
9. Моя интуиция — более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.
10. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности бес тактно.
11. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.
12. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.
13. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.
14. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.



15. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.
16. В общении с однокурсниками обычно стараюсь избегать разговоров о личном.
17. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.
18. Мне легко удается копировать интонацию, мимику людей, подражая им.
19. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.
20. Чужой смех обычно заражает меня.
21. Часто, действуя наугад, я тем не менее нахожу правильный подход к человеку.
22. Плакать от счастья глупо.
23. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.
24. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.
25. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.
26. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуется.
27. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, «разложив по полочкам».
28. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.
29. У меня творческая натура — поэтическая, художественная, артистичная.
30. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.
31. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.
32. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.
33. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.
34. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно поддерживаюсь от расспросов.
35. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей.

### Обработка результатов.

Подсчитывается число ответов, а затем определяется суммарная оценка — уровень эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от 0 до 36 баллов. По нашим предварительным данным можно считать: 30 баллов и выше — высокий уровень эмпатии; 29—22 — хороший; 21—15 — средний; менее 14 баллов — низкий.

### Тест «Что говорят вам мимика и жесты?»

1. Вы считаете, что мимика и жесты — это:
  - а) спонтанное выражение душевного состояния человека в данный конкретный момент;
  - б) дополнение к речи;
  - в) предательское проявление вашего подсознания.

2. Считаете ли вы, что у женщин язык мимики и жестов более выразительный, чем у мужчин?
- а) Да; б) нет; в) не знаю.
3. Как вы здороваетесь с очень хорошими друзьями?
- а) Радостно кричите «Привет!»;
  - б) сердечным рукопожатием;
  - в) слегка обнимаете друг друга;
  - г) приветствуете сдержанным движением руки;
  - д) целуете друг друга в щеку.
4. Какие мимика и жесты, по вашему мнению, означают во всем мире одно и то же? (Дайте три ответа.)
- а) Когда качают головой; б) когда кивают головой; в) когда морщат нос; г) когда морщат лоб; д) когда подмигивают; е) когда улыбаются.
5. Какая часть тела «выразительнее» всего?
- а) Ступни; б) ноги; в) руки; г) кисти рук; д) плечи.
6. Какая часть вашего собственного лица наиболее выразительна, по вашему мнению? (Дайте два ответа.)
- а) Лоб; б) брови; в) глаза; г) нос; д) губы; е) углы рта.
7. Когда вы проходите мимо витрины магазина, в которой видно ваше отражение, на что в себе вы обращаете внимание в первую очередь?
- а) На то, как на вас сидит одежда;
  - б) на прическу;
  - в) на походку;
  - г) на осанку;
  - д) ни на что.
8. Если кто-то, разговаривая или смеясь, часто прикрывает рот рукой, что это значит в вашем представлении?
- а) Ему есть что скрывать;
  - б) у него некрасивые зубы;
  - в) он чего-то стыдится.
9. На что вы прежде всего обращаете внимание у вашего собеседника?
- а) На глаза; б) на рот; в) на позу.
10. Если ваш собеседник, разговаривая с вами, отводит глаза — это для вас признак:
- а) нечестности; б) неуверенности в себе; в) собранности.
11. Можно ли по внешнему виду узнать типичного преступника?
- а) Да; б) нет; в) не знаю.
12. Мужчина заговаривает с женщиной. Он это делает потому, что:
- а) первый шаг всегда делают именно мужчины;
  - б) женщина неосознанно дает понять, что хотела бы, чтобы с ней заговорили;
  - в) он достаточно мужествен для того, чтобы рискнуть получить от ворот поворот.
13. У вас создалось впечатление, что слова человека не соответствуют тем «сигналам», которые можно уловить из его мимики и жестов. Чему вы больше верите?
- а) словам; б) «сигналам»; в) он вообще вызывает у вас подозрение.

14. Поп-звезды вроде Мадонны или Принса направляют публике «сигналы», имеющие однозначно эротический характер. Что, по-вашему, за этим кроется?

- а) Просто филярство;
- б) они «заводят» публику;
- в) это выражение их собственного настроения.

15. Вы смотрите в одиночестве страшную детективную киноленту. Что с вами происходит?

- а) Я смотрю совершенно спокойно;
- б) я реагирую на происходящее каждой клеточной своего существа;
- в) я закрываю глаза при особо страшных сценах.

16. Можно ли контролировать свою мимику?

- а) Да; б) нет; в) только отдельные ее элементы.

17. При интенсивном флирте вы «изъясняетесь» преимущественно:

- а) глазами; б) руками; в) словами.

18. Считаете ли вы, что большинство ваших жестов:

- а) «подсмотрены» у кого-то и заучены;
- б) передаются из поколения в поколение;
- в) заложены в нас от природы?

19. Если у человека борода, для вас это признак:

- а) мужественности;
- б) того, что человек хочет скрыть черты своего лица;
- в) того, что этот тип слишком ленив, чтобы бриться.

20. Многие люди утверждают, что правая и левая стороны лица у них отличаются друг от друга. Вы согласны с этим?

- а) Да; б) нет; в) только у пожилых людей.

### Обработка результатов.

Подсчитайте число очков (см. табл.):

- |  |
|--|
| 1. а — 2, б — 4, в — 3.                      |
| 2. а — 1, б — 3, в — 0.                      |
| 3. а — 4, б — 4, в — 3, г — 2, д — 4.        |
| 4. а — 0, б — 0, в — 1, г — 1, д — 0, е — 1. |
| 5. а — 1, б — 2, в — 3, г — 4, д — 2.        |
| 6. а — 2, б — 1, в — 3, г — 2, д — 3, е — 2. |
| 7. а — 1, б — 3, в — 3, г — 2, д — 0.        |
| 8. а — 3, б — 1, в — 1.                      |
| 9. а — 3, б — 2, в — 2, г — 1.               |
| 10. а — 3, б — 2, в — 1.                     |
| 11. а — 0, б — 3, в — 1.                     |
| 12. а — 1, б — 4, в — 2.                     |
| 13. а — 0, б — 4, в — 3.                     |
| 14. а — 4, б — 2, в — 0.                     |
| 15. а — 4, б — 0, в — 1.                     |
| 16. а — 0, б — 2, в — 1.                     |
| 17. а — 3, б — 4, в — 1.                     |
| 18. а — 2, б — 4, в — 0.                     |
| 19. а — 3, б — 2, в — 1.                     |
| 20. а — 4, б — 0, в — 2.                     |

**77—56 очков.** Bravo! У вас отличная интуиция, вы обладаете способностью понимать других людей, у вас есть наблюдательность и чутье. Но вы слишком сильно полагаетесь в своих суждениях на эти качества, слова имеют для вас второстепенное значение. Если вам улынулись, вы уже готовы поверить, что вам объясняются в любви. Ваши «приговоры» слишком поспешны, и в этом кроется для вас опасность, можно попасть пальцем в небо! Делайте на это поправку, и у вас есть все шансы научиться прекрасно разбираться в людях. А это важно и на работе, и в личной жизни, не так ли?

**55—34 очка.** Вам доставляет удовольствие наблюдать за другими людьми, и вы неплохо интерпретируете их мимику и жесты. Но вы еще совсем не умеете использовать эту информацию в реальной жизни, например для того, чтобы правильно строить свои взаимоотношения с окружающими. Вы склонны, скорее, буквально воспринимать сказанные вам слова и руководствоваться ими. Например, кто-то скажет вам: «Мне с вами совсем не скучно», сделав при этом кислую мину. Но вы поверите словам, а не выражению лица, хотя оно весьма красноречиво. Развивайте интуицию, больше полагайтесь на ощущения!

**33—11 очков.** Увы, язык мимики и жестов для вас — китайская грамота. Вам трудно правильно оценивать людей. И дело не в том, что вы на это не способны, — просто не придаете этому значения, и напрасно! Постарайтесь намеренно фиксировать внимание на мелких жестах окружающих людей, тренируйте наблюдательность. Помните пословицу: «Тело — перчатка для души». Немного понимать душу другого — верное средство самому не попасть в капкан одиночества.

### Рекомендуемая литература

Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадскова, З. А. Шелестова. — М., 1999.

*Булатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.

*Вескер А. Б.* Театральная педагогика в работе учителя, классного руководителя: учеб. пособие. — М., 2000.

*Ильев В. А.* Технология театральной педагогики в формировании и реализации замысла школьного урока: учеб. пособие. — М., 1993.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

*Савостьянов А. И.* Техника речи в профессиональной подготовке учителя. — М., 2001.

## РЕЧЕВАЯ КУЛЬТУРА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Цели занятия: понимание особенностей устной речи; выявление основных характеристик диалогической и монологической речи, своеобразия функционально-смысловых типов речи; ознакомление с основными характеристиками каждого функционального стиля.

## ЗАДАНИЯ

**Задание 1.** Прочитайте данный ниже текст, подготовьте сообщение на тему «Мышление начинается с постановки вопросов». Выступите с этим сообщением перед аудиторией. Используйте средства невербального общения.

Ситуации, которые вынуждают искать новые решения для достижения практических или теоретических целей, называются проблемными. *Проблемная ситуация* воспринимается и осознается человеком как задача, требующая ответа на определенный вопрос. Для мышления осознание вопроса — это как бы сигнал к началу активной мыслительной деятельности. Недаром, когда у ребенка начинает активно развиваться мышление, он становится «почемучкой».

Английский психолог Д. Селли писал, что если бы ему предложили изобразить ребенка в его типическом душевном состоянии, то он нарисовал бы выпрямленную фигуру мальчика, который широко раскрытыми глазами смотрит на какое-нибудь чудо или слушает, как мать рассказывает ему об окружающем мире.

Наверное, учеными, изобретателями, рационализаторами, да и вообще творческими людьми во всех областях жизни становятся взрослые, сохранившие в себе эту пытливість, любознательность, стремление к новому. Печальное зрелище представляет собой человек, у которого нет вопросов. Мне пришлось наблюдать взрослого мужчину, у которого вследствие тяжелой болезни мозга интеллектуальные возможности были резко понижены: он не мог в свое время учиться в массовой школе и едва усвоил грамоту и четыре арифметических действия. Характерно, что его любимым выражением было: «Ясненько, понятненько!»

Осознание вопроса — это первый этап решения задачи. Недаром говорят: «Хорошо поставленный вопрос — половина ответа».

**Задание 2.** Произнесите следующие слова, соблюдая орфоэпические нормы.

Аристократія, бомбардировать, вероисповѣдание, договор, духовник, еретик, звонить, исповѣдание, каталог, кремьнь, манев-

ры, мизёрный, намерение, обеспечение, облегчить, предвосхитить, принудить, сосредоточение, углубить, феномен.

### **Задание 3. Расставьте ударения в следующих существительных.**

Апостроф, бюрократия, значимость, вероисповедание, иконопись, жизнеобеспечение, созыв, упрочение, феерия, каталог, некролог, квартал, игрище, ворожея, толика, христианин, индустрия, мышление.

Сверьте свой вариант постановки ударения по орфографическому словарю. В случае ошибки составьте с этим словом не менее трех предложений (устно), всякий раз обращая внимание на произношение.

## **Упражнения для подготовки речевого аппарата к работе над дикцией**

Цели упражнений — подготовить («разогреть») речевой аппарат к работе, снять или предотвратить возможные мышечные зажимы, ощутить звук в резонаторах.

### **Гимнастика артикуляционно-резонаторного аппарата**

В основу научного обоснования тренировочной гимнастики артикуляционно-резонаторного аппарата положены достижения русской физиологической школы, а также опыт работы автора данного пособия в театральных школах и педагогических вузах.

Занятия следует проводить в проветренном помещении. Тренироваться рекомендуем: утром, до занятий голосом, перед уроком, лекцией и при голосовом утомлении.

При работе в процессе тренировки надо избегать резкой, утрированной артикуляции, так как в основе занятий лежит выработка естественных, плавных движений. В результате тренировки мышцы речевого аппарата должны стать эластичными и свободными.

Первоначальные упражнения, особенно при самостоятельных занятиях, нужно делать перед зеркалом. В дальнейшем, когда запомнятся мышечные ощущения, которые возникают при тренировке, можно обходиться и без зеркала.

В упражнениях включен самомассаж, который широко используется не только в лечебных, но и в профилактических целях — для предупреждения заболеваний, связанных с речевой функцией. Массаж — один из древнейших приемов снятия мышечных зажимов, усталости, он способствует восстановлению здоровья, улучшению обмена веществ, кровообращения. Воздействуя на нервные окончания в полостях, близких к органам речи, он способствует (косвенным путем) лучшему резонированию. Массаж, заключающийся в поглаживании, называется гигиеническим. Массаж, производимый постукиванием пальцами, — вибрационным.

Каждое упражнение следует повторить 5—10 раз.



## Массаж

### 1. Массаж лица.

Положить ладони на лоб так, чтобы кончики пальцев обеих рук касались друг друга. От середины лба нужно производить медленное поглаживание ладонями до околоушной области лица.

Такие же движения производить:

- а) от переносицы к ушам;
- б) от желобка под носом к ушам;
- в) от околоушной области лица к подбородку и обратно;
- г) поглаживать кончиками пальцев вокруг глаз (расходящимся движением от середины лба и снова к середине).

2. Повторить все вышеописанные движения, но уже не поглаживающими движениями, а постукивая пальцами (вибрационный массаж).

### 3. Массаж шеи.

Медленно поглаживать шею ладонями обеих рук сверху вниз:

- а) в области горла, попеременно то правой, то левой рукой;
- б) от околоушной области лица, по боковой части шеи до подмышечных впадин (одновременное движение обеих рук);
- в) положить обе руки на заднюю часть шеи, близкую к затылку (кончики пальцев обеих рук касаются друг друга), затем руки скользят по боковой части шеи до подмышечных впадин.

## Носовое дыхание

При вдохе через нос холодный воздух согревается, сухой — увлажняется, пыль оседает на волосках слизистой оболочки носа. Это предохраняет голосовые связки от охлаждения, сухости и загрязнения. Вдох носом, обеспечивая полное дыхание, не дает вредной для голоса перегрузки. Кроме того, использование носового дыхания предотвращает скапливание слизи в носоглотке и способствует активизации нервно-мышечных тканей носа, принимающих участие в сложном процессе голосообразования и резонирования звука.

1. Рот закрыт. Делается короткий вдох носом, ноздри при этом слегка расширяются; при выдохе средними и указательными пальцами производится легкое похлопывание по ноздрям.

2. Зажать правую ноздрию пальцем, сделать вдох левой ноздрей, затем зажать левую и, отпустив правую, выдыхая, производить легкое похлопывание по ноздре. Повторить это упражнение 5—6 раз, зажимая поочередно то одну, то другую ноздрию.

3. Прodelать предыдущее упражнение, но теперь на выдохе протяжно тянуть звуки «м» и «н». При выдохе слегка постукивать кончиками пальцев то по одной, то по другой, то одновременно по обоим ноздрям.

4. Рот открыт. Сделать вдох через нос, слегка расширяя при этом ноздри, затем постепенно, медленно выдыхать воздух через

рот (нёбная занавеска подтянута вверх). Упражнение повторить несколько раз подряд; рот все время остается открытым.

### Тренировка мышц нёба и глотки

1. Произнести медленно 3—4 раза подряд согласные «к» и «г», затем медленно, беззвучно, почти не открывая рта, но хорошо раскрывая полость зева, произнести 3—4 раза подряд гласные «а», «э», «о».

2. а) Произнести медленно, беззвучно «а, э, о», стараясь шире раскрыть зев, а не рот; затем, повторяя (беззвучно) эти гласные, наклонить голову вниз, до соприкосновения с грудью; потом плавным, медленным движением запрокинуть голову назад (продолжая произнесение гласных);

б) наклонить голову вправо, как бы желая положить ее на плечо, потом плавно наклонить голову влево (в этом положении беззвучно повторяя гласные).

3. а) «Прополоскать» на выдохе рот и горло воздухом, вспомнив, как это делается при полоскании водой, стараясь точно воспроизвести эти движения;

б) слегка погладить ладонями сверху вниз горло и верхнюю часть грудной клетки; затем, похлопывая шею и грудь кончиками пальцев, протяжно тянуть (на выдохе) согласные «м — мь — м — мь — м — мь». При этом твердые «м» плавно переливаются в мягкие «мь» и наоборот (насколько хватает воздуха). Вдох носом.

4. Раскрыть рот (расстояние между зубами — два пальца), произнести звукосочетание «амм...амм...амм...» (звук «а» — тихим, легким шепотом, звук «м» — протяжно, звучно). Повторить это упражнение несколько раз.

### Упражнения для губ

Массаж мышц верхней и нижней губы:

а) поглаживать указательными пальцами обеих рук мышцы верхней губы одновременно с поглаживанием мышц нижней губы средними пальцами (движение от центра губ к уголкам);

б) произносить сочетание согласных «гл», «гн», «вн», подтягивая после каждого сочетания вверх верхнюю губу. Звуки «л», «н», «в» тянуть;

в) произносить сочетания «кс», «гз», «вз», оттягивая вниз нижнюю губу. Щелевые звуки «с», «з» тянуть. При движении губ вверх и вниз прижимать их к деснам.

Для тренировки верхней губы следует применять сочетания «гл», «вл», «кл», «рл», «шл», «дл», «гн», «вн», «тн», «дн», артикуляция которых требует подтянутой верхней губы.

Для тренировки нижней губы рекомендуются сочетания «кс», «гз», «бз».

## Упражнения для языка

1. Расслабить мышцы языка, придав ему форму «лопаты», вытянуть его вперед (на нижнюю губу) и произнести гласные «и», «э», не убирая язык за зубы. Повторить эти гласные 4—6 раз подряд.

2. Приподнять кончик языка и, скользя по твердому нёбу назад, придать ему форму «крючка», затем произнести гласные «о», «у», не меняя положения языка.

3. Протяжно тянуть согласный звук «м», проводя кончиком языка по верхней и нижней деснам (рот раскрыт).

4. Тянуть звук «м», поглаживая при закрытом рте языком слизистую оболочку полости рта (нёбо, внутреннюю сторону щек и губ).

**Вибрационный массаж со звуком** (проверка ощущения звука в резонаторах).

Тянуть поочередно одно из следующих сочетаний: «зм», «зн», «вм», «жн», «гм», «гн», — производя одновременно постукивание: по носу сверху вниз и снизу вверх; вокруг рта и околоушной области лица и по середине носа; от середины лба, вокруг глаз и снова по носу, время от времени прикладывая ладони к лицу для ощущения вибрации, по шее сверху вниз по обеим сторонам до мышечных впадин и верхней части грудной клетки.

## Дополнительные упражнения для исправления недостатков работы частей речевого аппарата

Цель упражнений — исправить недостатки работы нижней челюсти.

1. Произносить сочетания «пай», «бай», «май», «гай», «дай», «тай», медленно отклоняя голову назад при каждом сочетании и в то же время пальцами рук удерживая по возможности подбородок в прямом положении: создается некоторое сопротивление в мышцах челюсти и шеи. На конечном звуке «й» руке «удается» вернуть голову в прямое исходное положение. Прделав это упражнение 2—3 раза, следует произнести эти же сочетания свободно, вслух, проверяя ощущения мышечной свободы и легкости.

2. Медленным движением опускать голову до соприкосновения подбородка с верхней частью грудины, произнося несколько раз сочетание «ма», затем поднять голову и произнести это же сочетание свободно (упражнение повторяется 4—5 раз подряд).

3. Медленным движением, поворачивая голову, коснуться подбородком поочередно то правого, то левого плеча, произнося при этом сочетания «гай» (на «й» коснуться плеча), «кай», «дай», «пай» и т.д. (упражнение повторяется 4—5 раз подряд).

4. Открыть рот. Пальцами фиксировать подбородок у передней части шеи, язык опустить вниз, тянуть звук «н», не меняя положения языка.

5. Массаж нижней челюсти: энергично поглаживать ладонями обеих рук от околоушной области к подбородку и обратно.

### **Упражнения при недостатках работы внутриглоточной артикуляции (глотка, мягкое нёбо, полость зева)**

Цель упражнений — исправить недостатки работы внутриглоточной артикуляции, работы языка и губ.

1. Протяжно тянуть звук «м», со звуком «полоскать горло», запрокидывая при этом голову назад (нижнюю челюсть не выдвигать вперед).

2. Рот слегка открыт, пальцы рук фиксируют положение подбородка около передней части шеи. Произносить медленно, про себя «о — у — а», не меняя положения рта.

3. Перед зеркалом: рассмотреть полость зева, сделать паузу с открытым ртом, закрыть его и протянуть сочетания «дмм...», «гмм...», «змм...».

4. Расширить ноздри и попытаться зевнуть с закрытым ртом.

5. Вдох через нос со втягиванием щек (челюсть опущена, губы сжаты), на выдохе (щеки втянуты) тянуть звук «м».

6. Положить кончик языка на нижнюю губу и, не убирая его, произнести несколько раз подряд звукосочетание «бя».

7. Быстрым движением высунуть язык, затем подтянуть его за зубы и произнести звукосочетание «ас». Повторить это упражнение несколько раз подряд.

8. Тянуть звук «м», поглаживая языком зубы.

9. Произнести несколько раз подряд сочетания согласных, в артикуляции которых принимает участие язык: «ткр», «ркт», «крт», «дрт» и т. д.

10. Тянуть звук «м», вытянув и загнув язык на верхнюю губу.

11. Произвести массаж губ:

а) протяжно тянуть звук «в», постукивая кончиками пальцев (вибрационный массаж) по верхней губе от центра к уголкам губ;

б) протяжно тянуть звук «з», оттягивая вниз губу и массируя ее.

12. Тянуть звук «м», то вытягивая губы трубочкой вперед, то растягивая их в стороны.

13. Произнести несколько раз подряд сочетания согласных, в которых принимают участие губы, сначала без гласных, затем в сочетании с гласными: «мб», «бм», «тв», «вт», «мп», «пм» и т. д.

14. Произнести «м» (губы сомкнуты), произнести «в» (верхняя губа приподнята), произнести «з» (нижняя губа опущена).

Для выработки быстрого, четкого и ясного произношения можно рекомендовать следующий систематизированный материал в стихотворной форме на все согласные звуки.

П—Б

А вон и долгополый —  
Сторонкой за сугроб...  
Что нынче невеселый,  
Товарищ поп?

*А. Блок*

Т—Д

Сяду я за стол —  
Да подумаю:  
Как на свете жить  
Одинокому?  
Нет у молодца  
Молодой жены,  
Нет у молодца  
Друга верного.

*А. Кольцов*

К—Г

Густеет сумрак, и с полей...  
Уходят жницы... Уж умолк  
Вдали и плач и смех детей,  
Собачий лай и женский толк.  
Ушел рабочий караван...  
И тишина легла в полях!..  
Как бесконечный ратный стан,  
Кругом снопы стоят в копнах...

*А. Майков*

Ф—В

Пронзив зигзагами огня  
Густую синеву,  
То вверх взлетают светляки,  
То падают в траву.  
То озарят зеленый куст,  
То лепестки цветов,  
И так становится легко  
От этих светляков.

*А. Гарнакерьян*

М—Н—Л

Здесь я слушал сказанье седого Днепра.  
О, как в душу запало мне слово Днепра!  
Благородство и смелость — основа Днепра,  
Не забуду и прелесть ночного Днепра.

*М. Турсун-заде*

Р

Швед, русский — колет, рубит, режет,  
Бой барабанный, клики, скрежет.  
Гром пушек, топот, ржанье, стон,  
И смерть, и ад со всех сторон.

*А. С. Пушкин*

С—З

Золотые нивы,  
Гладь и блеск озер,  
Светлые заливы,  
Без конца простор,  
Звезды над полями,  
Гладь да камыши ...  
Так и льются сами  
Звуки из души.

*А. Кольцов*

Ш—Ж

Гроза прошла — еще курясь, лежал  
Высокий дуб, перунами сраженный,  
И сизый дым с ветвей его бежал  
По зелени, грозою освеженной.  
А уж давно, звучнее и полней,  
Пернатых песнь по роще раздалася.  
И радуга концом дуги своей  
В зеленые вершины уперлася.

*Ф. Тютчев*

Ч—Щ

Мчатся тучи, вьются тучи;  
Невидимкою луна  
Освещает снег летучий;  
Мутно небо, ночь мутна.  
Сил нам нет кружиться доле;  
Колокольчик вдруг умолк;  
Кони стали... «Что там в поле?» —  
«Кто их знает? Пень иль волк?»

*А. С. Пушкин*

Ц

И одиннадцать месяцев длилась резня,  
И одиннадцать месяцев целых  
Чудотворная крепость, Россию храня,  
Хоронила сынов ее смелых.

*А. Апухтин*

### **Упражнения для одновременной тренировки звучания и движения**

Цель упражнений — тренировка свободного звучания голоса при любых физических действиях (одновременная тренировка звучания и движения).

*Упражнение 1.* «Скакалка». Счет или ритмически совпадающие с режимом прыжков стихотворные тексты произносятся во время прыжков через скакалку. Затем — сразу же в состоянии покоя. Прыжки через скакалку активизируют дыхание и создают



условия для его ритмической организации. При повторении текста без скакалки дыхание не сразу приспосабливается к изменению физической нагрузки и некоторое время продолжается в том же ритме и с той же глубиной, что и при прыжках. Это приводит к некоторой избыточности дыхания, затрудняет регуляцию выдоха.

Движения такой сложности и интенсивности вырабатывают умение организовывать речевой выдох при разных режимах дыхания, позволяют преодолевать затруднения, связанные с физическими нагрузками, нередко возникающими в профессиональной деятельности.

Тройка мчится, тройка скачет,  
Вьется пыль из-под копыт;  
Колокольчик звонко плачет  
И хохочет и звенит.  
По дороге голосисто  
Раздается яркий звон;  
То вдали отбрякнет чисто,  
То застонет глухо он.

*П. Вяземский*

**Упражнение 2.** Присесть на корточки. Прыгать по кругу, произнося текст:

Мороз и солнце; день чудесный!  
Еще ты дремлешь, друг прелестный, —  
Пора, красавица, проснись:  
Открой сомкнуты негой взоры  
Навстречу северной Авроры,  
Звездою севера явись!

*А. С. Пушкин*

Добейтесь синхронности прыжков и речи. Прыжок совпадает с произнесением ударных слогов в словах. Не задерживайте дыхание во время прыжков.

**Упражнение 3.** Наклонить корпус туловища вниз, ходить и искать на полу воображаемый потерянный предмет. При этом действии произносить текст:

Буря мглою небо кроет,  
Вихри снежные крутя;  
То, как зверь, она завоет,  
То заплачет, как дитя.  
То по кровле обветшалой  
Вдруг соломой зашумит,  
То, как путник запоздалый,  
К нам в окошко застучит.

*А. С. Пушкин*

#### Упражнение 4. Вальсируя, одновременно произносите текст:

Во поле березонька стояла,  
Во поле кудрявая стояла.  
Люли, люли стояла,  
Люли, люли стояла.  
В чистом кудрява бушевала,  
В тереме девица горевала,  
Люли, люли горевала,  
Люли, люли горевала.  
Девицу с милым разлучают,  
Девицу с постылым обручают,  
Люли, люли обручают,  
Люли, люли обручают.

#### Упражнения для развития диапазона и силы голоса

Цель упражнений — развить диапазон и силу голоса.

*Упражнение 1.* «Повышение голоса по строчкам». Повышая голос с каждой новой строчкой стихотворения, рассчитайте свой диапазон, начав с удобного низкого уровня и заканчивая на удобном верхнем звуке.

Видел я оперу, слышал я пение Вьетти и Сальви.  
Чудно природа устроила звучную арфу их груди:  
Чистые, полные, сладкие звуки льются свободно,  
Льются и вьются, летят и кружатся, и снова  
В брызгах, в лучах ниспадают блестящею яркою трелью!  
Слышал я плески и ложь, и партера, и самого рая!  
Видел: букеты цветов и венки на счастливых летели!  
Видел и слышал я все и дивился и пенью и слуху —  
Тонкому слуху судей, под холодным родившихся небом!  
Только последнему, правду сказать, не совсем-то я верю!  
Знаю: мы, русские, тоже певучий народ от природы;  
Знаю, однако, и то, что природа дала нам простую  
И заунывную песнь, а не эти скачки и рулады!  
Ты нам родная; а это... одна лишь заморская роскошь!

*М. Дмитриев*

*Упражнение 2.* То же. Начать с удобного верхнего и закончить на удобном низком звуке.

Однозвучно гремит колокольчик,  
И дорога пылится слегка,  
И уныло по ровному полю  
Разливается песнь ямщика.  
Столько грусти в той песне унылой,  
Столько грусти в напеве родном,  
Что в душе моей хладной, остылой  
Разгорелось сердце огнем.  
И припомнил я ночи иные

И родные поля, и леса,  
И на очи, давно уж сухие,  
Набежала, как искра, слеза.  
Однозвучно гремит колокольчик,  
И дорога пылится слегка.  
И замолк мой ямщик, а дорога  
Предо мной далека, далека...

*И. Макаров*

*Упражнение 3. «Повышение и понижение голоса».*

**Головной регистр**

Сквозь волнистые туманы

Пробирается луна,

На печальные поляны

Льет печально свет она.

По дороге зимней, скучной

Тройка борзая бежит,

Колокольчик однозвучный

Утомительно гремит.

**Постепенное понижение голоса**

Что-то слышится родное

В долгих песнях ямщика:

То разгулье удалое,

То сердечная тоска...

**Средний регистр**

Ни огня, ни черной хаты,

Глушь и снег... Навстречу мне

Только версты полосаты

Попадают одна...

**Грудной регистр**

Скучно, грустно... Завтра, Нина,

Завтра к милой возвратясь,

Я забудусь у камина,

Загляжусь не наглядясь.

Звучно стрелка часовая

Мерный круг свой совершит,

И, докучных удаляя,

Полночь нас не разлучит.

**Самый низкий тон**

Грустно, Нина: путь мой скучен.

Дремля смолкнул мой ямщик,

Колокольчик однозвучен,

Отуманен лунный лик.

*А. С. Пушкин*

*Упражнение 4. «Зазывалы». Зазывать народ послушать тексты:*

Я — песельник. Я девок вывожу

В широкий хоровод. Я с ветром ворожу.

Я голосом тот край, где синь туман, бужу,

Я песню длинную прилежно вывожу.  
Ой, дальний край! Ты — пой! Ой, косынку развей!  
Ой, девка, заводи в глухую топь весной!  
Эй, девка, собирай лесной туман косой!  
Эй, песня, веселей! Эй, сарафан, алей!  
Легла к земле косой, туманится росой...  
Ал сарафан — пожар, что девичий загар!

*А. Блок*

Следует добиваться ощущения того, что вы говорите дыханием. Дыхание чистое, быстрое, легкие доборы воздуха.

*Упражнение 5. «Уличные продавцы».*

**Пуговичный разносчик**

Из-за пуговицы не стоит жениться,  
из-за пуговицы не стоит разводиться!  
Нажатие большого и указательного пальца,  
и брюки с граждан никогда не свалятся.  
Голландские, механические,  
самопришивающиеся пуговицы,  
6 штук 20 копеек...  
Пожалте, мусью!

**Разносчик кукол**

Танцующие люди из балетных студий,  
лучшая игрушка в саду и дома,  
танцует по указанию самого наркома!

**Разносчик яблок**

Ананасов!  
Нету...  
Бананов!  
Нету...  
Антоновские яблочки, 4 штуки 15 копеек,  
прикажете, гражданочка!

**Разносчик точильных камней**

Германский небьющийся  
точильный брусок,  
30 копеек любой кусок.  
Точит в любом направлении и вкусе  
бритвы, ножи  
и языки для дискуссий!  
Пожалте, граждане!

**Разносчик абажуров**

Абажуры любой  
расцветки и масти.  
Голубые для уюта,  
красные для сладострастий.  
Устраивайтесь, товарищи!

### Продавец шаров

Шары-колбаски.  
Летай без опаски.  
Такой бы шар  
генералу Нобиле —  
они бы на полюсе дольше побыли.  
Берите, граждане...

### Разносчик селедок

А вот лучшие республиканские селедки —  
незаменимы к блинам и водке!

### Разносчица галантереи

Бюстгалтеры на меху!

### Продавец клея

У нас и за границей,  
а также повсюду  
граждане выбрасывают  
битую посуду.  
Знаменитый Экцельзиор,  
клей-порошок,  
клеит и Венеру,  
и ночной горшок.  
Угодно, сударыня?

### Разносчик духов

Духи Коти на золотники!  
Духи Коти на золотники!

### Продавец книг

«Что делает жена, когда мужа нету дома» —  
сто пять веселых анекдотов бывшего графа Льва Николаевича Тол-  
стого  
вместо рубля двадцати — пятнадцать копеек.

*В. В. Маяковский*

## Упражнения на дыхание и голос

Для проверки навыков, приобретенных во время тренировки дыхания и голоса, мы рекомендуем произносить наиболее удобные звуко сочетания, скороговорки, читать небольшие стихотворные и прозаические тексты, в которых встречаются перечисления и периоды, требующие различного использования выразительных средств голоса.

В этих произведениях интересные мысли, яркие и разнообразные картины заставляют студента смелее использовать диапазон голоса, обращать больше внимания на смену темпа, силы и т. д., на все необходимые будущему учителю выразительные голосовые средства.

Мы предлагаем ряд текстов классических и современных авторов, которые были использованы на уроках по голосу в МПГУ.

Все используемые литературные материалы требуют предварительного логического анализа текста.

### *Слова, содержащие наиболее удобные звуко сочетания*

При открытом, резком звучании голоса вначале лучше использовать для работы слова с гласными звуками «о» и «у».

Если голос у вас звучит глухо и низко, рекомендуем начинать со «светлых» гласных «а», «э», «е», «и».

1. Анна, Алла, Аза; Инна, Ира, ива; Эмма, Элла, эра; Оля, Уля.

2. Арба, орда (просклоняйте эти два слова — каждое отдельно или оба вместе, соединяя их союзом «и»).

3. Амба, дамба, Анды, гранды, банды, гланды, дама, драма, гаммы, граммы, Ужба, дружба... и т. д.

4. Однослоговые слова со звуком:

«а» — лань, ларь, лай, мал, май, рай, грамм, вал, вар, рвань, бань, бал, бар, бай, гам, Гавр, гарь, гай, дар, даль, дань, дай, дам, нам, мавр, вам, лавр, зал, жар, жаль, жарь;

«е» — мел, мель, нем, лень, змей, злей, недр, зебр, жезл, дрель, звень, зверь, дверь, бел, день, лей, млей, рей, брей, зрей, грей, верь;

«и» — лил, сгнил, жил, бил, взвил, двинь, сгинь, линь, Нил, мил, мир, вин, вил, ЗИМ, ЗИЛ, жим, жир;

«о» — лом, взлом, ноль, зной, мол, моль, мор, мой, роль, рой, ром, бром, гром, зол, вол, вор, двор, звон, вой, бой, сбой, бор, боль, дом, Дон, дол, гол, голь;

«у» — МУР, мул, лунь, Лувр, нуль, руль, зубр, бум, Дувр;

«ы» — мыл, ныл, рыл, завыл, выл, вынь, был, сбыл, дым, дыр, дынь;

«ё» — лён, мёл, брёл, вёл, взвёл, свёл;

«я» — мял, глянь, дрянь, взял, вянь и т. п.

### *Скороговорки*

1. Вакул бабу обул, да и Вакулу баба обула.

2. Стоит поп на копне, колпак на попе. Копна под попом, поп под колпаком.

3. Купи кипу пик. Кипу пик купи. Пик купи кипу.

4. Краб крабу сделал грабли. Подал грабли крабу краб: сено граблями, краб, грабь!

5. Кукушка кукушонку купила капюшон. Надел кукушонок капюшон. Как в капюшоне он смешон!

6. Пришел Прокоп, кипел укроп, ушел Прокоп, кипел укроп; как при Прокопе кипел укроп, так и без Прокопа кипел укроп.

7. Бомбардир бонбоньерками бомбардировал барышень.

8. Брит Клим брат, брит Глеб брат, брат Игнат бородат.



9. Два дровосека, два дровокола, два дроворуба говорили про Ларьку, про Варьку, про Ларину жену.

10. На дворе дрова, за двором дрова, под двором дрова, над двором дрова, дрова вдоль двора, дрова вширь двора, не вместит двор дров. Дрова выдворить обратно на дровяной двор!

11. Рапортовал, да не дорапортовал, дорапортовывал, да зарпортовался.

12. Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не выла-вировали.

13. Мамаша Ромаше дала сыворотку из-под простокваши.

14. Расскажите про покупки. Про какие, про покупки? Про покупки, про покупки, про покупочки свои.

15. Сшит колпак, да не по-колпаковски; вылит колокол, да не по-колоколовски. Надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать, надо колокол переколоколовать, перевыколоколовать.

16. Либретто Риголетто.

17. Не жалела мама мыла. Мама Милу мыла мылом. Мила мыла не любила, мыло Мила уронила.

18. Везет Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Саньку в бок, Соньку в лоб, все в сугроб.

19. Из кузова в кузов шла перегрузка арбузов. В грозу в грязи от груза арбузов развалился кузов.

20. Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши. Становись скорей под душ. Смой с ушей под душем тушь. Смой и с шеи тушь под душем. После душа вытрись суше. Шею суше, суше уши и не пачкай уши тушью.

21. В шалаше шуршит шелками желтый дервиш из Алжира и, жонглируя ножами, штуку кушает инжира.

### *Стихотворные тексты*

... Бури грохот, бури свист!  
Вихорь хладный! Вихорь жгучий!  
Бьет меня древесный лист...

*Е. Баратынский*

Луну я взглядом провожал  
По светлым небесам,  
А конь мой весело бежал,  
Он знал дорогу сам.

*С. Я. Маршак*

Летний вечер тих и ясен;  
Посмотри, как дремлют ивы;  
Запад неба бледно-красен,  
И реки блестят извивы.  
От вершин скользя к вершинам,  
Ветр ползет лесною высью,

Слышишь ржанье по долинам?  
То табун несется рысью.

*А. Фет*

Мимо  
баров и бань.  
Бей, барабан!  
Барабан, барабаны!  
Были рабы!  
Нет раба!

*В. В. Маяковский*

### **Прозаические тексты**

<...> Значит, ты принимаешь меня за человека, для которого деньги — это все, за корыстолюбца, за продажную душонку? Так знай, приятель, что предложи ты мне кошелек, наполненный пистолями, и будь этот кошелек в роскошной шкатулке, а шкатулка в драгоценном футляре, а футляр в великолепном сундучке, а сундучок в редкостном поставце, а поставец в великолепной комнате, а комната в приятнейших апартаментах, а апартаменты в дивном замке, а замок в несравненной крепости, а крепость в знаменитом городе, а город на плодоносном острове, а остров в богатейшей провинции, а провинция в цветущей монархии, а монархия в целом мире, — так вот, если б ты предложил мне весь мир, где была бы эта цветущая монархия, этот плодоносный остров, этот знаменитый город, эта несравненная крепость, этот дивный замок, эти приятнейшие апартаменты, эта превосходная комната, этот редкостный поставец, этот прекрасный сундучок, этот драгоценный футляр, эта роскошная шкатулка, в которой лежал бы кошелек, наполненный пистолями, то меня это так же мало интересовало бы, как твои деньги и как ты сам. <...>

*Ж. Б. Мольер*

<...> В 1870-х годах, в те времена, когда не было еще ни железных, ни шоссеиных дорог, ни газового, ни стеоринового света, ни пружинных низких диванов, ни мебели без лаку, ни разочарованных юношей со стеклышками, ни либеральных философов-женщин, ни милых дам-камелий, которых так много развелось в наше время, — в те наивные времена, когда из Москвы, выезжая в Петербург в повозке или карете, брали с собой целую кухню домашнего приготовления, ехали восемь суток по мягкой пыльной и грязной дороге и верили в пожарские котлеты, в валдайские колокольчики и бублики, — когда в длинные осенние вечера нагорали салные свечи, освещая семейные кружки из двадцати и тридцати человек, на балах в канделябры вставлялись восковые и спермацетовые свечи, когда мебель ставили симметрично, когда наши отцы были еще молоды не одним отсутствием морщин и седых волос, а стрелялись за женщин и из другого угла комнаты бросались поднимать нечаянно и не нечаянно уроненные платочки, наши матери носили коротенькие талии и огромные рукава и решали семейные дела выниманием билетиков; когда прелестные дамы-камелии прятались от дневного света, — в наивные времена масонских лож, картинистов, тугенбунда, во времена Милорадо-

вичей, Давыдовых, Пушкиных, — в губернском городе К. был съезд помещиков и кончались дворянские выборы. <...>

*Л. Н. Толстой*

<...> Даже в те часы, когда совершенно потухает петербургское серое небо и весь чиновный народ наелся и отобедал, кто как мог, сообразно с получаемым жалованьем и собственной прихотью, когда все уже отдохнуло после департаментского скрипенья перьями, беготни, своих и чужих необходимых занятий и всего того, что задает себе добровольно больше даже, чем нужно, неутомонный человек, когда чиновники спешат предать наслаждению оставшееся время: кто побойчее, несутся в театр; кто на улицу, определяя его на рассматриванье кое-каких шляпонок; кто на вечер истратит его в комплиментах какой-нибудь смазливой девушке, звезде небольшого чиновного круга; кто, и это случается чаще всего, идет просто к своему брату в четвертый или третий этаж, в две небольшие комнаты с передней или кухней и кое-какими модными претензиями, лампой или иной вещицей, стоявшей многих пожертвований, отказов от обедов, гуляний; словом, даже в то время, когда все чиновники рассеиваются по маленьким квартирам своих приятелей поиграть в штурмовой вист, прихлебывая чай из стаканов с копеечными сухарями, затягиваясь дымом из длинных чубуков, рассказывая во время сдачи какую-нибудь сплетню, занесшуюся из высшего общества, от которого никогда и ни в каком состоянии не может отказаться русский человек, или даже, когда не о чем говорить, пересказывая вечный анекдот о коменданте, которому пришли сказать, что подрублен хвост у лошади фальконетова монумента, — словом, даже тогда, когда все стремятся развлечься, Акакий Акакиевич не предавался никакому развлечению. <...>

*Н. В. Гоголь*

### **Упражнения на развитие дыхания**

1. Произнесите «ха-ха-ха» (3 раза) и «потрясите» при этом звук с помощью рук.

2. Вдохните, задержите дыхание на три счета и выдыхайте на звуке «с», следя за тем, чтобы звук был непрерывным.

3. Сильный вдох через нос. На выдохе считайте, чуть растягивая гласные: «ра-аз, два-а, три-и, четы-ыре» и т.д. до 20.

4. Вдохните, задержите дыхание на один счет и выдыхайте, произнося гласные: «и-э-а-о-у-ы» (или: «и, е, я, е, ю, и»). Это упражнение можно выполнять на сочетаниях согласных и гласных: «ми—мэ, ма—мо, му—мы» и др.

5. Упражнение «Цветочный магазин». Встаньте, сделайте вдох, представьте, что нюхаете цветок. При этом живот выдвигается вперед, ребра расширяются, низ живота произвольно подтягивается. Выдох медленный, плавный. Упражнение повторить 3—4 раза.

6. Упражнение «Свеча». Возьмите узкую полоску бумаги и, представив себе, что это зажженная свеча, дуйте на нее. Выдыхаемая струя воздуха должна быть без резких колебаний — бумажка контролирует ровность выдоха. Вариант этого упражнения: заду-

вайте 3, 5...10 воображаемых свечей на одном выдохе или медленно выдыхая на каждую свечу.

7. Упражнение «Звукоподражание»: а) вдох, свист ветра: «с-с-с-с-с»; б) вдох, шум леса: «ш-ш-ш-ш-ш»; в) вдох, жужжание жука: «ж-ж-ж-ж»; г) вдох, рокот трактора: «р-р-р-р-р».

8. Представьте, что у вас замерзли руки — согрейте их своим дыханием, проверяя, правильное ли у вас дыхание (диафрагмальное-реберное).

9. Вдохнуть и на выдохе произнести 2 строки стихотворения М. Ю. Лермонтова «Русалка». Затем сделать новый вдох и произнести другие 2 строки. И т.д.

Русалка плыла по реке голубой,  
Озаряема полной луной (вдох);  
И старалась она доплеснуть до луны  
Серебристую пену волны (вдох).

10. Вдох на лестничной клетке. На одном выдохе пройти 8—10 ступенек. И так до 3—5-го этажа, делая вдох на каждой лестничной площадке.

### Упражнения на развитие голоса

Исходное положение всех упражнений — сидя, лучше — стоя, еще лучше — лежа. Плечи развернуть, голову держать прямо.

*Упражнение 1.* Сделав глубокий вдох, произнесите плавно и протяжно поочередно согласные звуки «м», «л», «н»: «м-м-м... л-л-л... н-н-н...».

*Упражнение 2.* К согласным «м», «л», «н» поочередно прибавьте гласные «и», «э», «а», «о», «у», «ы» («е», «я», «ё», «ю»):

«мми, ммэ, мма, ммо, мму, ммы, мме, ммя, ммё, ммю»;

«лли, ллэ, лла, лло» и т.д.;

«нни, ннэ, нна, нно» и т.д.

Звуки могут быть заменены счетом от 1 до 10.

Эти упражнения проделываются с постепенным усилением голоса: сначала тихо, затем громче, громко — и, наоборот, с постепенным ослаблением голоса: громко, тише, тихо, очень тихо, шепотом.

*Упражнение 3.* Произнесите звуки «ми, мэ, ма, мо, му, мы», делая короткие паузы между ними (имитация подачи мяча). Сначала произнесите равномерно, затем — убыстряя к концу, в 3-й раз — замедляя.

*Упражнение 4.* Просчитайте от 1 до 10 на одной высоте, затем — повышая голос, а потом — понижая.

*Упражнение 5.* Произнесите слово «Проснись!»: тихо, громко, еще громче, очень громко, стремясь разбудить человека.

*Упражнение 6.* Прочитайте отрывок из «Казачьей колыбельной» М. Ю. Лермонтова, как бы укачивая засыпающего ребенка, постепенно затихая.

Спи, младенец мой прекрасный,  
Баюшки-баю (не очень громко).  
Тихо смотрит месяц ясный  
В колыбель твою (тише).  
Стану сказывать я сказки,  
Песенку спою (еще тише);  
Ты ж дремли, закрывши глазки,  
Баюшки-баю (совсем тихо, но не шепотом).

*Упражнение 7.* Прочитайте стихотворение А. Прянишникова «Гекзаметр».

Первые три строки — шепотом (1-я — слабым, 2-я — сильным, 3-я — еще сильнее);

4-я строка — тихим шепотом;

5-я строка — увеличивая громкость;

6-я строка — с расчетом на 30 человек;

7-я строка — на 100 человек, 8-я — на 200 человек, 9-я — на 300 человек.

Далее — напевно, растягивая гласные.

Со строк «рот не ленись...» читать громко с расчетом на 400 человек.

В 15—16-й строках «промычите» звук «м» («Голоса звук не глуши...»).

Со слов «Прежде чем брать...» — 4 строки — на одном дыхании.

Читайте текст, комбинируя: тише — громче, медленно — быстро, низко — высоко.

### *Гекзаметр*

1. Твердо запомни, что прежде, чем слово начать в упражнении,
2. Следует клетку грудную расширить слегка и при этом
3. Низ живота подобрать для опоры дыхательной звуку.
4. Плечи во время дыхания должны быть в покое, недвижны.
5. Каждую строчку стихов говори на одном выдыханье.
6. И проследи, чтобы грудь не сжималась в течение речи.
7. Так как при выдохе движется только одна диафрагма.
8. Чтение, окончив строку, не спеша с переходом к дальнейшей.
9. Выдержи паузу краткую в темпе стиха, в то же время
10. Воздух сдержи на мгновение, затем уже чтение продолжи.
11. Чутко следи, чтобы каждое слово услышано было.
12. Помни о дикции ясной и чистой на звуках согласных;
13. Рот не ленись открывать, чтоб для голоса путь был свободен;
14. Голоса звук не глуши придыхательным тусклым оттенком —
15. Голос и в тихом звучанье должен хранить металличность.
16. Прежде чем брать упражненья на темп, высоту и на громкость,
17. Нужно вниманье направить на ровность, устойчивость звука:
18. Пристально слушать, чтоб голос нигде не дрожал, не качался.
19. Выдох веди экономно — с расчетом на целую строчку.

20. Собранность, звонкость, полетность, устойчивость, медленность, плавность —

21. Вот что внимательным слухом сначала ищи в упражненье.

*Упражнение 8.* Произнесите тексты в разных регистрах, утрируя звук «м»:

Мед в лесу медведь нашел,  
Мало меду, много пчел.

Мой милый маг, моя Мария,  
Мечтам мерцающий маяк,  
Мятежье марева морские,  
Мой милый маг, моя Мария!  
Молчаньем манит в мутный мрак,  
Мне метит мели мировые,  
Мой милый маг, моя Мария,  
Мечтам мерцающий маяк!

*К. Бальмонт*

### **Упражнения для исправления некоторых недочетов голоса**

*Упражнение 1.* Исправление дрожащего голоса: произнесите на выдохе звуки «м», «н», выдерживая звучание на сонорном согласном, затем коротко произнося гласные: «мми — ммэ — мма — мммо — ммму — ммми, нни — ннэ — нна — нно — нну — нны».

*Упражнение 2.* Исправление глухого и гнусавого голоса: на выдохе произнесите звуки «л», «р»: «лли — ллэ — лла — лло — ллу — ллы, рри — ррэ — рра — рро — рру — рры».

*Упражнение 3.* Исправление монотонного голоса: на одном выдохе тянуть звуки «м», «л», сначала понижая их на 4—5 нот, потом так же повышая.

*Упражнение 4.* Исправление голоса с проносом (носовым оттенком): на выдохе произносить звуки «б», «д», «г» с гласными, как бы взрывая конечный согласный: «бибб — бэбб — бабб — бобб — бубб — быбб» и т. д.

*Упражнение 5.* Чтобы сделать свой голос более звонким и сильным, на выдохе нараспев произнести скороговорки со звуками «б», «м», «н», «з». При этом придавайте голосу различные оттенки: осуждающий, внушающий, призывающий и т. д. Например: «Ммала-анья — болту-унья ммоло-око боллта-ала-а, выбалл-гывала, да не вы-ыболтала-а». Или: «Ззвенит зземля от ззолотого ззноя».

#### *Гигиена и профилактика голоса.*

1. Периодически полоскайте носоглотку отваром трав: зверобоя, шалфея, цветами календулы, листьями мать-и-мачехи; ды-



шите распаренными иглами пихты, сосны, ели, листьями березы и дуба, почками тополя.

2. Не курите! Никотин сушит пластичность связок, появляются сипота и кашель.

3. При сухости полоскайте горло настоем ромашки (1—2 столовые ложки на стакан кипятка).

4. При першении закапывайте в нос или рот 5—6 капель оливкового, персикового, абрикосового масла.

5. При воспалении полоскайте горло фурацилином или эвкалиптовой настойкой через каждые 2—3 часа.

### **Упражнения по отработке дикции**

Все недостатки произнесения звуков можно искоренить с помощью речевой гимнастики. Речевой гимнастике должен предшествовать массаж — один из древнейших приемов снятия мышечных зажимов, усталости. Он способствует восстановлению здоровья, улучшению обмена веществ, кровообращения. Воздействуя на нервные окончания в полостях, близких к органам речи, он способствует косвенным путем лучшему резонированию. Каждое упражнение по самомассажу следует повторять 5—10 раз.

#### **1. Массаж лица:**

1) погладьте лоб кончиками пальцев обеих рук от середины лба по височным впадинам и к ушам;

2) погладьте лицо от спинки носа к ноздрям, сжимая их, затем по нижней части щек и к ушам;

3) на выдохе произнесите звуки «м», «н», поколачивая пальцами по ноздрям;

4) от середины подбородка до ушей погладьте тыльной стороной кисти, затем — от ушей до подбородка ладонями;

5) обхватите шею так, чтобы большие пальцы прижимались к кадыку, движение большими пальцами назад, затем ладонями обеих рук вперед по боковой поверхности шеи.

#### **2. Гимнастика для языка:**

1) упражнение — открыв рот, попеременно касайтесь кончиком языка то верхних, то нижних зубов с внутренней стороны;

2) упражнение «Крестик» — широко открыв рот, сделайте перекрестное движение языком вверх (за зубы), вниз (за зубы), влево (укол кончиком языка в левую щеку), вправо (укол в правую щеку);

3) упражнение «Коврик» — подвернув кончик языка кверху и зацепив его верхними зубами втяните его (как бы свертывая) в полость рта так, чтобы он коснулся мягкого нёба. Зевнув, «разверните» язык;

4) упражнение «Чистим зубы» — откройте рот и кончиком языка потрите из стороны в сторону то за верхними, то за нижними зубами;

5) упражнение «Экскаватор» — придав языку форму «ковша», выдвиньте его как можно дальше вперед и задвиньте как можно глубже в полость рта.

3. *Гимнастика для губ и щек:*

1) упражнение «Полоскание» — катайте воздушный шарик в полости рта, загоняя его то за одну щеку, то за другую, то под верхнюю губу, то под нижнюю;

2) упражнение «Надуваем шарик» — максимально втяните щеки в полость рта, как бы «всасывая» их, затем максимально надуйте;

3) упражнение для верхней губы — губы сомкнуты, на счет раз верхнюю губу, скользя по десне, поднимите вверх. Должны обнажиться верхние зубы, которые прикусывают нижнюю губу;

4) упражнение для нижней губы — губы сомкнуты, на счет «раз» нижняя губа опускается вниз, обнажая нижние зубы, которые прикусывают верхнюю губу.

### **Упражнения по произношению гласных и согласных звуков**

1. Произнесите беззвучно гласные: «и — э — а — о — у — ы».

2. Произнесите беззвучно йотированные гласные: е, ё, ю, я.

3. Произнесите вслух звуки, усиливая голос на каждом последующем: «и — э — а — о — у — ы».

4. Произнесите вслух гласные в разных сочетаниях: «иэ — иа — ио — иу — иы»; «эи — эа — эо — эу — эы»; «аи — аэ — ао — ау — аы»; «ои — оэ — оа — оу — оы»; «уи — уэ — уа — уо — уы».

5. Произнесите согласные вместе с гласными на одном дыхании: «би — би — бип», «бэ — бэ — бэп», «ба — ба — бап», «бо — бо — боп», «бу — бу — буп», «бы — бы — бып»; затем: «пи — пи — пиб», «пэ — пэ — пэб», «па — па — паб», «по — по — поб», «пу — пу — пуб», «пы — пы — пыб» — и так с другими звуками: д — т, ж — ш, з — с, в — ф.

### **Упражнения по артикуляции гласных звуков**

*а, я*

Кто в Москве не бывал, красоты не видал.

Не красна изба углами, а красна пирогами.

На чужой каравай рот не разевай, а пораньше вставай да свой затевай.

На полатах лежать, так ломтя не видеть.

Язык болтает, а голова не знает.

*о, ё*

Один с сошкой, а семеро с ложкой.

Это ёж — его руками не возьмёшь.

Соврёшь — не помрёшь, да вперёд не поверят.

Сороки да чечётки — большие трещотки.

На языке мёд, а под языком — лёд.

*и, ы*

С родной земли умри — не сходи.  
Поспешить — людей насмешись.  
Тише кричи — бояре на печи.  
Лихо не лежит тихо.  
Если бы да кабы, так росли бы во рту бобы.

*у, ю*

Терпенье и труд все перетрут.  
Глупый осудит, умный рассудит.  
Без наук, как без рук.  
Кто языком штурмует, немного навоюет.  
Беды мучат, да уму учат.  
Юлил, юлил, да не выюлил.

*е*

Ел не ел, а за обедом посидел.  
Лес сечь — не жалеть плеч.  
Велик телом, да мал делом.  
Кто сеет да веет, тот не обеднеет.  
Лень лени за ложку взяться, а не лень лени обедать.

### Упражнения по артикуляции согласных звуков

*п — б, п' — б'*

Лучше врага бить, чем битым быть.  
Фаддей, не робей — робких жизнь не любит.  
На народ плевать — себе в глаза попадешь.  
От топота копыт пыль по полю летит.  
Купи кипу пик, пик кипу купи.  
Пришел баран, прибежал баран. Прободал барабан, и пропал барабан.

*ф — в, ф' — в'*

Все за одного, один за всех.  
Каков Савва, такова ему и слава.  
Фараонов фаворит на сапфир сменял нефрит.  
У Феофана Феофаныча три сына Митрофаныча.  
Верзила Вавила весело ворочал вилы.

*т — д, т' — д'*

Ткет ткач ткани на платки Тане.  
Труд человека кормит, а лень портит.  
В темноте и гнилушка светит.  
Друг — ценный клад, недругу никто не рад.  
На языке мед, а под языком лед.  
Не сиди сложа руки, так не будет и скуки.  
Делу время, потехе час.

*к — г — х, к' — г' — х'*

Люди пахать, а мы руками махать.  
На горе гогочут гуси, под горой горит огонь.  
Около кола колокола.  
Возле горки на пригорке жили 33 Егорки.

Кукушка кукушонку купила капюшон, как в капюшоне он смешон.  
С кем хлеб-соль водишь, на того и походишь.  
У елки иголки колки.  
Уходили Сивку крутые горки.  
Всегда говорится, что лгать не годится.

*м — н, м' — н'*

На мели мы лениво налима ловили.  
Где хотенье, там и уменье.  
Раньше начнешь — раньше и кончишь.  
Сын-то он мой, а ум у него не свой.  
Мама Милу мыла мылом, Мила мыло не любила.  
Звала по малину Марина Галину.

*р — л, р' — л'*

Валерий кавалерию раскрасил акварелью, карьерой кавалерия скачет у Валерия.  
На словах — что на гусях, а на деле — что на балалайке.  
У Фили пили, Филю и побили.  
Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.  
Всех скороговорок не перескороговоришь, не перевыскороговоришь.  
Сшит колпак не по-колпаковски,  
Вылит колокол не по-колоколовски —  
Надо колпак переколпаковать,  
Надо колокол перевыколоковать.  
Мамаша Ромаше дала сыворотку из-под простокваши.  
Рад кавалергард, что едет на парад,  
Парад кавалергардов, все кавалергарды в кокардах.  
На горе Арарат растет крупный виноград.  
Крыса в риге грызла рис.  
Брит брат Клим, брит Глеб брат, а брат Игнат бородат.  
На дворе трава, на траве дрова, не руби дрова на траве двора.

*с — з, с' — з'*

У осы не усы, не усища, а усики.  
На семеро саней по семеро в сани уселись сами.  
От зорьки до зорьки моряки на вахте зорки.  
У Сени и Сани в сетях сом с усами.  
Резиновую Зину купили в магазине,  
Резиновую Зину в корзине принесли.  
Шел козел с косою козой, шел козел с босою козой.  
Шла коза с косым козлом, шла коза с босым козлом.

*ш — ж, щ — ж'*

Тише, мыши, кот на крыше.  
Слишком много ножек у сороконожек.  
Сто одежек — и все без застежек.  
Жужжит жужелица, жужжит, кружится.  
Два щенка щекой к щеке щиплют щетку в уголке.  
Щипцы да клещи — вот наши вещи.  
В шалаше лишь шмель шумит, там, свернувшись, Саша спит.  
Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Молодец против овец, а против молодца и сам овца.

Пословица недаром молвится.

Цапля чахла, цапля сохла, цапля сдохла.

По Чите течет читинка.

Хочешь есть калачи, не сиди на печи.

В четверг четвертого числа в четыре с четвертью часа четыре черненьких черномазеньких чертенка чертили черными чернилами чертеж чрезвычайно чисто.

**Задание 4.** Прочитайте фрагмент статьи В. Ф. Доники «Методические разработки к теме “Логопедическая работа при обучении грамоте”»<sup>1</sup> и выделите последовательность этапов работы над произношением согласного звука.

1. *Подготовительная работа.*

Знакомство со звуком «р».

Рассказ «Самолеты».

Юрин папа работал на Севере. Однажды папа прилетел на самолете в гости. Юра с мамой поехали на аэродром встречать папу. Когда самолет стал спускаться, Юра услышал шум мотора: «р-р-р-р».

— Ребята, как гудит мотор самолета? (Сначала дети отвечают по отдельности, затем все вместе хором.)

2. *Артикуляция звука.*

— У кого дома есть щенок? А как он рычит? («Р-р-р-р») Поработаем язычком: кончик упирается в верхние зубки, ротик широко раскрыт, язычок дрожит. Произнесем: «р-р-р-р...»

3. *Произношение звука.*

а) Твердо: «ра, ры, ар, ор, ир, гра, тро, ара»;

б) мягко: «ри, ре, ря, ре, рю».

4. *Узнавание звука в словах.*

— Дети, я назову слова, а вы узнайте слова со звуками [р], [р'], поднимите руку, потом хором скажем это слово (рама, окно, рот, зубы, рука, нога, рыба, окунь, сыр, сад и т. д.).

5. *Шутки-скороговорки.*

Ря-ря-ря — синие моря; рю-рю-рю — репу я варю; арь-арь-арь — новый букварь; ри-ри-ри — горят фонари; ре-ре-ре — санки на горе; ра-ра-ра — высокая гора и т. д.

6. *Закрепление звука.*

Где растут морковь, помидоры, огурцы? Чем рубят дрова? Чем мы пишем? Чем мы рисуем? Чем мы раскрашиваем картинки? Где идет пароход? Где купаются дети?

7. *Скороговорки.*

Шел Егор через двор, нес топор чинить забор.

Роет земля старый крот, разрывает огород.

<sup>1</sup> Начальная школа. — 1990. — № 7.

Проворонила ворона вороненка.  
В декабре, в декабре вся деревня в серебре.

## Психотехника

*Упражнение 1.* «Самолеты». Посчитайте до 10, представив, что: а) летят вражеские самолеты; б) собираете грибы; в) считаете деньги; г) детская считалочка; д) осталась минута до взрыва; е) дети в детском саду выражают тревогу; и т.д.

*Упражнение 2.* На подтекст. Произнесите фразу «Аня вышла замуж»: а) сообщите важную новость; б) похвалите; в) обрадуйте; г) огорчите; д) вызовите зависть; е) посплетничайте.

*Упражнение 3.* На подтекст. Произнесите фразу: а) «Ну и денек был!» (огорченно, насмешливо, устало, разочарованно); б) «Ах, это ты?» (удивленно, разочарованно, безразлично, недовольно, радостно); в) «Скоро лето» (будут каникулы, начнутся сельскохозяйственные, возможны изменения в жизни, будет невыносимо жарко); г) «Свет погас» (предупредите, напугайте, заинтересуйте, удивите, сообщите факт).

*Упражнение 4.* На дикцию и подтекст. Произнесите скороговорку: «Шалуныя-мартышка сидит на вышке и бросает оттуда шишки»: а) похвалите за ловкость; б) обидьтесь, так как больно; в) пристыдите за баловство.

*Упражнение 5.* На воображение. Расскажите, какая картина возникает у вас перед глазами при слове «осень». Опишите зрительные, слуховые и осязательные ощущения при этом.

*Упражнение 6.* На воображение. Нарисуйте словами портрет своего (лучше отсутствующего на занятии) товарища так, чтобы его узнали, чтобы стали ясны основные черты его характера, отличительные детали в его одежде, манере держаться, а также ваше отношение к нему.

*Упражнение 7.* Найдите неодушевленные предметы в аудитории на букву *м* (*n*, *c*), запишите их. Кто больше найдет?

*Упражнение 8.* Опишите здание, известное всем в Москве, не называя его. Остальные отгадывают, что это за здание.

*Упражнение 9.* Произнесите фразу «Я возвращался домой полями» со следующим подтекстом: а) я бежал, так как было опасно; б) хотел насладиться запахами поля; в) хотелось прийти домой позднее, чтобы избежать объяснений.

*Упражнение 10.* Прочитайте текст со следующими подтекстами: призывая, умоляя, упрасывая.

### Базар

В ларьках овощных на прилавках не пусто:  
Огурцы, помидоры, капуста,  
Морковь, баклажаны, укропа пучок...



Картошка, редиска, зеленый лучок.  
И репчатый лук, и капуста цветная,  
Вот хрен, кольраби и тыква большая...  
Салат, сладкий перец, чеснок, кабачки,  
Петрушки душистой есть корешки.  
В продаже и редька, и репа...  
Что надо?  
Иди — покупай! Будем рады!  
Можно купить самый нежный товар,  
Перед вами красивый цветочный базар:  
Гиацинты, нарциссы, ромашки, тациты,  
Львиный зев, незабудки, анютины глазки...  
Обратите вниманье на формы и краски!  
Астры белые, красные маки, тюльпаны,  
Гвоздика... роскошные канны...  
Олеандры, жасмины, фиалки, мимоза,  
Георгины, настурция, нежные розы...  
Флоксы, левкой, пионы...  
Чудо такое нельзя обойти!  
Надо красу вам с собой унести!!!  
А здесь для детей продаются игрушки:  
Скакалки, мячи, заводные лягушки,  
Машины, тачанки, корабль, самолеты...  
Нарядные пуклы, посуда, лопатки.  
Пушистые птички, лохматые мишки,  
Вот вертятся, прыгают быстро мартышки!  
Жирафы, слоны, полосатые тигры.  
А вот хитроумные разные игры...  
Подходи — выбирай.  
Играя, наш мир для себя открывай!

*Упражнение 11.* Произнесите стихотворение «Базар» в разных тональностях и с разной громкостью: выкрикивая, вполголоса, шепотом.

*Упражнение 12.* Познакомьтесь с фрагментом из пособия Н. М. Соловьевой «Практикум по выразительному чтению» (М., 1976. — С. 15—17). Воспроизведите предлагаемые здесь упражнения.

«Среди многих задач разных видов тренинга, — пишет С. Гиппиус, — самой важной считал он (К. С. Станиславский) разработку и совершенствование психофизической техники актера, воспитание “поислушных” психических навыков и умений...» Видение, подвижная эмоциональная сфера и легко откликающаяся эмоциональная память, воля, обеспечивающая способность действовать словом, — все это необходимо для теща.

На первом же занятии предлагаем упражнение, с тем чтобы студенты практически познакомились со всеми названными навыками и умениями. «Пусть каждый из нас произнесет фразу: “Откройте скорее”, — говорит преподаватель. — Представьте себе, что вы приехали из отпуска. У вас

хорошее настроение: отпуск был проведен очень удачно. Погода была прекрасная, море синее, компания веселая... Кто-то подходит к двери и спрашивает: «Кто там? Отвечайте!» Несколько человек произносят фразу, каждый говорит, конечно, по-своему... Уточним ситуацию. Кто подошел к двери? Например, младшая сестра. Как будем ей говорить — просить или требовать?

...А теперь переменяем обстановку. Вы выехали в хорошую погоду, а приехали домой — здесь дождь и прохладно. Плащ уложен в чемодан, думали добежать, а дождь-то усилился, вы промокли, а тут еще дверь не сразу открывают. Нетерпение проявляется в голосе. Кто-то жалобно просит, кто-то сердито требует. Пытаются переставлять слова: «Скорее откройте!» Но это не разрешается. Игра должна идти быстро, весело, 10—15 минут...

Теперь подытожим. Каким образом вы выражали ваше нетерпение, жалобу или веселое настроение, каким способом вы добивались, чтобы вам быстрее открыли дверь? Слова ведь оставались одни и те же. Вы действовали словом с помощью интонации. Вы торопили, чтобы вам скорее открыли дверь, пустили в дом. Но почему же вы так спешили? Для чего вам нужно было поскорее попасть домой? Причины и цели при разных обстоятельствах были разные...

В зависимости от условий, характера группы и фантазии преподавателя можно предлагать студентам другие задания, например: «Разрешите мне...», «Прочти это письмо», «Едем завтра или нет?», «Будет  $-25^{\circ}$  ( $+30^{\circ}$ )».

### Рекомендуемая литература

Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Г. Ф. Посадкова. — М., 1999.

Булатова О. С. Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.

Василенко Ю. С., Токман А. С. О профориентации и профотборе лиц, готовящихся к вокально-речевой профессии. — М., 1973.

Вескер А. Б. Театральная педагогика в работе учителя, классного руководителя: учеб. пособие. — М., 2000.

Заседателев Ф. Ф. Научные основы постановки голоса. — М., 1937.

Ильев В. А. Технология театральной педагогики в формировании и реализации замысла школьного урока: учеб. пособие. — М., 1993.

Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учеб. пособие для высшего управленческого персонала / авт.-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие для пед. спец. высш. учеб. заведений / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Савостьянов А. И. Техника речи в профессиональной подготовке учителя. — М., 2001.

## ИСКУССТВО УСТНОГО И ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

Цели занятия: понимание особенностей устной речи; выявление основных характеристик диалогической и монологической речи, своеобразия функционально-смысловых типов речи; ознакомление с основными характеристиками каждого функционального стиля.

## ЗАДАНИЯ

**Задание 1. Познакомьтесь с толкованием слова «красноречие».** Можно ли считать слова «риторика» и «красноречие» синонимами? Если нет, то почему? Если да, то во всех ли значениях или только в некоторых, в каких? Какое значение имеет первая часть слова «красноречие»? Можно ли это слово употребить с отрицательной оценкой?

*Красноречие* — 1. Способность, умение говорить красиво, убедительно; ораторский талант. Искусная речь, построенная на ораторских приемах; ораторское искусство. 2. (Устар.) Наука, изучающая ораторское искусство; риторика.

**Задание 2. Познакомьтесь с характеристиками индивидуальных речевых типов, предложенными С. Ф. Ивановой<sup>1</sup>. К какому типу вы относитесь? Определите, что вам необходимо для совершенствования речевых способностей.**

*Рационально-логический тип.* К этой группе относятся люди, эмоциональная сфера которых часто остается скрытой от постороннего взгляда, хотя их сдержанность вовсе не означает отсутствия эмоциональности. Они больше склонны к анализу явлений, к рассуждениям и строгой аргументированности своих и чужих поступков. Их подготовка к любому высказыванию отличается последовательным отбором и строгой систематизацией материалов, обдумыванием и разработкой подробного плана. Этот выношенный план как бы «сидит у них внутри», и, как правило, ораторы такого типа во время выступления не пользуются им. Их часто заботит другое: как бы свою речь сделать более яркой, эмоциональной и какие подобрать примеры, иллюстрирующие и аргументирующие основную мысль, чтобы заинтересовать аудиторию. Наблюдения показывают, что чаще всего «логиками» бывают люди сангвинического темперамента (*сангвиник* — человек с заметной

<sup>1</sup> Специфика публичной речи. — М., 1978.

психической активностью, быстро отзывающийся на окружающие события, стремящийся к частой смене впечатлений, сравнительно легко переживающий неудачи и неприятности, живой, подвижный, с выразительной мимикой и движениями).

*Эмоционально-интуитивный тип.* Люди этого типа говорят страстно, увлеченно, пересыпая свою речь остротами и каламбурами, но не всегда могут уследить за жесткой логической последовательностью речи и «свести концы с концами». Ораторы этого типа, если не запасутся строгим планом, учитывающим жесткие временные рамки, могут «занестись», потерять мысль и в результате свести на нет эффект своей блистательной речи — остается впечатление эмоциональной болтовни. План своих выступлений пишут не всегда, считая, что он их сковывает. Наблюдается совпадение эмоционального типа оратора с холерическим темпераментом (*холерик* — человек очень энергичный, способный отдаваться делу с особой страстностью, быстрый и норовистый, склонный к бурным эмоциональным вспышкам и резким сменам настроения, со стремительными движениями).

*Философский тип.* Люди, относящиеся к этой группе, труднее всего поддаются описанию, так как бывают более или менее эмоциональны, более или менее склонны к анализу; иногда бывают очень организованны в своей работе, а иногда без всякой видимой организации раскапывают какой-нибудь один вопрос, добиваются до корня и вдруг, как лучом света, озаряют все найденной идеей. Всех их объединяет, несмотря на частные индивидуальные различия, одна общая черта — стремление к исследованию, глубокому осмыслению явлений прямо на глазах у слушателей, желание и умение вовлечь в этот процесс аудиторию. И все же следует подчеркнуть, что в речи индивидуальность «философов» выражена слабо, так как в людях этого типа с разной мерой преобладают проявления и способность к анализу, и внутренняя эмоциональность, и даже лиризм. Чаще всего эту группу составляют люди флегматического темперамента (*флегматик* — человек невозмутимый, с устойчивыми стремлениями и настроением, с постоянством и глубиной чувств, с равномерностью действий и речи, со слабым внешним выражением душевных состояний).

*Лирический, или художественно-образный, тип.* Натуры художественные мыслят более образами, чем логическими категориями, хотя это вовсе не означает, что логика в их рассуждениях отсутствует. Глубокая эмоциональность, своеобразный лиризм, внутреннее волнение, острая впечатлительность, проникновенность — вот черты, характерные для людей этого типа, хотя в частных проявлениях ораторы этого рода могут довольно сильно отличаться друг от друга. Чаще всего этот тип имеет в своей основе характер меланхолический, утонченный (*меланхолик* — человек впечатлительный, с глубокими переживаниями, легко ранимый, но внеш-

не слабо реагирующий на окружающее, со сдержанными движениями и приглушенностью речи).

**Задание 3. Познакомьтесь с различными классификациями ораторских речей. Определите, что является основанием каждой классификации.**

Речь бывает трех родов; иные отличались в каком-нибудь отдельном роде, но очень мало кто во всех трех одинаково, как мы того ищем. Были ораторы, так сказать, велеречивые, обладавшие одинаково величавой важностью мыслей и великолепием слов, сильные, разнообразные, обильные, важные, способные и готовые волновать и увлекать души, причем одни достигали этого речью резкой, суровой, грубой, незавершенной и незакругленной, а другие — гладкой, стройной и законченной. Были, напротив, ораторы сухие, изысканные, способные все преподавать ясно и без пространности, речью меткой, отточенной и сжатой; речь этого рода у некоторых была искусна, но не обработана и намеренно уподоблялась речи грубой и неумелой, а у других при той же скудости достигала благозвучия и изящества и бывала даже цветистой и умеренно пышной. Но есть также расположенный между ними средний и как бы умеренный род речи, не обладающий ни изысканностью вторых, ни бурливостью первых, смежный с обоими, чуждый крайности обоих, входящий в состав и того и другого, а лучше сказать, ни того ни другого; слог такого рода, как говорится, течет единым потоком, ничем не проявляясь, кроме легкости и равномерности: разве что вплетет, как в венок, несколько бутонов, приукрашивая речь скромным убранством слов и мыслей (Цицерон. Оратор).

**Задание 4. Познакомьтесь с характеристиками разных видов ораторской речи в зависимости от общей целевой установки<sup>1</sup>. В чем специфика каждого вида речи?**

Общая цель может заключаться в том, чтобы развлечь, информировать, воодушевить, убедить, призвать к действию. В известной мере мыслимо и сочетание этих целей. Например, речь развлекательного порядка иной раз не обойдется без информации и даже без элементов воздействия. Речь, склоняющая к действию, не будет иметь успеха, если она не занимательна, не поучительна, не вдохновляет и не убеждает. Но оратор должен ясно представлять себе, какая же из общих установок является преобладающей, и в соответствии с этим строить свою речь.

**1. Развлекательная речь.** Такая речь не содержит иной цели, кроме заключающейся в ней самой. Она сама по себе должна развлечь и потешить слушателя. Можно было бы сказать, что ее цель просто поддержать внимание и интерес слушателя, но здесь име-

<sup>1</sup> См.: *Сопер П.Л.* Основы искусства речи. — М., 1992.

ется в виду занимательность — интерес как самоцель. Ее часто слышишь на банкете и в иной обстановке, где люди встречаются, чтобы в приятном общении провести время.

2. **Информационная речь.** Задача информационной речи не только пробудить любознательность, но и дать новое представление о предмете. Она может быть повествованием, описанием, объяснением. *Повествование* — это движение; *описание* расчленяет предмет, показывает его частности и придает им наглядный вид, как на картине; *объяснение* показывает, каков предмет в действии и каково его устройство. Во всех информационных речах преобладает какая-либо одна из этих характерных черт.

Информационная речь должна отвечать следующим требованиям:

- а) в ней не должно быть ничего спорного;
- б) она должна вызывать пытливость;
- в) она должна удовлетворять запросы слушателя;
- г) сообщение должно быть актуально.

3. **Воодушевляющая речь.** Агитационные речи можно разбить на три группы: речи с целью воодушевить, речи с целью убедить и речи с целью вызвать активную реакцию. На деле эти три вида общих целевых установок нередко частично перекрывают друг друга. Большинство речей с целью убедить вызывают действенные порывы, как и речи, склоняющие к действию. Сплошь и рядом бывает трудно сказать, где кончается ясное постижение вопроса и возникают изменившееся убеждение и потребность действия.

Тем не менее многие речи лучше всего определить как речи с целью внести ясность в вопрос, подчеркнуть его значение и воодушевить слушателя, так как их главная цель не в том, чтобы представить новые данные, переубедить или вызвать действие. Большинство речей на политических или спортивных собраниях, выступления с приветствиями, с оценкой заслуг и в ознаменование событий и явлений, а также беседы по вопросу о значении моральных и общественных ценностей, проповеди, по сути, представляют собой воодушевляющие речи.

4. **Убеждающая речь.** Убедить — значит логическими доводами доказать или опровергнуть какое-либо положение. Это чисто логическая задача. На практике такую речь рассматривают как агитационную, в которой любыми методами — логическими или иными — оратор убеждает соглашаться с ним в спорном вопросе. Но хотя такая речь стремится определить образ мышления и поведения, она не представляет собой призыва к непосредственному действию.

5. **Речь, призывающая к действию.** Слушателя призвали к действию: новому, продолжению или прекращению прежнего. Следовательно, его убедили. Призыв к действию бывает прямым и косвенным; действие может наступить когда-нибудь или немедленно. Но имеются в виду действия слушателей, а не отсутствующих.



Агитационной речи свойственны отличительные черты других речей: она должна содержать необходимые фактические данные, пробуждать психическую восприимчивость, приводить к согласию. Сверх того, ей присущ неотъемлемый и характерный только для нее элемент: она должна заставить слушателя почувствовать потребность сделать то, о чем его просит оратор.

**Задание 5.** Изучите схему «Композиционное построение речи». Какова задача каждой композиционной части выступления? Какие приемы привлечения внимания, с вашей точки зрения, наиболее действенны? Как вы понимаете требование максимальной лаконичности?

### Композиционное построение речи

Части выступления	Приемы привлечения внимания
<b>I. Вступление</b>	
Задачи:	
1) пробудить интерес к теме предстоящего разговора;	Обращение.
2) установить контакт;	Изложение цели выступления, обзор главных разделов темы.
3) подготовить слушателей к восприятию выступления;	Сопереживание.
4) обосновать постановку вопроса.	Изложение парадоксальной ситуации.
Основное условие — максимальная лаконичность.	Апелляция к интересам аудитории.
<b>II. Главная часть</b>	
Задачи:	
1) последовательно разъяснить выдвинутые положения;	Сочувствие.
2) доказать их правильность.	Апелляция к событиям.
Подвести слушателей к необходимым выводам.	Апелляция к географическим или погодным условиям.
	Апелляция к речи предыдущего оратора.
	Апелляция к авторитетам или известным источникам.
	Апелляция к личности оратора.
<b>III. Заключение</b>	
Задачи:	
1) суммировать сказанное;	Юмористическое замечание.
2) повысить интерес к предмету речи;	Вопросы к аудитории.
3) подчеркнуть значение сказанного;	Риторический вопрос.
4) поставить задачи;	Вопросоответный ход рассуждений.
5) призвать к непосредственным действиям (в митинговой речи).	

**Задание 6. Прочитайте начало двух выступлений. Определите вид каждой речи. Допишите каждое выступление.**

1. Новый год для студентов, особенно первокурсников, радостен уже потому, что несет как дорогой подарок — сессию.

Ведь сессия — это соревнование между экзаменатором и экзаменуемым в том, кто, что, кому докажет. Иногда побеждает преподаватель, которому удается убедить сдающего, что он что-то знает и заслуживает положительной оценки. Но бывает и обратное: победителем оказывается студент, который успешно и аргументированно доказывает, что он мало знает и рад будет повторить приятную для обоих встречу. Замечу, деканат второй вариант не одобряет.

2. Кого из вас удивят такие сентенции: «К несчастью, мир теперь не таков, каким был прежде. Все хотят писать книги, и дети не слушаются родителей»? Уверена, все с этим согласны. Однако написано это на знаменитом «Папирусе Присса» 6 тыс. лет назад.

Вот пример «вечной» проблемы, проблемы «отцов и детей».

Помимо вечных проблем каждая эпоха ставит перед человечеством проблемы специфические, характерные для данного времени. Что же это за проблемы?

**Задание 7. Считаете ли вы удачными следующие способы заключения речи? Ответ обоснуйте.**

1. «Я сознаю, что мне не удалось объяснить все так, как следовало бы, но все же...»; «Мне неприятно наводить на вас скуку еще какими-нибудь подробностями, но, заканчивая речь, я хотел бы еще добавить, что...».

2. «Жизнь прожить — не поле перейти»; «Без труда не вытянешь и рыбку из пруда»; «Любишь кататься, люби и саночки возить».

3. «Как вы видите, изменить (исправить) ничего нельзя...»; «Мы можем только ждать и надеяться на удачное стечение обстоятельств...».

4. «Это все»; «Я уже все сказал»; «Это конец моей речи».

**Задание 8. Напишите текст выступления, включив в него одно или несколько из приведенных ниже изречений.**

1. Старая мудрость гласит: много говорить и много сказать — не одно и то же. 2. Учитель не тот, кто учит, а тот, у кого учатся.

3. У мудрости есть граница, глупость же безгранична (Я. Райнис).

4. Смелые мысли играют роль передовых шашек в игре: они гибнут, но обеспечивают победу (Гете). 5. Живи с людьми так, чтобы твои друзья не стали твоими недругами, а недруги стали друзьями (Пифагор).

6. Смех — это солнце: оно прогоняет зиму с лица человека (В. Гюго). 7. Лень — это ржа ума и тела; ключ, которым часто пользуются, всегда блестит, как новый (Б. Франклин).

8. Когда человек не знает, к какой пристани он держит путь, для него ни один ветер не будет попутным (Сенека). 9. Представьте себе, какая была

бы тишина, если бы люди говорили только то, что знают (К. Чапек). 10. Что самое общее для всех? — Надежда, ибо если у кого и ничего нет, то она есть (Фалес). 11. Вступающие в брак должны глядеть во все глаза до брака и держать их полузакрытыми после (М. Скудери).

**Задание 9.** Прослушайте ораторское выступление в массовой аудитории. Обратите внимание, удалось ли оратору установить контакт со слушателями. Как они реагировали на слова оратора? Расскажите, какими приемами установления контакта пользовался оратор. Представьте письменный отзыв об этом выступлении.

**Задание 10.** Познакомьтесь с вопросами для самоконтроля. Они послужат вам ориентиром в процессе подготовки различных видов публичных выступлений и помогут определить степень готовности к выступлению.

#### Вопросы для самоконтроля

1. Отражает ли название темы речи ее содержание?
2. Действительно ли меня интересует тема выступления?
3. Достаточно ли я знаю по данной проблеме?
4. Убежден ли я в том, о чем буду говорить?
5. Соответствуют ли тема и цель моей речи уровню знаний, интересам и установкам слушателей?
6. Могу ли я четко сформулировать главную идею своего выступления?
7. Легко ли воспринимаются фактический материал и статистические данные?
8. Каким методом изложен материал?
9. Нет ли нарушений логической последовательности в изложении материала?
10. Готовит ли вступительная часть речи к восприятию основного материала?
11. Убедительно ли заключение? Есть ли обобщающие выводы?
12. Правильно ли распределен материал по времени?
13. Какие вопросы могут возникнуть у слушателей?
14. Владею ли я материалом выступления? Проведены ли тренировки?

#### Рекомендуемая литература

- Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадскова, З. А. Шелестова. — М., 1999.
- Булатова О. С. Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.
- Васильева А. Н. Основы культуры речи. — М., 1990.
- Введенская Л. А., Павлова Л. Г. Культура и искусство речи. — 2-е изд. — Ростов н/Д, 1999.
- Вежицкая А. Язык, культура, познание. — М., 1997.

*Карнеги Д.* Как выработать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. — М., 1989.

*Клюев Е. В.* Речевая коммуникация: учеб. пособие для университетов и вузов. — М., 1998.

Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учеб. пособие / авт.-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.

*Михальская А. К.* Основы риторики. Мысль и слово: учеб. пособие. — М., 1996.

*Михневич А. Е.* Ораторское искусство лектора. — М., 1984.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

*Панасюк А. Ю.* Как победить в споре, или Искусство убеждать. — М., 1998.

*Пешков И. В.* Введение в риторику поступка. — М., 1998.

*Скворцов Л. И.* Язык, общение и культура. — Л., 1990.

*Соколова В. В.* Культура речи и культура общения. — М., 1996.

*Сопер П. Л.* Основы искусства речи. — М., 1992.

## МАСТЕРСТВО ПЕДАГОГА В УПРАВЛЕНИИ СОБОЙ. ОСНОВЫ ТЕХНИКИ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Цели занятия: формирование представлений о возможности управления рабочим самочувствием, способах его создания; ознакомление с элементами техники аутогенной тренировки; воспитание потребности заниматься психофизической саморегуляцией.

### Методы и техника регуляции своего самочувствия

Так как эмоциональное напряжение сопровождается напряжением мышц, то регулировать самочувствие можно, снимая мышечное напряжение. Чтобы лучше ощутить состояние расслабления, следует предварительно потренироваться в напряжении отдельных групп мышц и последующем их расслаблении.

*Упражнение 1.* «Расслабление и напряжение мышц руки». Встаньте прямо, поднимите руки вперед, пальцы сожмите в кулак, одновременно напрягая мышцы кистей, предплечий, плечей (3—4 с). Не забудьте при этом о мысленном действии (вы хотите быть сильным, крепким, ваши мышцы сильно напряжены). А теперь расслабьтесь: руки свободно падают вниз, совершая маятникообразные движения.

*Упражнение 2.* «Использование слова для релаксации». Концентрируем внимание и даем самоприказы: «Внимание на руки! Мои пальцы расслаблены... Мои пальцы и кисти расслаблены... Мои предплечья и плечи расслаблены... Мое лицо спокойно и неподвижно...»

Нужно знать, напряжение каких мышц вызывает та или иная эмоциональная реакция. Так, при эмоции страха в наибольшей мере напрягаются артикулярные и затылочные мышцы, на расслабление их и нужно обратить внимание, испытывая это состояние.

*Упражнение 3.* «Использование представлений для расслабления». Яркое представление о каком-либо объекте способно вызывать соответствующие объекту ощущения и реакцию организма. Например, сильное волнение можно снять, если представить себя (желательно несколько раз) отвечающим на экзамене без волнения. Конечно, это трудно и не всегда удается, в таком случае могут помочь сюжетные представления на цветном фоне: луг, речка, море, гладь воды.

*Упражнение 4.* «Контроль тонуса мимических мышц». Это упражнение помогает не только придать лицу спокойный вид, но и

добиться внутренней гармонии, успокоения. Текст может быть следующим: «Мое внимание останавливается на моем лице. Мое лицо спокойно. Мышцы лба расслаблены. Мышцы глаз расслаблены. Мышцы щек расслаблены. Губы и зубы разжаты. Рот растянут в улыбке. Мое лицо, как маска». Вместе с улыбкой мы ощущаем, как уходит напряжение в лице и во всем теле.

*Упражнение 5.* «Контроль и регуляция темпа движения и речи». Наряду с мышечной скованностью эмоциональное возбуждение может проявиться в возрастании темпа движений и речи, суетливости. Избежать этого помогут следующие задания:

а) плавно и медленно сжимать и разжимать пальцы рук, плавно и медленно переводить взгляд с одного предмета на другой, так же писать, идти, говорить;

б) использовать в тренировке чередование быстрого и медленного, плавного и резкого темпа. Например, 2—3 мин делать все (собирать разбросанные книги, писать на доске и т.д.) замедленно и плавно, затем 1—2 мин — быстро и резко, имитируя суетливость и нервозность. Далее опять медленно и т.д. Так же читать отрывки хорошо знакомых произведений.

Эти упражнения, построенные на темповом контрасте, помогают регулировать эмоциональное состояние, поскольку оно оптимизируется под влиянием размеренного и частого ритма.

*Упражнение 6.* «Контроль и регуляция дыхания». Так как наше дыхание и эмоциональное состояние взаимосвязаны, то контроль и регуляция первого могут способствовать саморегуляции второго. Наблюдения показывают, как меняется дыхание в эмоциональных состояниях: ровное дыхание у спящего, глубокое — у задумавшегося, учащенное — у волнующегося, «раздутые ноздри» у гневающегося.

Вдох при диафрагмальном дыхании производится через нос. Вначале воздухом при расслаблении и слегка опущенных плечах наполняются нижние отделы легких, живот при этом все более и более выпячивается. Затем вдохом последовательно поднимаются грудная клетка, плечи и ключицы. Полный выдох выполняется в той же последовательности: постепенно втягивается живот, опускаются грудная клетка, плечи, ключицы. Это стабилизирует эмоциональное состояние.

*Упражнение 7.* «Использование библиотерапии». Прочитать стихотворение, прозу. Обсудить, какие чувства вызывает данное произведение.

*Упражнение 8.* Использование музыки в сочетании со зрительными образами. Просмотреть слайдовую программу на музыкальном фоне. После просмотра описать свое состояние.

*Упражнение 9.* Имитационная игра. Войти в класс в образе завуча, директора. Проследить, как меняется внутренний настрой.



## **Упражнения на снятие мышечного напряжения, внушение в состоянии релаксации**

(подобраны преподавателем Полтавского пединститута  
Т. Г. Дмитренко)

*Упражнение 1.* «Поза релаксации» (поза кучера на дрожках). Сесть на стул, наклонить туловище немного вперед, слегка согнуть спину, опустить голову на грудь, бедра расправить под прямым углом друг к другу. Предплечья свободно лежат на бедрах, кисти рук свободно свисают. Мышцы максимально расслаблены. Глаза закрыты. Мысленным взором «пробежаться» по всем мышцам тела, проверяя, достаточно ли они расслаблены. Начинать нужно с мышц лица, с освоения «маски релаксации».

*Упражнение 2.* «Маска релаксации». Подаются команды (самоприказы): «Мышцы лба расслаблены; все морщины на лбу разглажены (чтобы прочувствовать расслабление этой группы мышц, можно предварительно для контраста напрячь их, на вдохе подняв брови, как это бывает при удивлении, и на выдохе опустив); брови расслаблены (нахмурить брови и тут же расслабить); веки расслаблены; мышцы щек расслаблены; челюсти разжаты, нижняя челюсть свободно опущена вниз; губы расслаблены, на лице лежит печать глубокого сладкого сна».

Итак, между выражением лица и психическим состоянием существует прочная обратная связь, внешнее выражение расслабленности и покоя влечет за собой соответствующие изменения состояния.

*Упражнение 3.* «Полный физический покой». Цель: максимально расслабить мышцы тела, снять все мышечные зажимы. Основные формулы: «Я расслабляюсь», «Полный физический покой». Подаются команды (самоприказы): «Покой, полный физический покой; я расслабляюсь; мышцы шеи расслаблены; плечи расслаблены (плечи опускаются); мышцы рук, предплечья, кисти расслаблены; руки кажутся плетями, брошенными на колени; мышцы спины расслаблены; живот расслаблен».

Взгляд медленно скользит по телу, проверяя, все ли мышечные зажимы убраны, опускается по мышцам ног: «Ноги расслаблены: расслабляются бедра, раскрепощаются коленные суставы, расслабляются мышцы голени, стопы; каждый мой мускул расслаблен и вял; покой, полный физический покой». В момент расслабления вообразите картину отдыха: вы отдыхаете на пляже (в саду...): «Я отдыхаю, мне приятно состояние полного физического покоя».

Вывод: с помощью самоприказов и представлений вы можете внушить себе состояние полного физического покоя.

*Упражнение 4.* «Полный психический покой». Цель: максимально успокоиться, снять возбуждение и нервное напряжение. Основные формулы: «Полный психический покой», «Покой, как одеяло, укутывает меня». Подаются команды: «Отдых; все мыс-

ли ушли; только покой; покой, как мягкое одеяло, укутывает меня; я совершенно спокоен; полный психический покой».

**Вывод:** на фоне общего физического расслабления вы можете с помощью самоприказов и представлений внушить себе состояние полного психического покоя.

**Упражнение 5.** «Тяжесть правой руки». Цель: добиться максимального расслабления мышц, а для этого необходимо научиться вызывать ощущение мышечной тяжести в правой руке (потом во всем теле). Основная формула: «Правая рука тяжелая». Подаются команды (самоприказы): «Моя правая рука тяжелая; я чувствую тяжесть в правой руке; кончики пальцев тяжелые; кисть правой руки тяжелая». Можно использовать следующие образные представления: «Рука наливается свинцом и постепенно тяжелеет; правая рука тяжело давит на колено; я чувствую тяжесть в предплечье, в плече; вся правая рука тяжелая».

**Вывод:** это упражнение еще раз демонстрирует, как с помощью самоприказов и представлений можно внушить себе самые различные состояния.

**Упражнение 6.** «Выход из состояния релаксации». Идет счет до 10, на каждый второй счет подаются команды (самоприказы): «Раз, два — вы хорошо отдохнули; три, четыре — тяжесть правой руки прошла; пять, шесть — бодрость во всем теле; семь, восемь — настроение бодрое; девять, десять — открыть глаза и улыбнуться». Энергично дается команда: «Потянитесь, сядьте прямо! Сплетите пальцы рук перед собой! Выверните кисти ладонями наружу. С полным вдохом поднимите руки со сплетенными пальцами над головой. С резким выдохом опустите руки» (2—3 раза).

## **Коллективное составление программы самовнушения**

(упражнения подобраны Т. Г. Дмитренко)

Следует руководствоваться следующими правилами:

- формула должна быть четкой и лаконичной;
- формула не должна содержать отрицательной части «не»;
- необходимо соблюдать последовательность формул («Я хочу быть спокойным и уверенным, я могу быть спокойным и уверенным, я буду спокойным и уверенным, я спокоен и уверен!»).

### **Примерные программы самовнушения**

1. Для оптимизации настроения: «Я собран и уравновешен; у меня приподнятое, радостное настроение; я хочу быть активным и бодрым; я могу быть активным и бодрым; я активен и бодр; я хочу (могу; буду) чувствовать энергию и бодрость; я жизнерадостен и полон сил; я оптимист».

2. Для отдыха: «Я спокоен; я совершенно спокоен; я хорошо отдыхаю и набираюсь сил; отдыхает каждая клеточка моего организма; отдыхает каждый мускул; отдыхает каждый нерв; свежесть

и бодрость наполняют меня; я собран и внимателен; впереди плодотворный день; я отдыхаю».

3. Для самонастройки на предстоящий экзамен: «Я чувствую себя уверенно; настроение приподнятое; голова ясная; я совершенно собран; мыслю четко; я хочу (могу, буду) отвечать легко, четко, ясно».

4. Для настройки на профессиональный стиль поведения на уроке, для преодоления неуверенности, скованности в общении с классом: «Я совершенно спокоен; я вхожу в класс уверенно; чувствую себя на уроке свободно и раскованно; владею собой; мой голос звучит ровно, уверенно; я могу хорошо провести урок; настроение бодрое; мне самому интересно на уроке; мне интересно учить ребят; мне есть что рассказать детям; я спокоен и уверен в себе».

**Микропреподавание:** управление собой в ситуации «Дети, давайте поговорим о...».

В ходе проведения микропреподавания студенты-слушатели должны описать состояние выступающего перед аудиторией товарища. В свою очередь выступивший студент описывает свое физическое и психическое состояние во время микропреподавания. Сравниваются самоотчет выступавшего и отчеты слушателей.

На этом занятии у студентов формируются следующие умения:

- выбирать и использовать различные способы саморегуляции сообразно ситуации и индивидуальным особенностям студентов;
- снимать мышечные зажимы;
- концентрировать внимание на разных группах мышц;
- составлять формулу самовнушения;
- управлять рабочим самочувствием в начале общения.

### Рекомендуемая литература

*Бадмаев Б. Ц., Малышев А. А.* Психология обучения речевому мастерству. — М., 1999.

Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадскова, З. А. Шелестова. — М., 1999.

*Булатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.

*Вежбицкая А.* Язык, культура, познание. — М., 1997.

*Карнеги Д.* Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. — М., 1989.

*Клюев Е. В.* Речевая коммуникация: учеб. пособие. — М., 1998.

*Михневич А. Е.* Ораторское искусство лектора. — М., 1984.

*Овчарова Р. В.* Справочная книга школьного психолога. — М., 1996.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

*Панасюк А. Ю.* Как победить в споре, или Искусство убеждать. — М., 1998.

*Сворцов Л. И.* Язык, общение и культура. — Л., 1990.

*Соколова В. В.* Культура речи и культура общения. — М., 1996.

## МАСТЕРСТВО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ

Цели занятия: формирование мастерства общения, понимание его структурных компонентов, определение личностных качеств в процессе общения.

### Тест 1. Умеете ли вы излагать свои мысли?

Инструкция. На каждый из приведенных вопросов следует ответить «да» или «нет».

1. Заботитесь ли вы о том, чтобы быть понятым?
2. Подбираете ли вы слова, соответствующие возрасту, образованию, интеллекту и общей культуре собеседника?
3. Обдумываете ли вы форму изложения мысли, прежде чем высказаться?
4. Ваши распоряжения достаточно кратки?
5. Если собеседник не задает вам вопросов после того, как вы высказались, считаете ли вы, что он вас понял?
6. Достаточно ли ясно и точно вы высказываетесь?
7. Следите ли вы за логичностью ваших мыслей и высказываний?
8. Выясняете ли вы, что было непонятно в ваших высказываниях? Побуждаете ли задавать вопросы?
9. Задаете ли вы вопросы собеседникам, чтобы понять их мысли и настроение?
10. Отличаете ли вы факты от мнений?
11. Стараетесь ли вы опровергнуть мысли собеседника?
12. Стараетесь ли вы, чтобы собеседники всегда соглашались с вами?
13. Используете ли вы профессиональные термины, далеко не всем понятные?
14. Говорите ли вы вежливо и дружелюбно?
15. Следите ли вы за впечатлением, производимым вашими словами?
16. Делаете ли вы паузы для обдумывания?

Обработка результатов.

По 1 баллу начислите за ответ «нет» на 5, 11, 12, 13 вопросы и по 1 баллу за ответ «да» на все остальные вопросы.

Сумма баллов означает:

**12 — 16 баллов** — отличный результат;

**10 — 12 баллов** — средний результат;

**меньше 9 баллов** — плохой результат.

## Тест 2. Коммуникабельны ли вы?

**Инструкция.** На каждый из приведенных вопросов следует ответить «да», «нет», «иногда».

1. Вам предстоит ординарная деловая встреча. Выбивает ли вас из колеи ее ожидание?

2. Не откладываете ли вы визит к врачу до тех пор, пока станет уже совсем неумоги?

3. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на какую-либо тему на совещании, собрании или тому подобном мероприятии?

4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. Постараетесь ли вы избежать этой командировки?

5. Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

6. Раздражаетесь ли вы, если незнакомец на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, сказать, который час, и т. д.)?

7. Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?

8. Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть 30 руб., которые занял несколько месяцев назад?

9. В ресторане либо в столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?

10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, театральной кассе). Предпочтете ли вы отказаться от своего намерения, нежели встать в очередь и томиться в ожидании?

12. Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13. У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких «чужих» мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?

14. Услышав где-то в «кулуарах» высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете ли вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

16. В какой форме вы предпочитаете излагать свою точку зрения (мнение, оценку) — письменной или устной?

### Обработка результатов.

Ответ «да» — 2 балла; «иногда» — 1 балл; «нет» — 0 баллов. Общее число баллов суммируется и по классификатору определяется, к какой категории людей вы относитесь.

**30—32 балла** — вы явно некоммуникабельны. Близким людям с вами нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь стать общительнее, контактнее, контролируйте себя.

**25—29 баллов** — вы неразговорчивы, предпочитаете одиночество, и поэтому, наверное, у вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой, но не ограничивайтесь одним неудовольствием, в вашей власти преломить эти особенности характера. Разве не бывает так, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете «вдруг» полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19—24 балла** — вы общительны, в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают, и все же с новыми людьми вы сходитесь с оглядкой, в спорах и дискуссиях участвуете неохотно.

**14—18 баллов** — у вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими и отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми, в то же время вы не любите шумных компаний, а экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

**9—13 баллов** — вы весьма общительны, любопытны, разговорчивы и любите высказываться по разным вопросам. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя и не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Однако вам недостает усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами, но при желании вы сможете себя заставить не отступать.

**4—8 баллов** — вы, должно быть, очень общительны, всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие в дискуссиях. Охотно высказываетесь по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя далеко не всегда можете успешно довести его до конца. По этой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами!

**3 балла и менее** — ваша коммуникабельность чрезмерна. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Людям — и на работе, и дома, — трудно с вами. Вам нужно поработать над собой и своим характером. Прежде всего воспитайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительнее относитесь к людям.



Конечно, не следует абсолютизировать результаты теста. Однако если вы считаете необходимым проводить самоанализ хотя бы на основе вопросников подобного типа, то это уже само по себе говорит о желании понять и устранить затруднения, связанные с налаживанием контактов с окружающими.

### Тест 3. Приятно ли с вами общаться?

Инструкция. Ответьте, пожалуйста, «да» или «нет» на следующие вопросы.

1. Вы больше любите слушать, чем говорить?
2. Вы всегда можете найти тему для разговора даже с незнакомым человеком?
3. Вы всегда внимательно слушаете собеседника?
4. Любите ли вы давать советы?
5. Если тема разговора вам неинтересна, станете ли вы показывать это собеседнику?
6. Раздражаетесь ли, когда вас не слушают?
7. У вас есть собственное мнение по любому вопросу?
8. Если тема разговора вам не знакома, станете ли ее развивать?
9. Вы любите быть в центре внимания?
10. Есть ли хотя бы три предмета, по которым вы обладаете достаточными знаниями?
11. Вы хороший оратор?

#### Обработка результатов.

За каждый ответ «да» на вопросы 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11 начислите по 1 баллу и подсчитайте сумму.

**1—3 балла** — вы или молчун, из которого не вытянешь ни слова, или очень общительны. Однако общаться с вами не всегда просто, а порой даже трудно. Следует над этим задуматься.

**4—8 баллов** — вы, может быть, и не слишком общительный человек, но почти всегда внимательный и приятный собеседник. Вы можете быть и весьма рассеянным, когда не в духе, но не требуете от окружающих в такие минуты особого внимания к вашей персоне.

**9—11 баллов** — вы, наверное, один из самых приятных в общении людей. Вряд ли друзья могут без вас обойтись. Это прекрасно, но возникает вопрос: не приходится ли вам много играть, как на сцене?

### Тест 4. Уровень владения невербальными компонентами в процессе делового общения

Инструкция. Подтвердите или опровергните приведенные утверждения («да» или «нет»).

1. Собеседники часто обращают мое внимание на то, что я говорю слишком громко или слишком тихо.

2. Во время разговора я порой не знаю, куда деть руки.
3. Я чувствую неловкость в первые минуты знакомства.
4. Почти всегда предстоящее общение с незнакомым человеком вызывает у меня тревогу.
5. Я часто бываю скован в движениях.
6. В течение 10-минутной беседы я не могу обойтись без того, чтобы к чему-либо не прислониться или на что-либо не облокотиться.
7. Я обычно не обращаю внимания на мимику и движения партнера, сосредоточиваясь на его речи.
8. Я стараюсь ограничить круг своего делового общения несколькими хорошо знакомыми мне людьми.
9. При разговоре я часто верчу что-либо в руках.
10. Мне трудно скрыть внезапно возникшие эмоции.
11. Во время деловых бесед я стараюсь полностью исключить мимику и жестикуляцию.

### Обработка результатов.

Чем меньше утвердительных ответов (ответов «да»), тем лучше человек владеет невербальными средствами общения.

Если даны 11 отрицательных ответов («нет»), это не означает, что можно пренебречь невербальными методами. Внимательно наблюдая за собой и собеседниками, можно обнаружить много интересных, информативных моментов, которые ранее ни о чем не говорили, зато теперь способны значительно облегчить вашу профессиональную деятельность.

### Тест 5. Умеете ли вы слушать?

**Инструкция.** Вам предлагается ответить на 10 вопросов. За ответ «почти всегда» начисляется 2 балла; «в большинстве случаев» — 4 балла; «иногда» — 6 баллов; «редко» — 8 баллов; «почти никогда» — 10 баллов.

1. Стараетесь ли вы «свернуть» беседу в тех случаях, когда тема (или собеседник) не интересны вам?
2. Раздражают ли вас манеры вашего партнера по общению?
3. Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать вас на резкость или грубость?
4. Избегаете ли вступать в разговор с неизвестным или малознакомым человеком?
5. Имеете ли привычку перебивать говорящего?
6. Делаете ли вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете о другом?
7. Меняете ли тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто ваш собеседник?
8. Меняете ли тему разговора, если собеседник коснулся неприятной для вас темы?
9. Поправляете ли человека, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова, названия, вульгаризмы?

10. Позволяете ли вы себе снисходительно-менторский тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к тому, с кем говорите?

### Обработка результатов.

Подсчитайте сумму баллов.

Чем больше баллов, тем в большей степени развито умение слушать. Если набрано более 62 баллов, то умение слушать выше среднего уровня. Обычно средний балл — 55. Если оценка ниже, то вам стоит последить за собой при разговоре.

### Тест 6. Тип темперамента

**Инструкция.** Ответьте «да» или «нет» на следующие вопросы.

1. Вы часто стремитесь к новым впечатлениям, к тому, чтобы «встряхнуться», испытать возбуждение?
2. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые вас понимают, могут ободрить или утешить?
3. Вы человек беспечный?
4. Правда ли, что вам очень трудно отвечать «нет»?
5. Задумываетесь ли вы перед тем, как что-нибудь предпринять?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, не считаясь с тем, что вам это не выгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно вы говорите и действуете быстро, не раздумывая?
9. Часто ли вы чувствуете себя несчастным?
10. Сделали бы вы почти все, что угодно, на спор?
11. Возникает ли у вас чувство смущения, когда вы хотите заговорить с симпатичным незнакомым человеком противоположного пола?
12. Бывает ли, что вы выходите из себя, злитесь?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
16. Легко ли вас обидеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компаниях?
18. Бывают ли у вас мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?
19. Верно ли, что иногда вы полны энергии так, что все горит в руках, а иногда совсем ничего не хочется делать?
20. Предпочитаете ли вы иметь друзей меньше, но более близких вам?
21. Часто ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли вы дать волю чувствам в компании?
26. Считаете ли вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли вы, сделав что-нибудь важное, испытываете чувство, что могли бы сделать это лучше?

29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?
32. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то предпочитаете об этом прочитать в книге, нежели спросить?
33. Бывают ли у вас приступы сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
35. Бывает ли, что вас «бросает в дрожь»?
36. Вы всегда платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, которая требует от вас быстроты действия?
40. Волнуетесь ли вы по поводу каких-то неприятных событий, которые могли бы произойти?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на работу или на свидание?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случай побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Вы чувствовали бы себя очень несчастным человеком, если бы длительное время были лишены широкого общения с людьми?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые вам явно не нравятся?
49. Можете ли вы сказать, что вы весьма уверенный в себе человек?
50. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли вы от бессонницы?

### Обработка результатов.

Чтобы определить тип темперамента, необходимо полученные ответы сверить с «ключом».

### Ключ к ответам

**1. Шкала экстраверсии — интроверсии:** начислите по 1 баллу за ответ «да» на вопросы: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56; «нет» — на вопросы: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Интроверсия: 0—12 баллов. Экстраверсия: 13—24 балла.

2. **Шкала эмоциональной стабильности—эмоциональной нестабильности:** начислите по 1 баллу за каждое «да» на вопросы: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Эмоциональная стабильность (устойчивость): 0—12 баллов; эмоциональная нестабильность (неустойчивость): 13—24 балла.

3. **Уровень вашей искренности:** начислите по 1 баллу за каждое совпадение: «да» на вопросы: 6, 24, 36; «нет» на вопросы: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если совпадений меньше четырех, результат тестирования достоверный.

Экстравертам свойственны общительность, импульсивность, прямолинейность в суждениях, ориентация на внешнюю оценку. Интровертам присущи необщительность, закрытость, склонность к самоанализу, осторожность.

Эмоционально устойчивые люди не склонны к беспокойству, устойчивы к внешним воздействиям. Эмоционально нестабильные — чувствительны, тревожны, эмоциональны, склонны расстраиваться по мелочам.

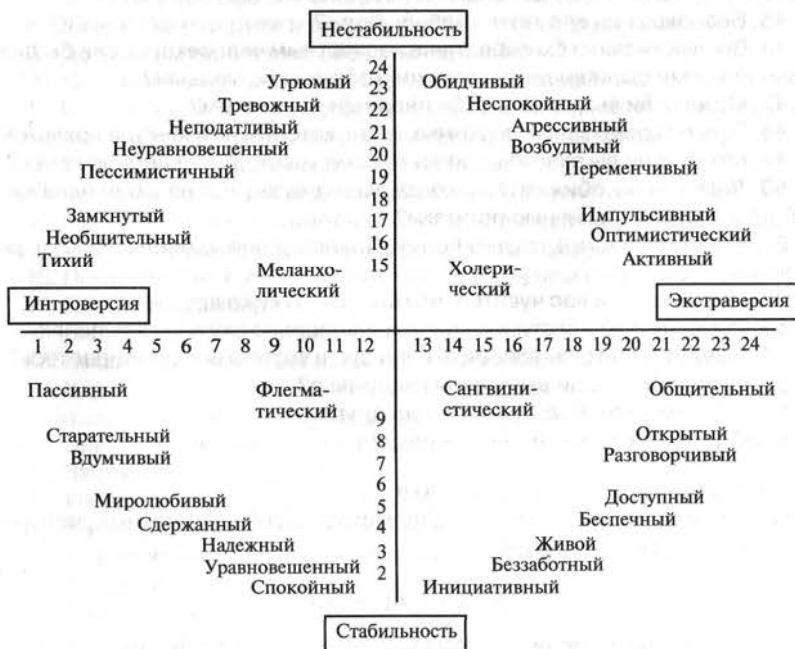


Схема 3. Круг Айзенка

Полученные в результате обработки данные отразите в «Круге Айзенка» (схема 3).

### Тест 7. Волевой ли вы человек?

**Инструкция.** Вам предлагается ответить на 15 вопросов. За каждый ответ «да» поставьте 2 балла, за ответ «не знаю» — 1 балл, за ответ «нет» — 0.

1. Способны ли вы, если надо, встать утром с постели, как бы рано это ни было?
2. Каждое ли утро вы делаете зарядку?
3. Стремитесь ли вы соблюдать режим дня?
4. Как бы вам ни мешали, можете ли вы на занятиях не отвлекаться и делать то, что требуется?
5. Осуждаете ли вы, хотя бы про себя, тех, кто опаздывает или пропускает занятия и мешает учиться другим?
6. Всегда ли вы выполняете домашние задания, пусть даже самостоятельно?
7. Выполняете ли вы поручение, которое вам не совсем приятно?
8. Читаете ли вы дополнительно рекомендованную литературу, если это делать не обязательно?
9. Способны ли вы без напоминаний принимать лечение по предписанию врача?
10. Попав в конфликтную ситуацию, находясь на грани того, чтобы с кем-то поссориться, можете ли вы этого не сделать?
11. Есть ли такие дни и часы, в которые вы любите заниматься одним и тем же делом?
12. Если вы начали что-то делать, но потом поняли, что это неинтересно, доведете ли начатое до конца?
13. Можете ли отказаться от самой интересной телепередачи или кинофильма, если у вас срочное и важное дело?
14. Всегда ли вы выполняете свои обещания?
15. Регулярно ли вы анализируете свое поведение, поступки и делаете ли из этого определенные выводы?

### Обработка результатов.

Подсчитайте свои баллы. Их сумма будет свидетельствовать о том, насколько вы волевой человек.

Если набралось **от 22 до 33 баллов**, вас можно поздравить — с силой воли все в порядке. Вы человек волевой, на вас можно положиться, не подведете. Но не зазнавайтесь, знайте, что иногда ваша твердая и непримиримая позиция может досаждать окружающим.

При сумме **от 13 до 21 балла** сила воли развита средне. Если чувствуете, что иначе нельзя, вы действуете должным образом, но если увидите, что чего-то можно не делать, то не станете за это браться. Если вам поручают что-то, вы выполняете, а по своей инициативе лишние обязанности на себя не берете. Вы довольно дипломатичны, но не всегда тверды и упорны в достижении цели.



Насчитали **12 и менее баллов**, значит, с силой воли у вас не все благополучно. К своим обязанностям вы относитесь спустя рукава, делаете лишь то, что легче и интереснее. Постарайтесь посмотреть на себя как бы со стороны, проанализируйте свое поведение, поступки и попытайтесь хоть что-то изменить. Вы скоро убедитесь, что это вовсе не трудно, надо лишь заставить себя. И не сомневайтесь, вы станете более волевым человеком.

### **Тест 8. Коммуникативные и организаторские способности (КОС)**

**Инструкция.** Вам предстоит ответить на 40 вопросов. Имейте в виду, что вопросы короткие и не могут содержать всех необходимых подробностей. Поэтому представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует тратить много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который вы считаете предпочтительным. При ответе на любой из этих вопросов обращайтесь внимание на его первые слова. Ваш ответ должен быть точно согласован с ними. Отвечая на вопросы, не стремитесь произвести заведомо приятное впечатление. Важен не конкретный ответ, а суммарный балл по серии вопросов. Итак, если ваш ответ положительный (вы согласны), то около номера вопроса поставьте «да»; если отрицательный (вы не согласны) — поставьте «нет».

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Стремитесь ли вы к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравиться ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время за книгой или какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от них?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включиться в новую для вас компанию?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?

14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых для вас людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для вас компанию?
30. Принимали ли вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую для вас компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

### Обработка результатов.

Для того чтобы узнать свои *коммуникативные способности*, воспользуйтесь «ключом»: поставьте себе по 1 баллу за каждый ответ

«да» на вопросы 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 и за каждый ответ «нет» на вопросы 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39. Коэффициент коммуникативности ( $K_x$ ) определяют по формуле:  $K_x = m/20$ , где  $m$  — количество совпавших с «ключом» ответов.

Если  $K_x$  соответствует:

от 0,10 до 0,45 — низкий уровень;

от 0,46 до 0,55 — уровень ниже среднего;

от 0,56 до 0,65 — средний уровень;

от 0,66 до 0,75 — высокий уровень;

от 0,76 до 1,00 — очень высокий уровень.

Коммуникативные способности обеспечивают эффективность общения и психологическую совместимость в совместной деятельности.

*Низкие* коммуникативные способности — значит человек малообщительный, испытывает трудности и определенные неудобства в установлении контактов с людьми;

*ниже среднего* — человек не стремится к общению, чувствует себя скованно в незнакомом коллективе, круг своих знакомых ограничивает, не стремится отстаивать свое мнение и трудно переживает обиды;

*средние* — человек общительный, разговорчивый (особенно в кругу знакомых людей), круг знакомств не ограничивает;

*высокие* — человек общительный, не теряет в новой обстановке, быстро находит друзей, в общении проявляет инициативу, стремится расширить круг своих знакомых;

*очень высокие* — человек очень общительный, испытывает потребность в общении, активно вовлекается в события, происходящие вокруг него. Вносит оживление в компании, легко заводит новые знакомства, стремясь к расширению круга своих друзей.

Для подсчета *организаторских способностей* воспользуйтесь следующим «ключом»: поставьте себе по 1 баллу за каждый ответ «да» на вопросы 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 и за каждый ответ «нет» на вопросы 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40. Коэффициент организаторских способностей ( $K_o$ ) определяют по формуле:  $K_o = m/20$ , где  $m$  — количество ответов, совпавших с «ключом».

Если  $K_o$  соответствует:

от 0,20 до 0,55 — низкий уровень;

от 0,56 до 0,65 — уровень ниже среднего;

от 0,66 до 0,70 — средний уровень;

от 0,71 до 0,80 — высокий уровень;

от 0,81 до 1,00 — очень высокий уровень.

Организаторские способности позволяют человеку организовывать себя и других.

*Низкие* организаторские способности — значит человек не умеет себя организовать, у него отсутствует внутренняя собранность. В общественной жизни такой человек инициативы не проявляет;

*ниже среднего* — человек избегает принятия самостоятельного решения, проявление инициативы в общественной жизни занижено;

*средние* — в экстремальных ситуациях человек может организовать себя и убедить коллег в принятии какого-либо решения;

*высокие* — человек все делает согласно внутренним устремлениям. В трудной ситуации способен принимать самостоятельные решения;

*очень высокие* — испытывает потребность в организаторской деятельности. Принимает самостоятельные решения, отстаивает свое мнение и добивается, чтобы оно было принято другими.

Методика КОС позволяет определить наличие уровня коммуникативных и организаторских способностей на данный период. При наличии целеустремленности и надлежащих условий деятельности данные склонности могут развиваться.

### Тест 9. Эмоциональная чувствительность

Инструкция. Вам предлагается ответить на 10 вопросов. Каждый вопрос имеет три ответа: А, Б, В. Выберите тот, который больше всего подходит вам. Правильных или неправильных ответов нет. Отвечайте быстро, долго не раздумывайте.

1. За чем вы могли бы встать в очередь?
  - А. Ни за чем.
  - Б. Если нужно купить то, за чем стоит очередь, и другого выхода нет, то занимаете очередь.
  - В. Если есть возможность, вы лучше отправитесь в другой магазин, даже если он и не слишком близко.
2. Вздрагиваете ли вы, если зазвонит телефон?
  - А. Вы так привыкли к этому, что даже не замечаете звонков.
  - Б. Да.
  - В. Нет.
3. Если вы уезжаете в другой город, за сколько времени до отправления поезда вы приезжаете на вокзал?
  - А. За час.
  - Б. За четверть часа.
  - В. За полчаса.
4. Если вы находитесь в обществе человека, который почему-либо напряжен и нервничает, передается ли вам его настроение?
  - А. Если это близкий человек, то безусловно.
  - Б. Если не можете помочь его беде, то хотя бы пытаетесь успокоить его.
  - В. Напряжение передается в любом случае.
5. Ухудшается ли ваше самочувствие (например, вас бросает в жар или в холод, болит голова, начинается головокружение), если вы переживаете из-за чего-либо?
  - А. Нет.
  - Б. Случается.

- В.** Из-за каждого переживания вы чувствуете себя больным целый день.
6. Насколько, по-вашему, справедливо изречение: «Рано или поздно все образуется само собой»?
- А.** Целиком и полностью.  
**Б.** Хорошо, если бы так было, но вы в это не верите.  
**В.** Сам человек должен приложить к этому усилия.
7. Если вы опоздали на урок, что вы чувствуете?
- А.** И с другими может такое случиться.  
**Б.** В таком случае лучше не входить в класс.  
**В.** Испытываете стеснение.
8. Если у вас множество разнообразных дел, лучше или хуже продвигается работа, чем в том случае, когда дел мало?
- А.** В таких случаях у вас как будто вырастают крылья, вы делаете одно дело за другим.  
**Б.** Обилие дел вас подавляет, вы не знаете, за что хвататься, поэтому с трудом управляетесь с ними.  
**В.** Вы всегда работаете в одном темпе.
9. Выносите ли вы нахождение в толпе?
- А.** Иногда — да, иногда — нет.  
**Б.** Не выносите, нервничаете из-за этого.  
**В.** Вам это не мешает.
10. Можете ли вы спокойно спать на новом, чужом месте?
- А.** В том случае, если условия подходящие, спите хорошо.  
**Б.** Едва ли.  
**В.** В любом месте спите беспробудно.

### Обработка результатов.

Баллы, соответствующие ответам:

Вопрос	Вариант ответа			Вопрос	Вариант ответа			Вопрос	Вариант ответа		
	А	Б	В		А	Б	В		А	Б	В
1	0	6	3	5	8	5	0	9	6	1	9
2	6	0	8	6	10	3	0	10	6	1	10
3	3	9	0	7	8	0	6				
4	4	6	1	8	6	0	6				

Подсчитайте сумму баллов. Если вы набрали:

**менее 35 баллов** — вы эмоционально чувствительный человек, не всегда уверены в себе, часто теряетесь в сложной ситуации;

**36—65 баллов** — вы рассудительны, спокойны и осмотрительны, ваши настроения не достигают крайностей. Ваши поступки определяются не эмоциями, а намерениями. Вас, конечно, можно вывести из равновесия, но лишь в том случае, если к тому имеется действительная причина. Вы правильно оцениваете значение вещей, этому способствует ваша уравновешенность. Если

что-то случается, вы в первую очередь занимаетесь решением этой проблемы;

**выше 65 баллов** — у вас низкая эмоциональная чувствительность; можете вывести окружающих из терпения своей рассудительностью. Возможно, в некоторых случаях вы не слишком следите за теми событиями, которые вам неприятны. Если это так, то вы очень везучий человек.

### Рекомендуемая литература

*Ананьев Б. Г.* Психология педагогической оценки // Избр. психол. труды: в 2 т. — М., 1980.

Основы культуры и искусства речи: учеб. пособие / Ю. П. Богачев, В. А. Лапшин, Т. Ф. Посадскова, З. А. Шелестова. — М., 1999.

*Бордовская Н. В., Реан А. А.* Педагогика: учебник. — СПб., 2001.

*Буллатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.  
Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой. — М., 2002.

*Зимняя И. А.* Педагогическая психология: учебник. — М., 2000.

Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учеб. пособие / автор-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.

*Овчарова Р. В.* Справочная книга школьного психолога. — 2-е изд., дораб. — М., 1996.

Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.

Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.

*Поташник М. М., Вульфов Б. З.* Педагогические ситуации. — М., 1983.

Управление воспитательной системой школы: проблемы и решения / под ред. В. А. Караковского. — М., 1999.

*Шевардин Н. И.* Психодиагностика, коррекция и развитие личности. — М., 1999.

*Шеломова Г. М.* Деловая культура и психология общения: учебник для нач. проф. образования. — М., 2002.



**КУЛЬТУРА ВНЕШНЕГО ВИДА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**Цели занятия:** осознание специфики педагогических функций внешнего вида преподавателя, развитие первоначальных умений управлять внешним видом как средством педагогического воздействия, стимулирование потребности в повышении уровня культуры внешнего вида.

**УПРАЖНЕНИЯ**

*Упражнение 1.* «Контроль и коррекция осанки». Встаньте у стены и плотно прикоснитесь к ней спиной. Ноги сомкните, руки опустите, голова должна касаться стены. Если ваша ладонь не проходит между поясницей и стеной, то осанка хорошая. В ином случае (большой зазор) слабый брюшной пресс и живот оттягивают позвоночник вперед. Чтобы укрепить мышцы спины и пресс, необходимо 2—3 раза в день (перед едой) вставать к стене так, как описано выше. Чтобы не было большого зазора (больше 4 см) между стеной и поясницей, втяните живот, а если есть склонность сутулиться, согните руки так, чтобы пальцы рук касались плеч, а локти — туловища (при этом зазор между стеной и поясницей не должен увеличиваться). Упражнение выполняется 1—3 мин. Дыхание свободное.

Закончив упражнение, пройдите по комнате, потряхивая по очереди руками и ногами. Затем пройдите с хорошей осанкой (как будто стоите у стены).

*Упражнение 2.* «На колок». Встаньте, выпрямитесь, расслабьте мышцы спины и плеч. Как бы приподняв свое тело (плечи, грудь) и откинув его назад и вниз, «наденьте его на позвоночник», как пальто на вешалку. Спина стала крепкой, прямой, а руки, шея, плечи свободные, легкие (повторить 2—3 раза). Такое положение должно стать привычным, естественным.

*Упражнение 3.* «Контроль и коррекция позы». Перед зеркалом примите позы, характерные для вас; проделайте различные движения (рук, ног, головы, тела), которые свойственны вам при общении. Проанализируйте особенности своей осанки, жестов, положение корпуса — насколько они уместны, выразительны, эстетичны. Отметьте, над чем нужно поработать, чтобы добиться эстетики позы.

*Упражнение 4.* «Рабочая поза преподавателя». Примите характерную для педагогов позу на занятии, уроке (работайте перед

зеркалом). Ноги поставьте на расстоянии 12—15 см между носками, одну ногу выдвиньте вперед; сделайте упор на одну ногу несколько сильнее, чем на другую. Плечи расправьте, снимите мышечные «зажимы». Осанка прямая, нижняя часть живота подтянута. Шея держится вертикально, подбородок приподнят. В руке — раскрытая книга.

Внимательно осмотрите себя (осанка, выражение лица, положение тела). В занятой вами позе сделайте шаг назад, потом вперед, влево, вправо. Повторите эти же движения, но в процессе чтения, импровизированного рассказа. Следите за ритмичностью ваших движений, стремитесь к естественности мимики, жестов.

*Упражнение 5.* Попробуйте несколько раз сесть за стол и встать, сделав это бесшумно, легко, без опоры на руки. Обратите внимание на правильный выбор точки опоры для ног.

*Упражнение 6.* Встаньте из-за стола и поменяйтесь местами с товарищем, сидящим рядом. Сделайте это бесшумно, аккуратно, используя минимум целесообразных и естественных движений. Обратите при этом внимание на осанку; снимите напряжение, если оно появилось.

*Упражнение 7.* «Контроль и коррекция походки». Пройдитесь перед зеркалом, стараясь выполнить следующие требования к походке. Она должна быть легкой, с гибкими, размеренными движениями. Нужно избегать разболтанной, шатающейся, семеняще-танцующей походки. Ширина шага должна соответствовать росту, полу человека. Чем он выше, тем длиннее его шаг. Мужественность, размашистый шаг и широкие движения, присущие мужчине, не подходят женщине. Некрасиво при ходьбе размахивать руками и раскачивать плечами, втягивать голову в плечи, горбиться.

Проанализируйте свой темп ходьбы, длину шага, положение тела, рук, движения бедер, поясные движения при ходьбе. Отметьте, от чего нужно избавиться, чтобы походка была красивой и легкой.

На основе результатов выполнения этих упражнений составьте самоотчет и самохарактеристику, используя для этого дневник профессионального становления.

*Упражнение 8.* «Защита образов» (рисунки, фотографии) эстетически выразительной одежды педагога с разным целевым назначением (занятие, урок, отдых и пр.).

**Микропреподавание:** формирование умений и навыков организации внешнего вида в заданных ситуациях учебно-воспитательного процесса.

Ниже представлены различные ситуации деятельности педагога.

**Ситуация 1.** Вход преподавателя в класс, аудиторию. Приветствие. Представление, знакомство с классом, учебной группой.

Ситуация 2. Вход педагога в класс, аудиторию. Приветствие. Неожиданный стук в дверь. Действуйте, реагируйте.

Ситуация 3. Вход преподавателя в класс, аудиторию. Приветствие. Рассказ нужно начать так: «Дети, я хочу рассказать вам...» Это может быть рассказ о преподаваемом предмете, интересном, значимом событии. Задача преподавателя — привлечь внимание обучающихся, установить контакт с аудиторией, продумать организацию своего внешнего вида.

Ситуация 4. Проверка домашнего задания на уроке, занятии: развернутый отчет обучающегося у доски; преподаватель слушает, сидя за рабочим столом, комментирует ответ и мотивирует отметку.

Ситуация 5. Объяснение нового материала у доски с помощью печатной таблицы, схемы (вариант — проекция через кодоскоп). Самоконтроль объяснения, поведения в аудитории; рациональная организация познавательной деятельности обучающихся.

Ситуация 6. Объясняя учебный материал, преподаватель делает записи на доске, руководя при этом деятельностью, записями учащихся в тетрадях.

#### *Целевая установка для студентов перед выполнением заданий*

1. Продумать, какой стиль поведения педагога будет в наибольшей мере соответствовать заданным условиям общения с учениками, обеспечит их продуктивную деятельность на занятии; использование каких элементов психофизического тренинга для этого потребуются (распределенность, концентрация внимания, регуляция самочувствия, активизация волевых усилий).

2. Продумать, какое впечатление о себе хотелось бы оставить у окружающих в процессе общения с ними (я человек спокойный, корректный, сдержанный, уверенный в себе, строгий и пр.).

3. Добиться педагогической целесообразности и эстетической привлекательности, выразительности своего внешнего вида.

#### *Параметры оценки работы студентов в заданных ситуациях*

1. Успешное прогнозирование предполагаемых условий общения, работы и рациональное моделирование своего поведения в соответствии с ними.

2. Обеспечение продуктивного общения, взаимодействия с учениками, создание для них оптимального режима работы, усвоения знаний.

3. Самоконтроль поведения, речевого общения, правильная интерпретация реакции учеников на внешний вид, речь преподавателя; эффективная коррекция своего поведения.

4. Степень интереса и старания студентов при выполнении учебного задания.

## Рекомендуемая литература

- Булатова О. С.* Педагогический артистизм: учеб. пособие. — М., 2001.
- Введение в педагогическую деятельность: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. С. Роботова, Т. В. Леонтьева, И. Г. Шапошникова и др.; под ред. А. С. Роботовой. — М., 2002.
- Занина Л. В., Меньшикова Н. П.* Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2003.
- Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учеб. пособие / автор-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.
- Мишаткина Т. В.* Педагогическая этика: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2004.
- Овчарова Р. В.* Справочная книга школьного психолога. — 2-е изд., дораб. — М., 1996.
- Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.
- Педагогика: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. — М., 1998.
- Синица И. Е.* О такте и мастерстве. — Киев, 1976.
- Сухомлинский В. А.* Письмо о педагогической этике // Избр. произв.: в 5 т. — М., 1988.
- Управление воспитательной системой школы: проблемы и решения / под ред. В. А. Караковского. — М., 1999.
- Чернокозова В. Н., Чернокозов И. И.* Этика учителя. — Киев, 1973.
- Шеламова Г. М.* Деловая культура и психология общения: учебник. — М., 2002.

## ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ

Цели занятия: понимание причин и особенностей конфликтов; ознакомление с конфликтами в различных сферах человеческого взаимодействия; предупреждение и анализ конфликтных ситуаций.

### ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

**Задание 1. Методика «Оценка способов реагирования в конфликте»** (К. Н. Томас).

Методика определяет типические способы реагирования человека на конфликтные ситуации, выявляет тенденции его взаимоотношений в сложных условиях.

Эта методика позволяет выяснить, насколько человек склонен к соперничеству и сотрудничеству в коллективе сотрудников, в школьном классе или студенческой группе, стремится ли он к компромиссам, избегает конфликтов или, наоборот, старается обострить их. С помощью данной методики можно также оценить степень адаптации каждого члена того или иного коллектива к совместной деятельности.

Применительно к педагогической деятельности с помощью методики можно выявить наиболее предпочитаемые формы социального поведения испытуемого в ситуации конфликта с учениками, родителями, коллегами или администрацией, а также отношение к совместной деятельности.

По каждому пункту надо выбрать только один, предпочтительный для вас вариант ответа — «а» или «б».

1. а) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса;  
б) чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, в чем мы оба согласны.
2. а) Я стараюсь найти компромиссное решение;  
б) я пытаюсь уладить его с учетом всех интересов другого человека и моих собственных.
3. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего;  
б) иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
4. а) Я стараюсь найти компромиссное решение;  
б) я стараюсь не задевать чувства другого человека.

5. а) Улаживая конфликтную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку у других;  
б) я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
6. а) Я пытаюсь избежать неприятностей лично для себя;  
б) я стараюсь добиться своего.
7. а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно;  
б) я считаю возможным в чем-то отступить, чтобы добиться более важных целей.
8. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего;  
б) я первым делом стараюсь определить суть спора.
9. а) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий;  
б) я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10. а) Я твердо стремлюсь добиться своего;  
б) я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. а) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоит суть спора;  
б) я стараюсь успокоить других и главным образом сохранить наши отношения.
12. а) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры;  
б) я даю окружающим возможность в чем-то остаться при своем, если они также идут навстречу.
13. а) Я предлагаю промежуточную позицию;  
б) я настаиваю, чтобы все было сделано по-моему.
14. а) Я сообщаю другим свою точку зрения и спрашиваю об их взглядах;  
б) я пытаюсь доказать другим логику и преимущества моих взглядов.
15. а) Я стараюсь успокоить других и сохранить наши отношения;  
б) я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряжения.
16. а) Я стараюсь не задеть чувств окружающих;  
б) я обычно пытаюсь убедить окружающих в преимуществах моей позиции.
17. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего;  
б) я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. а) Если это сделает окружающих счастливыми, я дам им возможность настоять на своем;  
б) я дам партнеру возможность остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.
19. а) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоит суть спора;  
б) я стараюсь отложить спорные вопросы, с тем чтобы со временем решить их окончательно.
20. а) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия;  
б) я стараюсь найти наилучшее сочетание выгоды и потерь для нас обоих.



21. а) Веду переговоры, стараюсь быть внимательным к партнеру;  
 б) я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблем.
22. а) Я пытаюсь найти позицию, которая устраивает и меня, и партнера;  
 б) я отстаиваю свою позицию.
23. а) Как правило, я стараюсь, чтобы все остались довольны;  
 б) иногда предоставляю другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
24. а) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу;  
 б) я стараюсь уговорить другого на компромисс.
25. а) Я пытаюсь убедить другого в своей правоте;  
 б) ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.
26. а) Я обычно предлагаю среднюю позицию;  
 б) я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.
27. а) Я зачастую стремлюсь избежать споров;  
 б) если я знаю, что это доставит большую радость другому человеку или в данной ситуации ему необходимо выглядеть лидером, я дам ему возможность настоять на своем.
28. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего;  
 б) улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.
29. а) Я предлагаю среднюю позицию;  
 б) думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий.
30. а) Я стараюсь не задеть чувств другого;  
 б) я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно могли добиться успеха.

**Обработка результатов.** По каждому из пяти разделов опросника подсчитайте количество ваших ответов, совпадающих с ключом.

*Ключ к опроснику.*

Соперничество:	3а, 6б, 8а, 9б, 10а, 13б, 14б, 16б, 17а, 22б, 25а, 28а.
Сотрудничество:	2б, 5а, 8б, 11а, 14а, 19а, 20а, 21б, 23а, 26б, 28б, 30б.
Компромисс:	2а, 4а, 7б, 10б, 12б, 13а, 18б, 20б, 22а, 24б, 26а, 29а.
Избегание:	1а, 5б, 7а, 9а, 12а, 15б, 17б, 19б, 21а, 23б, 27а, 29б.
Приспособление:	1б, 3б, 4б, 6а, 11б, 15а, 16а, 18а, 24а, 25б, 27б, 30а.

Полученные количественные оценки по каждому разделу сравниваются между собой для выявления наиболее предпочтительных форм поведения в конфликтной ситуации.

## **Задание 2. «Конфликтные ситуации».**

Цели задания — закрепление знаний студентов о сущности конфликта, развитие у них навыков анализа конфликтных ситуаций различных типов и формирование умения принимать управленческие решения в сложных ситуациях социального взаимодействия.

**Задача 1.** Вы недавно назначены менеджером по кадрам. Вы еще плохо знаете сотрудников фирмы, сотрудники еще не знают вас в лицо. Вы идете на совещание к генеральному директору. Проходите мимо курительной комнаты и замечаете двух сотрудников, которые курят и о чем-то оживленно беседуют. Возвращаясь с совещания, которое длилось 1 ч, вы опять видите тех же сотрудников в курилке за беседой.

**Вопрос.** Как бы вы поступили в данной ситуации? Объясните свое поведение.

**Задача 2.** Вы начальник отдела. В отделе напряженная обстановка, срываются сроки выполнения работ. Не хватает сотрудников. Выезжая в командировку, вы случайно встречаете в аэропорту свою подчиненную — молодую женщину, которая уже две недели находится на больничном. Но, по вашему мнению, она здорова и кого-то с нетерпением ждет.

**Вопрос.** Как вы поступите в этом случае? Объясните свое поведение.

**Задача 3.** Одна сотрудница высказывает другой претензии по поводу многочисленных и часто повторяющихся ошибок в работе. Вторая сотрудница принимает претензии за оскорбление. Между ними возникает конфликт.

**Вопрос.** В чем причина конфликта? Определите конфликтную ситуацию.

**Задача 4.** Руководитель принял на работу специалиста, который должен перейти в подчинение к его заместителю. Прием на работу не был согласован с заместителем. Вскоре проявилась неспособность принятого работника выполнять свои обязанности. Заместитель служебной запиской докладывает об этом руководителю...

**Вопрос.** Как бы вы поступили на месте руководителя? Проиграйте возможные варианты.

**Задача 5.** В ответ на критику со стороны подчиненного, прозвучавшую на служебном совещании, начальник начал придираться к нему по мелочам и усилил контроль за его служебной деятельностью.

**Вопрос.** В чем причина конфликта? Определите конфликтную ситуацию.

## Контрольный тест

Выберите вариант правильного ответа на каждый из 10 вопросов.

1. Конфликт — это:
  - а) борьба мнений;
  - б) спор, дискуссия по острой проблеме;
  - в) противоборство на основе столкновения противоположно направленных мотивов или суждений;
  - г) соперничество, направленное на достижение победы в споре;
  - д) столкновение противоположных позиций?
2. Противоборство — это:
  - а) открытое высказывание несогласия по какому-либо вопросу;
  - б) столкновение интересов;
  - в) нанесение взаимного ущерба;
  - г) борьба мнений;
  - д) соперничество по поводу какого-либо предмета?
3. Необходимыми и достаточными условиями возникновения конфликта между субъектами социального взаимодействия являются:
  - а) наличие у них противоположных суждений или мотивов и желание хотя бы одного из них одержать победу над другим;
  - б) наличие у них противоположно направленных мотивов или суждений, а также состояние противоборства между ними;
  - в) наличие у них противоположных позиций и активные действия обеих сторон по достижению своих позиций;
  - г) наличие у них противоположно направленных мотивов и открытые заявления о своих требованиях;
  - д) наличие противоположных интересов у каждого из них и отсутствие возможностей по их реализации?
4. Конфликтная ситуация — это:
  - а) случайные столкновения интересов субъектов социального взаимодействия;
  - б) накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для противоборства между ними;
  - в) процесс противоборства между субъектами социального взаимодействия, направленный на выяснение отношений;
  - г) причина конфликта;
  - д) этап развития конфликта?
5. Причина конфликта — это:
  - а) противоположные мотивы субъектов социального взаимодействия;
  - б) стечение обстоятельств, в которых проявляется конфликт;
  - в) явления, события, факты, ситуации, которые предшествуют конфликту и при определенных условиях деятельности субъектов социального взаимодействия вызывают его;
  - г) накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для реального противоборства между ними;
  - д) то, из-за чего возникает конфликт?

6. То, из-за чего возникает конфликт, — это:
- мотивы конфликта;
  - позиции конфликтующих сторон;
  - предмет конфликта;
  - стороны конфликта;
  - образ конфликтной ситуации?
7. Образ конфликтной ситуации — это:
- то, из-за чего возникает конфликт;
  - субъективное отражение в сознании субъектов конфликтного взаимодействия предмета конфликта;
  - истинные внутренние побудительные силы, подталкивающие субъекта социального взаимодействия к конфликту;
  - то, о чем заявляют друг другу конфликтующие стороны;
  - субъективное отражение в сознании субъектов конфликтного взаимодействия целей конфликта?
8. Инцидент — это:
- стечение обстоятельств, являющихся поводом для конфликта;
  - истинная причина конфликта;
  - накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для реального противоборства между ними;
  - то, из-за чего возникает конфликт;
  - необходимое условие конфликта.
9. Стороны конфликта — это:
- субъекты социального взаимодействия, находящиеся в состоянии конфликта или поддерживающие (явно или неявно) конфликтующих;
  - только субъекты социального взаимодействия, находящиеся в состоянии конфликта;
  - конкретные личности, находящиеся в состоянии конфликта;
  - субъекты социального взаимодействия, находящиеся в состоянии конфликта, и посредник (медиатор);
  - конфликтующие стороны в переговорном процессе по разрешению конфликта?
10. К какому виду относится конфликт, который характеризуется тем, что в нем сталкиваются две личности, в основе его лежат объективные противоречия и он способствует развитию соответствующей социальной системы:
- межличностному бурному и быстротекущему;
  - межличностному конструктивному;
  - межличностному экономическому;
  - острому и длительному;
  - деструктивному?

### **Задание 3. Трансактный анализ конфликтов.**

*Трансакция* — единица акта общения, в течение которой собеседники находятся в одном из трех состояний «Я».

Цель задания — развитие у студентов навыков оценки конфликтности между субъектами социального взаимодействия на

основе транзактного анализа, а также поиска вариантов разрешения конфликтов.

Студентам предлагается тест «Родитель — Взрослый — Ребенок».

### Тест «Родитель — Взрослый — Ребенок»

Попробуйте оценить, как сочетаются эти три «Я» в вашем поведении. Для этого оцените приведенные высказывания в баллах от 1 до 10.

1. Мне порой не хватает выдержки.
2. Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.
3. Родители, как более зрелые люди, должны устраивать семейную жизнь своих детей.
4. Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.
5. Меня провести нелегко.
6. Мне бы понравилось быть воспитателем.
7. Бывает, мне хочется подурочиться, как маленькому.
8. Думаю, что я правильно понимаю все происходящие события.
9. Каждый должен выполнять свой долг.
10. Нередко я поступаю не как надо, а как хочется.
11. Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.
12. Младшее поколение должно учиться у старшего, как ему следует жить.
13. Я, как и многие люди, бываю обидчив.
14. Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе.
15. Дети должны, безусловно, следовать указаниям родителей.
16. Я — увлекающийся человек.
17. Мой основной критерий оценки человека — объективность.
18. Мои взгляды непоколебимы.
19. Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать.
20. Правила оправданы лишь до тех пор, пока они полезны.
21. Люди должны соблюдать правила независимо от обстоятельств.

Обработка результатов тестирования — само-  
стирования.

Подсчитайте отдельно сумму баллов по каждому из трех «Я»:

I (состояние «Ребенок») — пункты: 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19;

II (состояние «Взрослый») — пункты: 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20;

III (состояние «Родитель») — пункты: 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21.

*Если у вас получилась последовательность состояний II, I, III, то это значит, что вы обладаете чувством ответственности, в меру импульсивны, непосредственны и не склонны к назиданиям и поучениям.*

Вам можно пожелать лишь сохранить эти качества и впредь. Они помогут вам в любом деле, связанном с общением, коллективным трудом, творчеством.

*Если последовательность состояний III, I, II, то для вас характерна категоричность в суждениях, возможно излишнее проявление*

ние самоуверенности при взаимодействии с людьми, чаще всего говорите без сомнения то, что думаете или знаете, не заботясь о последствиях ваших слов и действий.

*Если на первом месте состояние I («Ребенок»), то вы можете проявлять склонность к научной работе, хотя и не всегда умеете управлять своими эмоциями.*

**Задача 1.** Проведите анализ межличностного взаимодействия и оцените его конфликтность в следующей ситуации.

Предприниматель обращается к налоговому инспектору: «На каком основании вы наложили штраф?» Инспектор: «Давайте разберемся». И, используя документы, разъясняет причину штрафа.

**Задача 2.** Проведите транзактный анализ на предмет конфликтности межличностного взаимодействия в следующей ситуации.

Руководитель обращается к своему заместителю со словами упрека: «Вы не смогли обеспечить своевременность выполнения поставленной задачи».

Заместитель: «Меня отвлекли семейные обстоятельства».

#### **Задание 4. Технологии управления конфликтами.**

Цели задания — развитие у студентов навыков оценки глубины конфликтной ситуации с использованием специальных методик и формирование у них умений принимать адекватные решения по поводу поведения субъектов конфликта в конфликтном взаимодействии.

#### **Тест «Оценка глубины конфликта»**

Цель данного теста — оценить конфликтную ситуацию и характер поведения субъекта, улаживающего конфликт. В тесте представлены 8 основных позиций, имеющих непосредственное отношение к конфликтной ситуации. Ваша задача — оценить выраженность каждого фактора по 5-балльной шкале. Максимальная выраженность факторов левой стороны теста оценивается 1 баллом, правой — 5 баллами. После оценки каждой позиции в тесте следует подсчитать общую сумму баллов, которая будет свидетельствовать о глубине конфликта.

Позиция	Оценочная шкала	Позиция
1. Стороны осознают причину конфликта	1 2 3 4 5	Стороны не осознают причину конфликта
2. Причина конфликта имеет эмоциональный характер	1 2 3 4 5	Причина конфликта имеет материальный характер



Позиция	Оценочная шкала	Позиция
3. Цель конфликтующих — устремленность к социальной справедливости	1 2 3 4 5	Цель конфликтующих — получение привилегий
4. Есть общая цель, к которой стремятся все	1 2 3 4 5	Общей цели нет
5. Сферы сближения выражены	1 2 3 4 5	Сферы сближения не выражены
6. Сферы сближения касаются эмоциональных проблем	1 2 3 4 5	Сферы сближения касаются материальных (служебных) проблем
7. Лидеры мнений не выделяются	1 2 3 4 5	Замечено влияние лидеров мнений
8. В процессе общения оппоненты придерживаются норм поведения	1 2 3 4 5	В процессе общения оппоненты не придерживаются норм поведения

#### Оценка результатов.

**35—40 баллов** — конфликтующие заняли по отношению друг к другу жесткую позицию.

**25—34 баллов** — колебания в отношениях конфликтующих сторон.

Рекомендации субъектам, улаживающим конфликт:

а) если вы *руководитель*, то:

— при сумме баллов 35—40 вы должны выступать в роли обвинителя, для разрешения конфликтной ситуации в основном следует прибегать к административным мерам;

— при сумме баллов 25—34 вы должны выступать в роли консультанта, для разрешения конфликтной ситуации в основном следует прибегать к психологическим мерам;

— при сумме баллов менее 24 вы должны выступать в роли воспитателя, в этом случае для разрешения конфликтной ситуации целесообразно использовать педагогические меры;

б) если вы *медиатор*, то:

— при сумме баллов 35—40 следует предпринять меры по разединению конфликтующих сторон и приступить к переговорам с ними дизъюнктивным способом до снижения накала борьбы между ними;

— при сумме баллов 25—34 можно попытаться на очередной встрече в переговорном процессе перевести конфликт в конструктивную фазу;

— при сумме баллов менее 24 можно активизировать усилия по подготовке конструктивного решения.

Занятие строится следующим образом.

1. Проводится игровая разминка. В течение 10—15 мин заслушиваются и анализируются задания студентов, выполненные ими на подготовительном этапе.
2. Создаются и анализируются игровые ситуации.

### **Игровая ситуация**

Студенты разбиваются на игровые группы по 4 человека. В каждой игровой группе 2 человека играют роль конфликтующих, 1 — роль менеджера и 1 — медиатора (в ходе игры студенты меняются ролями). Далее преподаватель дает игровую установку:

— конфликтующим — определяется предмет конфликта и направление конфликтного взаимодействия, которое они должны разыграть (направление взаимодействия не должно быть известно другим участникам игры);

— менеджеру и медиатору — сообщается предмет конфликта и дается ролевая установка оценить его глубину методами беседы с условными конфликтантами, наблюдения за их поведением, опираясь на тестовые позиции, и принятия решения на разрешение конфликта.

На подготовку к ролевому взаимодействию участникам дается 10 мин. На ролевое взаимодействие отводится 10—15 мин.

Каждый сюжет обсуждается после игровой ситуации.

### **Контрольный тест**

Выберите вариант правильного ответа на каждый из 10 вопросов.

1. Управление конфликтом — это:
  - а) целенаправленное воздействие на процесс его динамики;
  - б) целенаправленное, обусловленное объективными законами воздействие на процесс его динамики в интересах развития или разрушения той социальной системы, к которой имеет отношение данный конфликт;
  - в) целенаправленное воздействие на конфликтующих в интересах снижения уровня напряженности между ними;
  - г) целенаправленное, обусловленное объективными законами воздействие на процесс формирования адекватного образа конфликтной ситуации у конфликтующих в интересах снижения уровня напряженности между ними;
  - д) целенаправленное воздействие на мотивы конфликтующих.
2. Содержание управления конфликтами включает:
  - а) прогнозирование, предупреждение (стимулирование), регулирование, разрешение;
  - б) прогнозирование, предупреждение (стимулирование), разрешение;
  - в) прогнозирование, регулирование, разрешение;
  - г) прогнозирование, анализ, предупреждение, разрешение;

- д) анализ конфликтной ситуации, прогнозирование, предупреждение, разрешение.
3. Признание реальности конфликтующими сторонами, легитимизация конфликта и институционализация конфликта входят в содержание:
- а) прогнозирования конфликта;
  - б) предупреждения конфликта;
  - в) стимулирования конфликта;
  - г) регулирования конфликта;
  - д) разрешения конфликта.
4. Институционализация конфликта — это:
- а) определение места и времени переговоров по разрешению конфликта;
  - б) создание соответствующих органов и рабочих групп по регулированию конфликтного взаимодействия;
  - в) форма привлечения общественности к разрешению конфликта;
  - г) достижение соглашения между конфликтующими сторонами по признанию и соблюдению установленных норм и правил поведения в конфликте;
  - д) обращение к медиатору.
5. Легитимизация конфликта — это:
- а) определение места и времени переговоров по разрешению конфликта;
  - б) создание соответствующих органов и рабочих групп по регулированию конфликтного взаимодействия;
  - в) достижение соглашения между конфликтующими сторонами по признанию и соблюдению установленных норм и правил поведения в конфликте;
  - г) обращение к медиатору;
  - д) придание конфликту широкой огласки.
6. Принципами управления конфликтами являются:
- а) гласность, объективность и адекватность оценки конфликта, опора на общественное мнение, комплексное использование способов и приемов воздействия;
  - б) гласность, объективность и адекватность оценки конфликта; анализ результатов деятельности, опора на общественное мнение;
  - в) конкретно-ситуационный подход, гласность, опора на положительные качества конфликтующих, применение биографического метода;
  - г) гласность, опора на общественное мнение, учет интересов руководства, прогнозирование;
  - д) прогнозирование, стимулирование, регулирование, разрешение.
7. Кто из нижеперечисленных ученых разработал модель применения власти к разрешению конфликта?
- а) К. Томас и Р. Киллмен;
  - б) Х. Корнелиус и Ш. Фейр;
  - в) Д. Скотт и Ч. Ликсон;
  - г) М. Дойч и Д. Скотт;
  - д) Р. Фишер и У. Юри.

8. Предпосылками разрешения конфликта являются:
- а) достаточная зрелость конфликта, потребность субъектов конфликта в его разрешении, наличие необходимых ресурсов и средств для разрешения конфликта;
  - б) достаточная зрелость конфликта, высокий авторитет одной из конфликтующих сторон;
  - в) наличие необходимых ресурсов и средств для разрешения конфликта, потребность субъектов конфликта в его разрешении, коллективная форма деятельности;
  - г) высокий авторитет одной из конфликтующих сторон, коллективная форма деятельности, лидерство в группе;
  - д) стиль руководства, высокий авторитет одной из конфликтующих сторон, коллективная форма деятельности.
9. Что относится к форме разрешения конфликта?
- а) Порицание, юмор, убеждение, уступка;
  - б) уступка, компромисс, уход, сотрудничество;
  - в) требования, критика, убеждение, юмор;
  - г) уступка, требования, убеждение, критика;
  - д) подчинение, примирение, убеждение, согласование.
10. Какие виды деятельности по управлению конфликтом адекватны на этапе возникновения и развития конфликтной ситуации?
- а) Прогнозирование и предупреждение (стимулирование);
  - б) прогнозирование, предупреждение (стимулирование) и регулирование;
  - в) только прогнозирование;
  - г) только предупреждение (стимулирование);
  - д) только регулирование.

### **Задание 5. Мое поведение в конфликте.**

Цели задания — закрепление знаний по основным проблемам поведения личности в конфликте, развитие навыков самооценки личности и формирование умений анализировать полученные результаты тестирования и выработать программу самосовершенствования и самокоррекции поведения.

### **Тест 1. Оценка акцентуации характера по методике Н. Шмишека**

**Инструкция.** Вам предлагаются 97 вопросов, на каждый из которых вы должны ответить «да» или «нет». Не тратьте много времени на обдумывание. Здесь не может быть «плохих» или «хороших» ответов.

- 1. Ваше настроение, как правило, бывает ясным, неомраченным?
- 2. Восприимчивы ли вы к оскорблениям, обидам?
- 3. Легко ли вы плачете?
- 4. Возникают ли у вас по окончании какой-либо работы сомнения в качестве ее исполнения и прибегаете ли вы к проверке — правильно ли все было сделано?
- 5. Были ли вы в детстве таким же смелым, как ваши сверстники?

6. Часто ли у вас бывают резкие смены настроения (только что парили в облаках от счастья, и вдруг становится очень грустно)?
7. Бываете ли вы во время веселья в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без особых причин ворчливы и раздражительны и все считают, что вас лучше не трогать?
9. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
10. Вы человек серьезный?
11. Способны ли вы на время так сильно увлечься чем-нибудь, что все остальное перестает быть значимым для вас?
12. Предприимчивы ли вы?
13. Быстро ли вы забываете обиды и оскорбления?
14. Мягкосердечны ли вы?
15. Когда вы бросаете письмо в почтовый ящик, проверяете ли вы, опустилось оно туда или нет?
16. Требует ли ваше честолюбие того, чтобы в работе (учебе) вы были одним из первых?
17. Боялись ли вы в детские годы грозы и собак?
18. Смеетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые считают вас педантичным?
20. Очень ли зависит ваше настроение от внешних обстоятельств и событий?
21. Любят ли вас ваши знакомые?
22. Часто ли вы находитесь во власти сильных внутренних порывов и побуждений?
23. Ваше настроение обычно несколько подавлено?
24. Случалось ли вам рыдать, переживая тяжелое нервное потрясение?
25. Трудно ли вам долго сидеть на одном месте?
26. Отстаиваете ли вы свои интересы, когда по отношению к вам допускается несправедливость?
27. Хвастаетесь ли вы иногда?
28. Смогли бы вы в случае надобности зарезать домашнее животное или птицу?
29. Раздражает ли вас, если штора или скатерть висит неровно, стараетесь ли вы это поправить?
30. Боялись ли вы в детстве оставаться дома одни?
31. Часто ли портится ваше настроение без видимых причин?
32. Случалось ли вам быть одним из лучших в вашей профессиональной деятельности?
33. Легко ли вы впадаете в гнев?
34. Способны ли вы быть шаловливо-веселым?
35. Бывают ли у вас состояния, когда вы переполнены счастьем?
36. Смогли бы вы играть роль конферансье в веселых представлениях?
37. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
38. Высказывали ли вы людям свое мнение о них прямо в глаза?
39. Можете ли вы спокойно смотреть на кровь?
40. Нравится ли вам работа, когда только вы один ответственны за нее?
41. Заступаетесь ли вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?

42. Беспокоит ли вас необходимость спуститься в темный погреб, войти в пустую темную комнату?
43. Предпочитаете ли вы деятельность, которую нужно выполнять долго и точно, той, которая не требует большой кропотливости и делается быстро?
44. Вы очень общительный человек?
45. Охотно ли вы в школе декламировали стихи?
46. Сбегали ли вы в детстве из дома?
47. Обычно вы без колебаний уступаете в автобусе место престарелым пассажирам?
48. Часто ли вам жизнь кажется тяжелой?
49. Случалось ли вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, что после этого вы чувствовали себя не в состоянии прийти на работу?
50. Можно ли сказать, что при неудаче вы сохраняете чувство юмора?
51. Стараетесь ли вы помириться, если кого-нибудь обидели? Предпринимаете ли вы первым шаги к примирению?
52. Очень ли вы любите животных?
53. Случалось ли вам, уходя из дома, возвратиться, чтобы проверить: не забыли ли вы выключить газ, свет и т. п.?
54. Беспокоили ли вас когда-нибудь мысли, что с вами или с вашими родственниками должно что-нибудь случиться?
55. Существенно ли зависит ваше настроение от погоды?
56. Трудно ли вам выступать перед большой аудиторией?
57. Можете ли вы, рассердясь на кого-либо, пустить в ход руки?
58. Очень ли вы любите веселиться?
59. Вы всегда говорите то, что думаете?
60. Можете ли вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?
61. Привлекает ли вас роль организатора в каком-нибудь деле?
62. Упорствуете ли вы на пути к достижению цели, если встречается какое-либо препятствие?
63. Чувствовали ли вы когда-нибудь удовлетворение при неудачах людей, которые вам неприятны?
64. Может ли трагический фильм взволновать вас так, что у вас на глазах выступают слезы?
65. Часто ли вам мешают уснуть мысли о проблемах прошлого или о будущем дне?
66. Было ли вам свойственно в школьные годы подсказывать или давать списывать товарищам?
67. Смогли бы вы пройти в темноте один через кладбище?
68. Вы, не раздумывая, вернули бы лишние деньги в кассу, если бы обнаружили, что получили слишком много?
69. Большое ли значение вы придаете тому, что каждая вещь в вашем доме должна находиться на своем месте?
70. Случается ли, что, ложась спать в отличном настроении, утром вы встаете в плохом расположении духа, которое длится несколько часов?
71. Легко ли вы приспосабливаетесь к новой ситуации?
72. Часто ли у вас бывают головокружения?
73. Часто ли вы смеетесь?



74. Можете ли вы относиться к человеку, о котором вы плохого мнения, так приветливо, что никто не догадывается о вашем действительном отношении к нему?

75. Вы человек живой и подвижный?

76. Сильно ли вы страдаете, когда совершается несправедливость?

77. Вы страстный любитель природы?

78. Уходя из дома или ложась спать, вы проверяете, закрыты ли окна, погашен ли везде свет, заперты ли двери?

79. Пугливы ли вы?

80. Может ли алкоголь изменить ваше настроение?

81. Охотно ли вы принимаете участие в кружках художественной самодеятельности?

82. Тянет ли вас иногда уехать далеко от дома?

83. Смотрите ли вы на жизнь несколько пессимистично?

84. Бывают ли у вас переходы от веселого настроения к тоскливому?

85. Можете ли вы развлекать общество, быть душой компании?

86. Долго ли вы храните чувство гнева, досады?

87. Переживаете ли вы длительное время горести других людей?

88. Всегда ли вы соглашаетесь с замечаниями в свой адрес, правильность которых сознаете?

89. Могли ли вы в школьные годы переписать из-за помарок страницу в тетради?

90. Вы по отношению к людям больше осторожны и недоверчивы, чем доверчивы?

91. Часто ли у вас бывают страшные сновидения?

92. Бывают ли у вас иногда такие навязчивые мысли, что если вы стоите на перроне, то можете против своей воли кинуться под приближающийся поезд или можете выпасть из окна верхнего этажа большого дома?

93. Становитесь ли вы веселее в обществе веселых людей?

94. Вы человек, который не думает о сложных проблемах, а если и занимается ими, то недолго?

95. Совершаете ли вы под влиянием алкоголя внезапные, импульсивные поступки?

96. В беседах вы больше молчите, чем говорите?

97. Могли бы вы, изображая кого-нибудь, так увлечься, чтобы на время забыть, какой вы на самом деле?

Оценка результатов (см. таблицу).

Количество совпадающих с ключом ответов умножается на значение коэффициента соответствующего типа акцентуации. Если полученный результат превышает 18 баллов, то это свидетельствует о выраженности данного типа акцентуации. Полученному результату можно доверять, если по позиции «Ложь» вы набрали не более 5 баллов.

Ниже приводятся поведенческие характеристики основных типов акцентуации характера.

1. *Гипертимный тип.* Отличается повышенным настроением, оптимистичен, чрезвычайно контактен, быстро переключается с одного дела на другое. Не доводит начатое дело до конца, недис-

№ п/п	Тип акцентуации	Коэффициент	«Да» Номера вопросов	«Нет» Номера вопросов
1	Гипертимный	3	1, 12, 25, 36, 50, 61, 75, 85	—
2	Дистимный	3	10, 23, 48, 83, 96	34, 58, 73
3	Циклоидный	3	6, 20, 31, 44, 55, 70, 80, 93	—
4	Возбудимый	3	8, 22, 33, 46, 57, 72, 82, 95	—
5	Застревающий	2	2, 16, 26, 38, 41, 62, 76, 86, 90	13, 51
6	Педантичный	2	4, 15, 19, 29, 43, 53, 65, 69, 78, 89, 92	40
7	Тревожный	3	17, 30, 42, 54, 79, 91	5, 67
8	Эмотивный	3	3, 14, 52, 64, 77, 87	28, 39
9	Демонстративный	2	7, 21, 24, 32, 45, 49, 71, 74, 81, 94, 97	56
10	Экзальтированный	6	11, 35, 60, 84	—
Ложь		1	9, 47, 59, 68, 88	18, 27, 37, 63

циplinирован, склонен к аморальным поступкам, необязателен, самооценка завышена.

Конфликтен, часто выступает инициатором конфликтов.

2. *Дистимный тип.* Противоположный гипертимному типу. Отличается пессимистическим настроением, неконтактен, предпочитает одиночество, ведет замкнутый образ жизни, склонен к занижению самооценки.

Редко вступает в конфликты с окружающими. Высоко ценит дружбу, справедливость.

3. *Циклоидный тип.* Отличается довольно частыми периодическими сменами настроения. В период подъема настроения поведение гипертимно, а в период спада — дистимно. Самооценка неустойчива.

Конфликтен, особенно в период подъема настроения. В конфликте непредсказуем.

4. *Возбудимый тип.* Отличается низкой контактностью в общении. Занудлив, угрюм, склонен к хамству и брани. Неуживчив в коллективе, властен в семье. В эмоционально спокойном состоянии добросовестен, аккуратен. В состоянии эмоционального возбуждения вспыльчив, плохо контролирует свое поведение.

Конфликтен, часто выступает инициатором конфликтов, в конфликте активен.

5. *Застревающий тип*. Отличается умеренной общительностью, занудлив, склонен к нравоучениям, часто занимает позицию «Родителя». Стремится к высоким показателям в любом деле, предъявляет повышенные требования к себе, чувствителен к социальной справедливости.

Обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен, ревнив. Самооценка неадекватна. Конфликтен, обычно выступает инициатором конфликтов, в конфликте активен.

6. *Педантичный тип*. Отличается добросовестностью, аккуратностью, серьезностью в делах. В служебных отношениях — бюрократ, формалист, легко уступает лидерство другим.

В конфликты вступает редко. Однако его формализм может провоцировать конфликтные ситуации. В конфликте ведет себя пассивно.

7. *Тревожный тип*. Отличается низкой контактностью, неуверенностью в себе, минорным настроением. Самооценка занижена. Вместе с тем для него характерны такие черты, как дружелюбие, самокритичность, исполнительность.

Редко вступает в конфликты, играя в них пассивную роль, обладающие стратегии поведения в конфликте — уход и уступка.

8. *Эмотивный тип*. Отличается стремлением к общению в узком кругу. Устанавливает хорошие контакты только с небольшим избранным кругом людей. Чрезмерно чувствителен. Слезлив. Вместе с тем для него характерны доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность.

Редко вступает в конфликты. В конфликтах играет пассивную роль, склонен к уступкам.

9. *Демонстративный тип*. Отличается легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жадной властью и славой. Склонен к интригам. Обходителен, артистичен. Вместе с тем люди данного типа эгоистичны, лицемерны, хвастливы.

Конфликтен. В конфликте активен.

10. *Экзальтированный тип* (от лат. *exaltatio* — восторженное, возбужденное состояние, болезненная оживленность). Отличается высокой контактностью. Словоохотлив, влюбчив. Привязан и внимателен к друзьям и близким, подвержен сиюминутным настроениям.

## Тест 2. Самооценка конфликтности

Выберите в каждом вопросе один из трех вариантов ответа. Если на какой-либо вопрос вы не сможете найти ответ, то при подсчете набранных баллов присвойте этому вопросу два очка.

1. Представьте, что в общественном транспорте начинается спор. Что вы предпримете?

а) Избегаю вмешиваться в ссору;

б) я могу вмешаться, встать на сторону потерпевшего, того, кто прав;

- в) всегда вмешиваюсь и до конца отстаиваю свою точку зрения.
2. На собрании критикуете ли вы руководство за допущенные ошибки?
- а) Всегда критикую за ошибки;
  - б) да, но в зависимости от моего личного отношения к нему;
  - в) нет.
3. Ваш непосредственный начальник излагает свой план работы, который вам кажется нерациональным. Предложите ли вы свой план, который кажется вам лучше?
- а) Если другие меня поддержат, то да;
  - б) разумеется, я предложу свой план;
  - в) боюсь, что за это меня могут лишить премиальных.
4. Любите ли вы спорить со своими коллегами, друзьями?
- а) Только с теми, кто не обижается, и тогда, когда споры не портят наши отношения;
  - б) да, но только по принципиальным, важным вопросам;
  - в) я спорю со всеми и по любому поводу.
5. Кто-то пытается пройти вперед вас без очереди. Ваша реакция:
- а) думаю, что и я не хуже его, тоже пытаюсь обойти очередь;
  - б) возмущаюсь, но про себя;
  - в) открыто высказываю свое негодование.
6. Представьте, что рассматривается проект, в котором есть смелые идеи, но есть и ошибки. Вы знаете, что от вашего мнения будет зависеть судьба этой работы. Как вы поступите?
- а) Выскажусь и о положительных, и об отрицательных сторонах этого проекта;
  - б) выделю положительные стороны проекта и предложу предоставить автору возможность продолжить его разработку;
  - в) стану критиковать: чтобы быть новатором, нельзя допускать ошибок.
7. Представьте, что теща (свекровь) говорит вам о необходимости экономии и бережливости, о вашей расточительности, а сама то и дело покупает дорогие старинные вещи. Она хочет знать ваше мнение о своей последней покупке. Что вы ей скажете?
- а) Одобряю покупку, если она доставила ей удовольствие;
  - б) говорю, что у этой вещи нет художественной ценности;
  - в) постоянно ругаюсь, ссорюсь с ней из-за этого.
8. В парке вы встретили подростков, которые курят. Как вы реагируете?
- а) Делаю им замечание;
  - б) думаю: зачем мне портить себе настроение из-за чужих, плохо воспитанных юнцов;
  - в) если бы это было не в общественном месте, то я бы их отчитал.
9. В ресторане вы замечаете, что официант обсчитал вас. Как вы поступите?
- а) Я не дам ему чаевых, хотя и собирался это сделать;
  - б) попрошу, чтобы он еще раз, при мне, составил счет;
  - в) выскажу ему все, что о нем думаю.
10. Вы в доме отдыха. Администратор занимается посторонними делами, вместо того чтобы выполнять свои обязанности — следить за уборкой в комнатах, разнообразием меню и т. д. Возмущает ли это вас?

- а) Я нахожу способ пожаловаться на него, пусть его накажут или даже уволят с работы;
- б) да, но если я даже и выскажу ему какие-то претензии, то это вряд ли что-то изменит;
- в) придираюсь к обслуживающему персоналу — повару, уборщице или срываю свой гнев на жене.

11. Вы спорите с вашим сыном-подростком и убеждаетесь, что он прав. Признаете ли вы свою ошибку?

- а) Нет;
- б) разумеется, признаю;
- в) постараюсь примирить наши точки зрения.

Оценка результатов (см. таблицу). Каждый ответ оценивается от 1 до 4 очков.

От- вет	Вопросы										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
а	4	0	2	4	2	4	0	4	0	0	0
б	2	2	0	2	4	4	2	4	2	4	4
в	0	4	4	0	2	0	0	2	0	2	2

**От 30 до 44 очков.** Вы тактичны. Не любите конфликтов. Умете их сгладить, легко избежать критических ситуаций. Если вам приходится вступать в спор, вы учитываете, как это может отразиться на вашем служебном положении или приятельских отношениях. Вы стремитесь быть приятным для окружающих, но когда им требуется помощь, не всегда решаетесь ее оказать. Не думаете ли вы, что тем самым теряете уважение к себе в глазах других?

**От 15 до 29 очков.** О вас говорят, что вы конфликтная личность. Вы настойчиво отстаиваете свое мнение невзирая на то, как это повлияет на ваши служебные или личностные отношения. И за это вас уважают.

**До 14 очков.** Вы мелочны, ищете поводы для споров, часто излишних. Любите критиковать, но только когда это выгодно вам. Вы навязываете свое мнение, даже если не правы. Вы не обидитесь, если вас будут считать любителем поскандалить. Подумайте, не скрывается ли за вашим поведением комплекс неполноценности.

### Тест 3. Тактика поведения в конфликте

Тест состоит из двух частей: «Избегающий конфликта» и «Действующий напролом». Обе части содержат по 10 утверждений. Каждое из них требует ответа «да» или «нет». Вы должны сделать свой выбор. За ответ «да» начисляете 1 балл, «нет» — 0 баллов. С помощью этого теста вы можете оценить себя, а также интересующего вас человека.

### *Избегающий конфликта*

1. Всегда проигрывает в конфликте	да	нет
2. Считает, что конфликта надо избегать	да	нет
3. Выражает свое мнение извиняющимся тоном	да	нет
4. Считает, что проиграет, если выразит несогласие	да	нет
5. Удивляется, почему другие его не понимают	да	нет
6. Говорит о конфликте на стороне оппонента	да	нет
7. Воспринимает конфликт эмоционально	да	нет
8. Считает, что в конфликте не следует демонстрировать своих эмоций	да	нет
9. Чувствует, что надо уступить, если хочет разрешить конфликт	да	нет
10. Считает, что люди всегда с трудом выходят из конфликта	да	нет

Оценка результатов.

**8—10 баллов** — в вашем поведении выражена тенденция к конфликтности; **4—7 баллов** — средне выражена тенденция к конфликтному поведению; **1—3 балла** — тенденция не выражена.

### *Действующий напролом*

1. Часто подтасовывает факты	да	нет
2. Действует напролом	да	нет
3. Ищет слабое место в позиции оппонента	да	нет
4. Считает, что отступление ведет к «потере лица»	да	нет
5. Использует тактику «затыкания рта» оппоненту	да	нет
6. Считает себя знатоком	да	нет
7. Нападает на человека, а не на проблему	да	нет
8. Использует тактику маскировки (голосом, манерами и т.п.)	да	нет
9. Считает, что выигрыш в аргументах очень важен	да	нет
10. Отказывается от дискуссии, если она идет не в соответствии с его замыслом	да	нет



### Оценка результатов.

**8—10 баллов** свидетельствуют о явной тенденции действовать напролом; **4—7 баллов** — средне выражена тенденция действовать напролом; **1—3 балла** — тенденция действовать напролом не выражена.

#### Тест 4. Оценка стратегий поведения в конфликте по методике Дж. Г. Скотт

Очевидно, что положительные результаты может принести любая из пяти известных вам стратегий поведения в конфликте, если она отвечает требованиям ситуации. Однако многие тяготеют к преимущественному использованию одной из стратегий, не столько сообразуясь с объективными обстоятельствами, сколько исходя из собственных внутренних побуждений, устоявшихся привычек.

В будущем вы обязательно сможете расширить репертуар стратегий, но сейчас постарайтесь определить свой «любимый» стиль поведения в конфликтных ситуациях при помощи следующей таблицы. Заполняя ее, представьте себе свое обычное поведение в конфликтных ситуациях за последние несколько лет.

Стиль разрешения конфликта	Использую чаще всего	Владею лучше всего	Приносит наилучшие результаты	Чувствую себя при использовании наиболее комфортно
Настойчивость (я активно отстаиваю собственную позицию)				
Уход (я стараюсь уклониться от участия в конфликте)				
Приспособление (я стараюсь во всем уступать, идти навстречу партнеру)				
Компромисс (я ищу решение, основанное на взаимных уступках)				
Сотрудничество (я стараюсь найти решение, максимально удовлетворяющее интересы обеих сторон)				

Проранжируйте стратегии по четырем указанным категориям. Для этого последовательно поставьте цифры (от 1 до 5) в каждой

из четырех колонок. Цифра 1 означает, что стиль занимает первое место (ранг) по категории, цифра 5 — последнее место (ранг).

Например, для категории «Использую чаще всего» система рангов может иметь следующий вид: настойчивость — 4; уход — 3; приспособление — 5; компромисс — 2; сотрудничество — 1.

Заполненная таблица даст наглядное представление о том, какой из стилей вы используете чаще всего, какой — лучше всего, какой — чаще приносит наилучшие результаты и какой — наиболее комфортен для вас. Это может быть один и тот же стиль (ваш любимый) или разные стили. Любой результат дает вам информацию для размышлений, если вы хотите сделать свое поведение в конфликтной ситуации более эффективным, развив способности использовать различные стили.

### **Задание 6. Тренинговые упражнения.**

Цели задания — развитие у студентов навыков эффективного общения и рационального поведения в конфликте, формирование умений управлять своим поведением в сложных и критических ситуациях социального взаимодействия.

*Упражнение 1.* Самооценка рационального поведения в конфликте.

Проанализируйте свои действия по 11 позициям в конфликтах, которые происходили с вашим участием, и оцените их по 5-балльной шкале по следующей матрице: оценка 1 означает полное соответствие вашего поведения по той или иной позиции, оценка 5 — для вас не характерно такое поведение.

№ п/п	Позиция	Оценка
1	Критически оцениваю партнера	1 2 3 4 5
2	Приписываю ему низменные или плохие намерения	1 2 3 4 5
3	Демонстрирую превосходство	1 2 3 4 5
4	Обвиняю и приписываю ответственность только партнеру	1 2 3 4 5
5	Игнорирую интересы соперника	1 2 3 4 5
6	Вижу все только со своей позиции	1 2 3 4 5
7	Уменьшаю заслуги партнера	1 2 3 4 5
8	Преувеличиваю свои заслуги	1 2 3 4 5
9	Задеваю «больные точки» и «уязвимые места» партнера	1 2 3 4 5
10	Выдвигаю перед партнером множество претензий	1 2 3 4 5
11	Раздражаюсь, перехожу на крик, повышение голоса	1 2 3 4 5

### Оценка результатов.

Отклонение вправо от показателя «3» по всем позициям свидетельствует о том, что вы обладаете достаточными навыками рационального поведения в конфликте.

Отклонение влево от этого показателя означает, что вы не обладаете достаточными навыками рационального поведения. В этом случае вам необходимо проанализировать причины недостаточно развитых навыков рационального поведения в конфликте и заняться тренировками.

### Упражнение 2. Самооценка «мудрого поведения» в конфликте.

Проанализируйте свои действия по пяти позициям «мудрого поведения» в конфликтах, которые происходили с вашим участием и оцените их по 5-балльной шкале по следующей матрице.

№ п/п	Позиция	Оценка	Позиция
1	«Открытость» ума. Вы настроены на понимание доводов и аргументов оппонента	5 4 3 2 1	Вы никогда не стремитесь понять своего оппонента
2	Позитивное отношение к оппоненту	5 4 3 2 1	Негативное отношение к оппоненту
3	Рациональное мышление. Вы контролируете свои эмоции	5 4 3 2 1	Вы отдаетесь стихиям и эмоциям
4	Сотрудничество. Вы не делаете ставку на односторонний выигрыш, а ориентируетесь на равенство и сотрудничество	5 4 3 2 1	Вы стремитесь к одностороннему выигрышу
5	Терпимость. Вы признаете право людей быть такими, какие они есть	5 4 3 2 1	Вы нетерпимы к оппоненту, вас раздражают эмоции, его позиция или точка зрения, не совпадающая с вашей

### Оценка результатов.

Отклонение влево от показателя «3» по всем позициям свидетельствует о том, что вы обладаете достаточными признаками «мудрого поведения» в конфликте.

Отклонение вправо означает, что вы не обладаете достаточными признаками «мудрого поведения» в конфликте. В этом случае вам необходимо обратиться к технологиям рационального поведения в конфликте и заняться тренировками.

### *Упражнение 3. Развитие эмпатии.*

1. Подумайте, способны ли вы отвечать на такие вопросы: «Что я сейчас переживаю?», «Чего я в данный момент хочу?», «Зачем я это делаю?» Если вы умеете отдавать себе в этом отчет, у вас есть способность мыслить за других.

2. Подумайте и решите, почему в одинаковых ситуациях вы иногда действуете по-разному. Вспомните конкретные события. Нужно знать причины своих действий. Это поможет вам понимать причины действий других людей.

3. Вспомните имя неприятного вам человека. Почему он вам не нравится?

4. Припомните случай, когда ваш собеседник отстаивал, как вам кажется, абсурдную точку зрения. Как вы думаете, почему он это делал?

5. Были ли случаи, когда вы, слушая выступающего, думали, что он говорит одно, а подразумевает другое? Почему вы так думали?

6. Если вы хотите развить свою способность понимать переживания и намерения других людей, выработайте у себя привычку наблюдать.

- Обратив внимание на какого-нибудь человека, оцените его эмоциональное состояние.

- Научитесь слушать других людей.

- Перед тем как что-нибудь предлагать или высказать просьбу, подумайте, могут ли вам возразить.

- Наблюдая за человеком, попробуйте угадать, во что этот человек будет одет в следующий раз. Часто ли подтверждаются ваши прогнозы?

- Когда смотрите по телевизору художественные фильмы, периодически выключайте звук. При этом старайтесь не терять нити событий. Это поможет вам развить способность идентифицировать себя с другими людьми.

7. Находясь в картинной галерее, понаблюдайте за людьми, которые внимательно рассматривают картину: а) изображающую радостное событие, б) изображающую печальное или трагическое событие. Сравните поведение двух групп людей, обратив внимание на их лица, осанку, жесты, характер переговоров между ними. Заметили ли вы разницу?

### *Упражнение 4. Аутотренинг: «первая помощь в острой стрессовой ситуации».*

Первое и главное правило: в острой стрессовой ситуации не следует принимать никаких решений (исключение составляют стихийные бедствия, когда речь идет о спасении жизни).

Прислушайтесь к совету: сосчитайте до 10.

Займитесь своим дыханием. Медленно вдохните воздух носом и на некоторое время задержите дыхание. Выдыхайте крайне мед-

ленно, также через нос, сосредоточившись на ощущениях, связанных с вашим дыханием.

События могут развиваться двумя путями.

1. Если стрессовая ситуация застигнет вас в помещении, то напряжение можно снять следующими способами.

Встаньте, если это нужно, и, извинившись, выйдите из помещения; например, у вас есть возможность пройти в туалет или в какое-нибудь другое место, где вы сможете побыть один.

Воспользуйтесь любым шансом, чтобы смочить лоб, виски и запястья холодной водой.

Медленно осмотритесь, даже в том случае, если помещение, в котором вы находитесь, хорошо вам знакомо или выглядит вполне заурядно. Переводя взгляд с одного предмета на другой, мысленно описывайте их внешний вид.

Затем посмотрите в окно на небо. Сосредоточьтесь на том, что видите. Когда вы в последний раз вот так смотрели на небо? Разве мир не прекрасен?!

Набрав воды в стакан (в крайнем случае в ладони), медленно, сосредоточенно выпейте ее. Сконцентрируйте свое внимание на том, как вода течет по горлу.

Выпрямитесь, поставьте ноги на ширину плеч и на выдохе наклонитесь, расслабив шею и плечи, так чтобы голова и руки свободно свисали к полу. Дышите глубже, следите за своим дыханием. Продолжайте делать это в течение 1—2 мин. Затем медленно выпрямитесь (действуйте осторожно, чтобы не закружилась голова).

2. Если стрессовая ситуация застигнет вас где-либо вне помещения, постарайтесь сосредоточенно выполнить следующие упражнения.

Посмотрите по сторонам. Попробуйте взглянуть на окружающие предметы с разных позиций, мысленно называйте все, что видите.

Детально рассмотрите небо, называя про себя все, что видите.

Найдите какой-нибудь мелкий предмет (листок, ветку, камень) и внимательно рассмотрите его. Разглядывайте предмет не менее 4 мин, знакомясь с его формой, цветом, структурой таким образом, чтобы суметь четко представить его с закрытыми глазами.

Если есть возможность выпить воды, воспользуйтесь ею — пейте медленно, сосредоточившись на том, как жидкость течет по вашему горлу.

Еще раз проследите за своим дыханием. Дышите медленно через нос: сделав вдох, на некоторое время задержите дыхание, затем так же медленно, через нос, выдохните воздух. При каждом вдохе концентрируйте внимание на том, как расслабляются и опускаются ваши плечи. Приятное ощущение, не правда ли? Насладитесь им!<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Кампони В., Новак Т. Сам себе психолог. — СПб., 1994.

### **Задание 7. Тестирование и отработка тренинговых упражнений.**

Цели задания — закрепление знаний студентов по основным проблемам ведения переговорного процесса, направленного на разрешение конфликта, развитие у них навыков самооценки психологической подготовленности к участию в переговорах и формирования такой подготовленности в ходе отработки тренинговых упражнений.

Самооценка подготовленности к ведению переговоров.

#### **Тест 1. Умеете ли вы вести деловые переговоры?**

**Инструкция.** Вам предлагается 16 вопросов, на каждый из которых вы должны ответить «да» или «нет».

Если вы владеете секретами умелого ведения беседы, то это может вам помочь в общении с окружающими и в достижении своих целей даже в условиях конкуренции. Предлагаемый ниже тест как раз призван помочь вам разобраться, пусть и в первом приближении, одарены ли вы такой способностью, или вам надо срочно приложить усилия, чтобы овладеть хотя бы минимумом дипломатических навыков.

1. Бывает ли, что вас удивляют реакции людей, с которыми вы сталкиваетесь в первый раз?

2. Есть ли у вас привычка договаривать фразы, начатые вашим собеседником, поскольку вам кажется, что вы угадали его мысль, а говорит он слишком медленно?

3. Часто ли вы жалуетсяе, что вам не дают всего необходимого для того, чтобы успешно закончить порученную вам работу?

4. Когда критикуют мнение, которое вы разделяете, или коллектив, в котором вы работаете, возражаете ли вы (или хотя бы возникает у вас такое желание)?

5. Способны ли вы предвидеть, чем вы будете заниматься в ближайшие 6 месяцев?

6. Если вы попадаете на совещание, где есть незнакомые вам люди, стараетесь ли вы скрыть ваше собственное мнение по обсуждаемым вопросам?

7. Считаете ли вы, что в любых переговорах всегда кто-то становится победителем, а кто-то обязательно проигрывает?

8. Говорят ли о вас, что вы упорны и твердолобы?

9. Считаете ли вы, что на переговорах всегда надо запрашивать вдвое больше того, что вы хотите получить в итоге?

10. Трудно ли вам скрыть свое плохое настроение, например, когда вы играете с приятелями в карты и проигрываете?

11. Считаете ли вы необходимым возразить тому, кто на совещании высказал мнение, противоположное вашему?

12. Неприятна ли вам частая смена видов деятельности?

13. Занимаете ли вы ту должность и получаете ли ту зарплату, которые наметили для себя несколько лет назад?



14. Считаете ли вы допустимым пользоваться слабостями других ради достижения своих целей?

15. Уверены ли вы, что можете легко найти аргументы, способные убедить других в вашей правоте?

16. Готовитесь ли вы к встречам и совещаниям, в которых вам предстоит принять участие?

Оценка результатов. За каждый ответ, совпадающий с контрольным, начислите себе по 1 баллу.

### Контрольные ответы

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	да	нет	да	да	да	да	нет	нет	нет

Сумма баллов **от 0 до 5** — вы не готовы для ведения переговоров. Вам следует немного поработать над собой.

Сумма баллов **от 6 до 11** — в целом вы подготовлены к ведению переговоров, но есть опасность, что в переговорном процессе в самый неподходящий момент могут проявиться властные черты вашего характера. Вам следует продолжать работу над собой. Главное — научиться держать себя в руках.

Сумма баллов **от 12 до 16** — вы обладаете высокой подготовленностью к ведению переговоров и можете вести их легко и непринужденно. Но вам следует иметь в виду, что партнеры по переговорам могут подумать, что за этой легкостью и непринужденностью скрываются нечестность и неискренность.

### Тест 2. Как вести деловые переговоры

Инструкция. На каждый из 9 вопросов вы должны дать ответ: «а», «б» или «в».

1. На чем вы настаиваете во время переговоров?
  - а) На соглашении;
  - б) на своем решении;
  - в) на использовании объективных критериев при выборе решения.
2. Стремитесь ли вы во время переговоров к единственному решению?
  - а) Стремлюсь к единственному решению, приемлемому для обеих сторон;
  - б) стремлюсь к единственному решению, приемлемому для себя;
  - в) представляю множество вариантов на выбор.
3. Ради соглашения идете на уступки или требуете преимуществ?
  - а) Примиряюсь с односторонними потерями ради достижения соглашения;
  - б) требую односторонних преимуществ в награду за соглашение;
  - в) продумываю возможность взаимной выгоды.
4. При ведении переговоров намечаете ли вы «нижнюю границу», т. е. результат переговоров, выраженный в виде худшего из допустимых вариантов?

- а) Открываю свою «нижнюю границу»;
  - б) скрываю свою «нижнюю границу»;
  - в) не устанавливаю «нижнюю границу».
5. Во время переговоров вы выдвигаете предложения или прибегаете к угрозам?
- а) Прибегаю к угрозам;
  - б) изучаю интересы сторон;
  - в) выдвигая предложения.
6. Во время переговоров меняете ли вы свои позиции?
- а) Легко меняю позиции;
  - б) твердо придерживаюсь намеченных позиций;
  - в) сосредоточиваюсь на выгодах, а не на позициях.
7. Во время переговоров доверяете ли вы их участникам?
- а) Да;
  - б) нет;
  - в) действую независимо от доверия или недоверия.
8. Требовательны ли вы в подходе к участникам переговоров и решениям?
- а) Нет;
  - б) да;
  - в) стараюсь быть мягким к участникам переговоров и требовательным к решениям.
9. Ради сохранения отношений идете ли вы на уступки в ходе переговоров?
- а) Уступаю ради сохранения отношений;
  - б) требую уступок в качестве условия продолжения отношений;
  - в) отделяю спор между людьми от решения задачи переговоров.

### Оценка результатов.

Если у вас преобладают ответы группы «а», ваш стиль переговоров — уступчивость. Цель переговоров — соглашение.

Если больше ответов группы «б», ваш стиль переговоров — жесткость, давление. Цель переговоров — только победа, причем односторонняя, только с вашей стороны.

Если больше ответов группы «в», ваш стиль переговоров — сотрудничество. Цель — взаимовыгодные решения.

### **Задание 8. Самооценка личности методом тестирования.**

Цели задания — закрепление знаний студентов по основным проблемам теории внутриличностных конфликтов, развитие навыков самооценки личности и формирование умений анализировать полученные результаты тестирования и вырабатывать программу самосовершенствования и самокоррекции поведения.

### **Тест 1. Самооценка характера по методике Р. Кэтгела**

Назначение теста. Выявить отдельные черты характера личности.

Данный тест — модифицированный упрощенный вариант 16-факторного опросника, разработан американским психологом Р. Кэттелом и предназначен для выявления обобщенных исходных черт личности — факторов, входящих в ее структуру и являющихся причинами определенных реакций человека.

Он прост в обработке и интерпретации.

**Инструкция.** Выберите один из вариантов ответа на каждый вопрос («а», «б», «в»). Читая вопросы, долго над ними не задумывайтесь, старайтесь представить ситуацию в целом и оценить, насколько она для вас типична.

Во всех вопросах вариант «б» соответствует случаям, не требующим четкого выбора, или позволяет уйти от однозначного ответа. Старайтесь, однако, не злоупотреблять такими ответами.

Помните, что нет «неправильных» или «правильных» ответов — каждый человек имеет право на собственное мнение.

1. Я вполне мог бы жить один, вдали от людей:  
а) да; б) иногда; в) нет.
2. Иногда я неважно себя чувствую без особой причины:  
а) да; б) не знаю; в) нет.
3. Читая о каком-либо происшествии, я интересуюсь всеми подробностями:  
а) да; б) иногда; в) редко.
4. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе с ними и совсем не обижаюсь:  
а) верно; б) не знаю; в) неверно.
5. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:  
а) раздражает меня;  
б) нечто среднее;  
в) не беспокоит меня совершенно.
6. Мне нравится друг:  
а) интересы которого имеют деловой и практический характер;  
б) не знаю;  
в) который отличается глубоко продуманными взглядами на жизнь.
7. На предприяттии мне было интереснее:  
а) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве;  
б) трудно сказать;  
в) беседовать с людьми, заниматься общественной работой.
8. У меня всегда хватает энергии, когда мне это необходимо:  
а) да; б) трудно сказать; в) нет.
9. Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли:  
а) моим хорошим друзьям;  
б) не знаю;  
в) в своем дневнике.
10. Я могу спокойно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:  
а) верно; б) затрудняюсь ответить; в) неверно.

11. Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неожиданностей, чем с другими людьми:  
а) да; б) трудно сказать; в) нет.
12. Я думаю, что говорю неправду реже, чем большинство людей:  
а) верно; б) затрудняюсь ответить; в) нет.
13. Я предпочел бы работать:  
а) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и быть среди них;  
б) затрудняюсь ответить;  
в) архитектором.
14. То, что я делаю, у меня не получается:  
а) редко; б) иногда; в) часто.
15. Даже если мне говорят, что мои идеи неосуществимы, это меня не останавливает:  
а) верно; б) не знаю; в) неверно.
16. Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей:  
а) верно; б) не знаю; в) неверно.
17. Усилия, затраченные на составление планов:  
а) никогда не лишние; б) трудно сказать; в) не стоят этого.
18. Мне больше нравится работать с людьми изысканными, утонченными, чем с людьми откровенными и прямолинейными:  
а) да; б) не знаю; в) нет.
19. Мне приятно сделать человеку одолжение, согласившись назначить встречу с ним на время, удобное для него, даже если это немного неудобно для меня:  
а) да; б) иногда; в) нет.
20. Когда ложусь спать, то:  
а) засыпаю быстро; б) по-разному; в) засыпаю с трудом.
21. Работая в магазине, я хотел бы:  
а) оформлять витрины; б) не знаю; в) быть кассиром.
22. Я предпочитаю:  
а) вопросы, касающиеся меня, решать сам;  
б) затрудняюсь ответить;  
в) советуюсь со своими друзьями.
23. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:  
а) верно; б) иногда; в) неверно.
24. Если люди обо мне плохо думают, то я не стараюсь их переубедить, а продолжаю поступать по-своему:  
а) да; б) трудно сказать; в) нет.
25. Бывает, что я все утро не хочу ни с кем разговаривать:  
а) часто; б) иногда; в) никогда.
26. Мне бывает скучно:  
а) часто; б) иногда; в) никогда.
27. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов:  
а) да; б) трудно сказать; в) неверно.
28. Я думаю, что интереснее быть:  
а) ботаником и работать с растениями;

- б) не знаю;
- в) страховым агентом.

29. Когда вопрос, который надо решить, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:

- а) заняться другим вопросом;
- б) затрудняюсь ответить;
- в) еще раз попытаюсь решить этот вопрос.

30. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны:

- а) да; б) иногда; в) нет.

Данный тест не может полностью дать представление о вашем характере и не претендует на абсолютную достоверность. Однако он позволяет определить некоторые особенности личности: общительность, эмоциональную устойчивость, добросовестность, дисциплинированность.

#### Обработка результатов.

Ответ «б» всегда оценивается в 1 балл.

С 1-го по 7-й и с 23-го по 30-й вопрос:

«а» — 0 баллов;

«в» — 2 балла.

С 8-го по 22-й вопрос:

«а» — 2 балла;

«в» — 0 баллов.

#### Ключ к тесту и оценка результатов.

1. Сумма баллов, полученных при ответах на вопросы 1, 7, 9, 13, 19, 25, говорит о вашей общительности или замкнутости.

Если сумма баллов **не превысит 8**, то вы, скорее всего, не очень нуждаетесь в обществе других и, как говорят, не контактны. Вполне возможно, что вы скептически относитесь к знакомым и довольно строго судите других. А это, как известно, ограничивает круг близких друзей, с которыми легко быть откровенным.

Если сумма баллов **выше 8**, то вы общительны и добродушны, открыты и сердечны. Вам свойственны естественность и непринужденность в поведении, внимательность и мягкосердечность по отношению к людям. Вы не очень боитесь критики. Выбирая специальность, на это следует обратить внимание, вам можно рекомендовать профессию типа «человек — человек», требующую постоянного общения с людьми, коллективных действий.

2. Сумма баллов, полученная при ответах на вопросы 2, 5, 8, 14, 20, 26, говорит о вашей эмоциональной устойчивости или неустойчивости.

Если сумма баллов **меньше 7**, вы, скорее всего, подвержены чувствам и склонны к быстрой смене настроения. Высокие оценки свойственны людям выдержанным, спокойным, чей взгляд на вещи более реалистичен.

3. Если сумма баллов, полученная при ответах на вопросы 3, 6, 15, 18, 21, 27, **меньше 7**, вы человек практичный и добросовест-

ный, легко следует общепринятым нормам, правилам поведения. Хотя, быть может, вам свойственны некоторая ограниченность, «заземленность», излишняя внимательность к мелочам.

При наличии высоких оценок у вас богатое воображение и, как следствие, высокий творческий потенциал. Старайтесь все же не «витать в облаках». Это часто приводит к житейским неудачам.

4. Если сумма баллов при ответах на вопросы 4, 10, 16, 22, 24 и 28 **превышает 5**, вам, вероятно, свойственны расчетливость и осмотрительность. Вы достаточно проникательны, умеете разумно и трезво оценивать события и окружающих людей.

Низкие оценки говорят о том, что вам, возможно, свойственны прямолинейность, естественность и непосредственность в поведении.

5. Если сумма баллов, полученная при ответах на вопросы 11, 12, 17, 23, 29 и 30, **меньше 6**, у вас, похоже, не всегда хорошо обстоят дела с самоконтролем и дисциплиной. Обычно таким людям, как говорят психологи, присуща внутренняя конфликтность.

При оценке **выше 6** баллов вы, наверное, целеустремленный человек, хорошо контролируете свои эмоции и поведение, для вас не представляет особого труда придерживаться общепринятых правил.

## Тест 2. Самооценка личности (1-й вариант)

**Инструкция.** Каждый человек имеет определенные представления об идеале и наиболее ценных свойствах личности. На эти качества люди ориентируются в процессе самовоспитания. Какие качества вы особенно цените в людях? У разных людей эти представления неодинаковы, поэтому не совпадают и результаты самовоспитания. Какие представления об идеале имеются у вас? Разобраться в этом вам поможет следующее задание, которое выполняется в два этапа.

**Первый этап.**

1. Разделите лист бумаги на четыре равные части, обозначьте каждую часть римскими цифрами I, II, III, IV.

2. Даны четыре набора слов, характеризующих положительные качества людей. Вы должны в каждом наборе качеств выделить те, которые наиболее значимы и ценны для вас лично, которым вы отдаете предпочтение. Какие это качества и сколько — каждый решает сам.

3. Внимательно прочитайте слова I набора качеств. Выпишите в столбик наиболее ценные для вас качества вместе с их номерами, стоящими слева. Теперь приступайте ко II набору качеств — и так до конца. В итоге вы должны получить четыре набора идеальных качеств.



Чтобы создать условия для одинакового понимания качеств всеми участниками психологического обследования, приводим толкование этих качеств.

### **Набор качеств личности**

#### **I. Межличностные отношения, общение.**

1. *Вежливость* — соблюдение правил приличия, учтивость.
2. *Заботливость* — мысли или действия, направленные к благополучию людей; попечение, уход.
3. *Искренность* — выражение подлинных чувств, правдивость, открытость.
4. *Коллективизм* — способность поддерживать общую работу, общие интересы, коллективное начало.
5. *Отзывчивость* — готовность отзываться на чужие нужды.
6. *Радушие* — сердечное, ласковое отношение, соединенное с гостеприимством, с готовностью чем-нибудь услужить.
7. *Сочувствие* — отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью людей.
8. *Тактичность* — чувство меры, создающее умение вести себя в обществе, не задевать достоинства людей.
9. *Терпимость* — умение без вражды относиться к чужому мнению, характеру, привычкам.
10. *Чуткость* — отзывчивость, сочувствие, способность легко понимать людей.
11. *Доброжелательность* — желание добра людям, готовность содействовать их благополучию.
12. *Приветливость* — способность выражать чувство личной приязни.
13. *Обаятельность* — способность очаровывать, притягивать к себе.
14. *Общительность* — способность легко входить в общение.
15. *Обязательность* — верность слову, долгу, обещанию.
16. *Ответственность* — необходимость, обязанность отвечать за свои поступки и действия.
17. *Откровенность* — открытость, доступность для людей.
18. *Справедливость* — объективная оценка людей в соответствии с истиной.
19. *Совместимость* — умение соединять свои усилия с активностью других при решении общих задач.
20. *Требовательность* — строгость, ожидание от людей выполнения своих обязанностей, долга.

#### **II. Поведение.**

1. *Активность* — проявление заинтересованного отношения к окружающему миру и самому себе, к делам коллектива, энергичные поступки и действия.
2. *Гордость* — чувство собственного достоинства.
3. *Добродушие* — мягкость характера, расположение к людям.
4. *Порядочность* — честность, неспособность совершать подлые и антиобщественные поступки.

5. *Смелость* — способность принимать и осуществлять свои решения без страха.

6. *Твердость* — умение настоять на своем, не поддаваться давлению, непоколебимость, устойчивость.

7. *Уверенность* — вера в правильность поступков, отсутствие колебаний, сомнений.

8. *Честность* — прямота, искренность в отношениях и поступках.

9. *Энергичность* — решительность, активность поступков и действий.

10. *Энтузиазм* — сильное воодушевление, душевный подъем.

11. *Добросовестность* — честное выполнение своих обязанностей.

12. *Инициативность* — стремление к новым формам деятельности.

13. *Интеллигентность* — высокая культура, образованность, эрудиция.

14. *Настойчивость* — упорство в достижении целей.

15. *Решительность* — непреклонность, твердость в поступках, способность быстро принимать решения, преодолевая внутренние колебания.

16. *Принципиальность* — умение придерживаться твердых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.

17. *Самокритичность* — стремление оценить свое поведение, умение вскрывать свои ошибки и недостатки.

18. *Самостоятельность* — способность осуществлять действия без чужой помощи, своими силами.

19. *Уравновешенность* — ровный, спокойный характер, поведение.

20. *Целеустремленность* — наличие ясной цели, стремление ее достичь.

### III. Деятельность.

1. *Вдумчивость* — глубокое проникновение в суть дела.

2. *Деловитость* — знание дела, предприимчивость, толковость.

3. *Мастерство* — высокое искусство в какой-либо области.

4. *Понятливость* — умение понять смысл, сообразительность.

5. *Скорость* — стремительность в поступках и действиях, быстрота.

6. *Собранность* — сосредоточенность, подтянутость.

7. *Точность* — умение действовать как задано, в соответствии с образцом.

8. *Трудолюбие* — любовь к труду, общественно полезной деятельности, требующей напряжения.

9. *Увлеченность* — умение целиком отдаваться какому-либо делу.

10. *Усидчивость* — усердие в том, что требует длительного времени и терпения.

11. *Аккуратность* — соблюдение во всем порядка, тщательность работы, исполнительность.

12. *Внимательность* — сосредоточенность на выполняемой деятельности.

13. *Дальновидность* — прозорливость, способность предвидеть последствия, прогнозировать будущее.

14. *Дисциплинированность* — привычка к дисциплине, сознание долга перед обществом.

15. *Исполнительность* — старательность, хорошее выполнение заданий.

16. *Любознательность* — пытливость ума, склонность к приобретению новых знаний.

17. *Находчивость* — способность быстро находить выход из затруднительных положений.

18. *Последовательность* — умение выполнять задания, действия в строгом порядке.

19. *Работоспособность* — способность много и продуктивно работать.

20. *Скрупулезность* — точность до мелочей, особая тщательность.

IV. Переживания, чувства.

1. *Бодрость* — ощущение полноты силы, деятельности, энергии.

2. *Бесстрашие* — отсутствие страха, храбрость.

3. *Веселость* — беззаботно-радостное состояние.

4. *Душевность* — искреннее дружелюбие, расположенность к людям.

5. *Милосердие* — готовность помочь, простить из сострадания, чело-  
веколюбия.

6. *Нежность* — проявление любви, ласки.

7. *Свободолюбие* — любовь и стремление к свободе, независимости.

8. *Сердечность* — задушевность, искренность в отношениях.

9. *Страстность* — способность целиком отдаваться увлечению.

10. *Стыдливость* — способность испытывать чувство стыда.

11. *Взволнованность* — мера переживания, душевное беспокойство.

12. *Восторженность* — большой подъем чувств, восторг, восхищение.

13. *Жалостливость* — склонность к чувству жалости, состраданию.

14. *Жизнерадостность* — постоянство чувства радости, отсутствие уны-  
ния.

15. *Любвеобильность* — способность сильно и многих любить.

16. *Оптимистичность* — жизнерадостное мироощущение, вера в успех.

17. *Сдержанность* — способность удержаться от проявления чувств.

18. *Удовлетворенность* — ощущение удовольствия от исполнения же-  
ланий.

19. *Хладнокровность* — способность сохранять спокойствие и выдержку.

20. *Чувствительность* — легкость возникновения переживаний, чувств,  
повышенная восприимчивость к воздействиям извне.

Второй этап.

Среди качеств личности, выписанных из I набора, отметьте кружком такие, которыми вы обладаете реально. Теперь переходите к II набору качеств, затем к III и IV.

Обработка данных.

1. Подсчитайте количество реально имеющихся у вас качеств (Р).

2. Подсчитайте количество выписанных вами идеальных качеств (И), а затем вычислите их процентное отношение:

$$П = \frac{Р}{И} \times 100\%.$$

Результаты сопоставьте с оценочной шкалой (см. табл. на с. 230).

## Тест 2. Самооценка личности (2-й вариант)

Инструкция. I. Внимательно прочтите список из 20 качеств личности: аккуратность, жизнерадостность, доброта, настойчи-

вость, ум, правдивость, принципиальность, самостоятельность, скромность, общительность, гордость, добросовестность, равнодушие, лень, зазнайство, трусость, жадность, подозрительность, эгоизм, нахальство.

2. В 1-й столбик «Идеал» под номером (рангом) 1 запишите то качество из вышеуказанных, которое вы более всего цените в людях, под номером 2 — то качество, которое цените чуть меньше, и т.д. в порядке убывания значимости. Под номером 13 укажите то качество (недостаток) из вышеуказанных, которое вы легче всего могли бы простить людям (ведь, как известно, идеальных людей не бывает, у каждого есть недостатки, но какие-то вы можете простить, а какие-то нет), под номером 14 — тот недостаток, который простить труднее, и т.д., под номером 20 — самое отвратительное, с вашей точки зрения, качество людей.

3. Во 2-й столбик «Я» под номером (рангом) 1 запишите то качество из вышеуказанных, которое лично у вас сильнее всего развито (независимо от того, достоинство это или недостаток), под номером 2 — то качество, которое развито у вас чуть меньше, и т.д. в убывающем порядке, под последними номерами — те качества, которые у вас менее развиты или отсутствуют.

Обработка данных.

1. Для этого используем формулу

$$(Ri_1 - Ri_2)^2 = D_i^2,$$

где  $Ri_1$  — ранг (номер)  $i$ -го качества в 1-м столбике;  $Ri_2$  — ранг (номер)  $i$ -го качества во 2-м столбике;  $D_i$  — разность рангов  $i$ -го качества в столбиках.

Подсчитаем все  $D_i^2$ , их должно быть 20. Предположим, что первое слово в 1-м столбике — ум ( $Ri_1 = 1$ ), а во 2-м столбике это слово находится на 5-м месте, т.е.  $Ri_2 = 5$ ; по формуле вычисляем  $(1 - 5)^2 = 16$  и т.д. для всех слов по порядку ( $n$  — количество анализируемых качеств,  $n = 20$ ).

2. Затем полученные  $D_i^2$  складываем, умножаем на 6, делим произведение на  $(n^3 - n) = (20^3 - 20) = 7980$  и, наконец, от 1 отнимаем частное, т.е. находим коэффициент ранговой корреляции:

$$P = 1 - \left[ 6 \times \sum_{i=1}^n D_i^2 / (n^3 - n) \right] = 1 - \left[ 6 \times \sum D_i^2 / 7980 \right].$$

Оценка и интерпретация результатов.

Полученный коэффициент ранговой корреляции сравниваем со шкалой к тесту 2 (2-й вариант).

Самооценка личности может быть *адекватной*, *завышенной* или *заниженной*.

*Адекватная самооценка* соответствует двум позициям (уровням) психодиагностической шкалы: «средний», «выше среднего».

## Психодиагностическая шкала к тесту 2 (1-й и 2-й варианты)

Пол	Уровень самооценки						
	Неадекватно низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Неадекватно высокий
1-й вариант (И)							
Мужчина	0—10	11—34	35—45	46—54	55—63	64—66	67
Женщина	0—15	16—37	38—46	47—56	57—65	66—68	69
2-й вариант (Р)							
	(-0,2) — 0	0—0,2	0,21— 0,3	0,31— 0,5	0,51— 0,65	0,66— 0,8	> 0,8

При адекватной самооценке субъект взаимодействия правильно (реально) соотносит свои возможности и способности, достаточно критически относится к себе, ставит перед собой реальные цели, умеет прогнозировать адекватное отношение окружающих к результатам своей деятельности. Поведение такого субъекта в основе своей неконфликтно, в конфликте он ведет себя конструктивно. Внутриличностным конфликтам подвержен слабо.

При самооценках «высокий уровень», «выше среднего»: человек заслуженно ценит и уважает себя, доволен собой, у него развито чувство собственного достоинства.

При самооценке «средний уровень»: человек уважает себя, но знает свои слабые стороны и стремится к самосовершенствованию, саморазвитию.

Завышенная самооценка соответствует уровню «неадекватно высокий».

При завышенной самооценке у человека создается неправильное представление о себе, идеализированный образ своей личности. Он переоценивает свои возможности, ориентирован всегда на успех, игнорирует неудачи. Неудачу или неуспех он расценивает как следствие чьих-то ошибок или неблагоприятно сложившихся обстоятельств. Справедливую критику в свой адрес воспринимает как придиризм.

Такой человек конфликтен, склонен к завышению образа конфликтной ситуации, в конфликте ведет себя активно, делая ставку на победу.

Заниженная самооценка соответствует трем позициям (уровням) в психодиагностической шкале: «неадекватно низкий», «низкий» и «ниже среднего».

При заниженной самооценке у человека формируется комплекс неполноценности. Он неуверен в себе, робок, пассивен. Такие люди отличаются чрезмерной требовательностью к себе и еще большей требовательностью к другим. Они занудливы, нытики, у себя и у других видят только недостатки.

Такие люди конфликтны. Причины конфликтов часто возникают из-за их нетерпимости к другим людям.

### **Тест 3. Определение темперамента по методике Г. Айзенка**

**Инструкция.** На каждый из предложенных ниже 57 вопросов отвечайте только «да» или «нет». Не тратьте время на их обсуждение, здесь не может быть хороших или плохих ответов.

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить, посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если вам это невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что «на спор» вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете усталость?
20. Стараетесь ли вы ограничивать круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?



25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Считают ли вас другие человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что смогли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Если вы хотите что-то узнать, вы предпочитаете найти это в книге или спросить у людей?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточенности?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрых действий?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видаться с друзьями?
47. Вы нервный человек?
48. Есть ли среди ваших знакомых те, кто вам явно не нравится?
49. Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

#### Обработка результатов.

*Экстраверсия* — подсчитывается сумма ответов «да» на вопросы: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 — и ответов «нет» на вопросы: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Если сумма баллов находится в пределах от 0 до 10, то вы интроверт, замкнуты в рамках собственного внутреннего мира (схема 4).

Если 11 — 14, то вы амбиверт, общаетесь, когда вам это нужно.

Если 15 — 24, то вы экстраверт, общительны, обращены к внешнему миру.

*Невротизм* — подсчитывается количество ответов «да» на вопросы: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Если количество ответов «да» находится в пределах от 0 до 10, то вы эмоционально устойчивы.

Если 11 — 16 — вы эмоционально впечатлительны.

Если 17 — 22, то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Если 23 — 24 — это невротизм, граничащий с патологией, возможны срыв, невроз.

*Ложь* — подсчитывается сумма баллов ответов «да» на вопросы: 6, 24, 36 — и ответов «нет» на вопросы: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если набранное количество баллов 0 — 3 — норма человеческой лжи, ответам можно доверять.

Если 4 — 5, возникают сомнения.

Если 6 — 9, ответы недостоверны.



Схема 4. Круг Айзенка

**Сангвиник-экстраверт:** стабильная личность, социален, направлен к внешнему миру, общителен, порой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей, жизнерадостен.

**Холерик-экстраверт:** нестабильная личность, необидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импульсивен, оптимистичен, активен, но работоспособность и настроение нестабильны, цикличны. В ситуации стресса — склонность к истерико-психопатическим реакциям.

**Флегматик-интроверт:** стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен выдерживать длительные невзгоды без срывов здоровья и настроения.

**Меланхолик-интроверт:** нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, внешне сдержан, но в душе очень эмоционален, чувствителен, расстраивается и переживает, склонен к тревоге, депрессиям, грусти; в напряженных ситуациях возможен срыв или ухудшение деятельности («стресс кролика»).

### **Игра-тренинг «Внутриличностный конфликт»**

1. Муниципальный отдел по аренде и использованию земли возглавляет некий чиновник. Отдел получил распоряжение городских властей, запрещающее использование детских, спортивных, игровых и иных площадок для каких-либо других целей (например, для застройки, организации автостоянок и др.). Однако непосредственный начальник чиновника интерпретирует полученное распоряжение по-своему и требует от чиновника дать соответствующие указания о ликвидации некой детской площадки. Чиновник начинает выполнять указание начальника.

2. В это же время к чиновнику на прием приходят посетители: представитель общественности, который требует соблюдения закона и восстановления детской площадки; проситель, предлагающий взятку за предоставление ему в аренду очищаемой (освобождаемой) территории; представитель местной мафии, угрожающий чиновнику расправой, если искомая территория не будет передана его людям.

3. Окончив рабочий день, чиновник идет домой и по дороге ведет диалог со своей совестью по поводу того, что произошло с ним за день; дома его ждет жена, недовольная постоянными задержками мужа на работе («дети без отца; жена без мужа»). Чиновник раздражен тем, что его не понимают даже дома, в семье (схема 5).

#### *Порядок проведения игры.*

1. Распределить все роли среди студентов (роль чиновника получает желающий); назначить группу экспертов.

2. Игра начинается с разговора начальника с чиновником и продолжается по «Игровой ситуации».

3. В ходе игры участники меняются ролями, привлекаются новые игроки.

4. Высказывание экспертов и подведение итогов игры-тренинга.

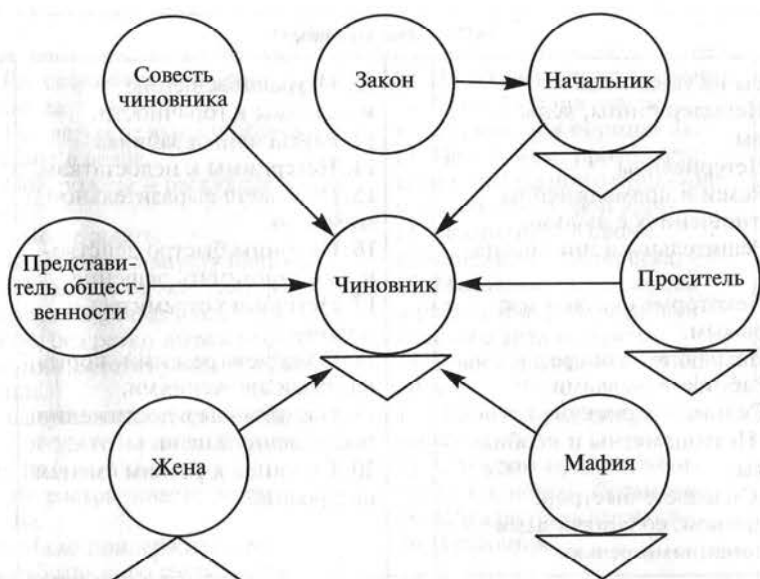


Схема 5. Проведение игры-тренинга

*Предостережение* (для руководителя игры). Игра-тренинг «Внутриличностный конфликт» предполагает высокое эмоционально-психологическое напряжение игроков, особенно исполняющих роль чиновника. В ходе игры необходимо внимательно следить за психологическим состоянием чиновника, а при необходимости останавливать игру и менять роли. В заключение игры необходимо провести «реабилитацию» всех чиновников: сделать всесторонний анализ ситуаций и выходов из них; ознакомить участников игры со способами защиты от фрустрации.

### **Задание 8. Межличностные конфликты.**

Цели задания — закрепление знаний студентов по основным проблемам теории межличностных конфликтов, развитие у них навыков самооценки личности и формирование умений анализировать полученные результаты тестирования и корректировать свое поведение в межличностных отношениях.

### **Тест 1. Оценка темперамента по методике А. Белова**

В нижеприведенных «паспортах» холерика, сангвиника, флегматика и меланхолика отметьте знаком «+» те качества, которые присущи вам. Затем по формуле темперамента А. Белова вычислите соотношение базовых темпераментов. Это будет характеризовать ваш интегральный темперамент.

«Паспорт» холерика

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вы не усидчивы.</li> <li>2. Невыдержанны, вспыльчивы.</li> <li>3. Нетерпеливы.</li> <li>4. Резки и прямолинейны в отношениях с людьми.</li> <li>5. Решительны и инициативны.</li> <li>6. Некоторые считают вас упрямым.</li> <li>7. Находчивы в споре.</li> <li>8. Работаете рывками.</li> <li>9. Склонны к риску.</li> <li>10. Незлопамятны и необидчивы.</li> <li>11. Обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>12. Неуравновешенны и склонны к горячности.</li> <li>13. Агрессивный забияка.</li> <li>14. Нетерпимы к недостаткам.</li> <li>15. Обладаете выразительной мимикой.</li> <li>16. Склонны быстро действовать и принимать решения.</li> <li>17. Неустанно стремитесь к новому.</li> <li>18. Обладаете резкими, порывистыми движениями.</li> <li>19. Настойчивы в достижении поставленной цели.</li> <li>20. Склонны к резким сменам настроения</li> </ol> |
|---|--|

«Паспорт» сангвиника

- |  |  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вы не усидчивы.</li> <li>2. Невыдержанны, вспыльчивы.</li> <li>3. Нетерпеливы.</li> <li>4. Резки и прямолинейны в отношениях с людьми.</li> <li>5. Решительны и инициативны.</li> <li>6. Некоторые считают вас упрямым.</li> <li>7. Находчивы в споре.</li> <li>8. Работаете рывками.</li> <li>9. Склонны к риску.</li> <li>10. Незлопамятны и необидчивы.</li> <li>11. Быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую.</li> <li>12. Тяготитесь однообразием, будничной, кропотливой работой.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>13. Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми.</li> <li>14. Выносливы и работоспособны.</li> <li>15. Обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой.</li> <li>16. Сохраняете самообладание в неожиданной и сложной обстановке.</li> <li>17. Обладаете всегда бодрым настроением.</li> <li>18. Быстро засыпаете и пробуждаетесь.</li> <li>19. Часто несобранны, проявляете поспешность в решениях.</li> <li>20. Склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаетесь</li> </ol> |
|--|--|

«Паспорт» флегматика

- |  |  |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вы спокойны и хладнокровны.</li> <li>2. Последовательны и обстоятельны в делах.</li> <li>3. Осторожны и рассудительны.</li> <li>4. Умеете ждать.</li> <li>5. Не любите попусту болтать.</li> <li>6. Обладаете спокойной, равномерной речью с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики.</li> <li>7. Сдержанны и терпеливы.</li> <li>8. Доводите начатое дело до конца.</li> <li>9. Не растрачиваете попусту силы.</li> <li>10. Мало придерживаетесь выработанного распорядка.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Легко сдерживаете порывы.</li> <li>12. Маловосприимчивы к одобрению и порицанию.</li> <li>13. Незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес.</li> <li>14. Постоянны в своих отношениях и интересах.</li> <li>15. Медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое.</li> <li>16. Ровны в отношениях со всеми.</li> <li>17. Любите пунктуальность во всем.</li> <li>18. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке.</li> <li>19. Обладаете выдержкой.</li> <li>20. Труженик</li> </ol> |
|--|--|

«Паспорт» меланхолика

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вы стеснительны и застенчивы.</li> <li>2. Теряетесь в новой обстановке.</li> <li>3. Затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми.</li> <li>4. Не верите в свои силы.</li> <li>5. Легко переносите одиночество.</li> <li>6. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах.</li> <li>7. Склонны уходить в себя.</li> <li>8. Быстро утомляетесь.</li> <li>9. Обладаете тихой и слабой речью, иногда переходящей в шепот.</li> <li>10. Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Впечатлительны до слезливости.</li> <li>12. Чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию.</li> <li>13. Предъявляете высокие требования к себе и окружающим.</li> <li>14. Склонны к подозрительности, мнительности.</li> <li>15. Болезненно чувствительны и легко ранимы.</li> <li>16. Чрезвычайно обидчивы.</li> <li>17. Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями.</li> <li>18. Малоактивны и робки.</li> <li>19. Безропотно покорны.</li> <li>20. Стремитесь вызывать сочувствие и получить помощь от окружающих</li> </ol> |
|---|--|



## Формула темперамента

$$\Phi_T = \frac{A_x}{A} \times 100\% + \frac{A_c}{A} \times 100\% + \frac{A_\phi}{A} \times 100\% + \frac{A_m}{A} \times 100\%,$$

где  $\Phi_T$  — формула темперамента (интегральный темперамент);  $A$  — общее число плюсов по всем типам темперамента;  $A_x$  — общее число плюсов в «паспорте» холерика;  $A_c$  — общее число плюсов в «паспорте» сангвиника;  $A_\phi$  — общее число плюсов в «паспорте» флегматика;  $A_m$  — общее число плюсов в «паспорте» меланхолика.

## Оценка результатов.

Если доля какого-либо темперамента в результате составляет 40 % и выше, то данный тип темперамента является у вас доминирующим. Если этот результат составляет 30—39 %, то качества данного типа выражены достаточно ярко.

## Тест 2. Самооценка агрессивности

**Инструкция.** Выберите в каждом вопросе один из вариантов ответа. Если на какой-либо вопрос не сможете ответить, то при подсчете набранных баллов оцените его в два очка.

1. Склонны ли вы искать пути к примирению после конфликта?
  - а) Всегда;
  - б) иногда;
  - в) никогда.
2. Как вы ведете себя в критической ситуации?
  - а) Внутренне кипите;
  - б) сохраняете полное спокойствие;
  - в) теряете самообладание.
3. Каким считают вас коллеги?
  - а) самоуверенным;
  - б) дружелюбным;
  - в) спокойным.
4. Как вы отреагируете, если вам предложат ответственную должность, на которой можно «погореть»?
  - а) Примете ее с некоторыми опасениями;
  - б) согласитесь без колебаний;
  - в) откажетесь от нее ради собственного спокойствия.
5. Как вы будете себя вести, если кто-то из ваших коллег без разрешения возьмет бумагу с вашего стола?
  - а) Выдадите ему «по первое число»;
  - б) попросите вернуть;
  - в) проигнорируете.
6. Какими словами вы встретите жену, если она вернулась с работы позже обычного?
  - а) «Что это тебя так задержало?»;
  - б) «Где ты торчишь допоздна?»;
  - в) «Я уже начал волноваться».

(Женщинам — тот же вопрос про мужа, холостым — про опоздавшего на встречу.)

7. Как вы ведете себя за рулем автомобиля (своего или будучи с ребенком на автодроме)?

- а) Стараетесь обогнать машину, показавшую вам «хвост»;
- б) вам все равно, сколько автомобилей вас обошло;
- в) помчитесь с такой скоростью, чтобы никто не догнал вас (на автодроме будете «таранить»).

8. Какими вы считаете свои взгляды на жизнь?

- а) Уравновешенными;
- б) легко меняющимися;
- в) твердыми.

9. Что вы предпринимаете, если не все удастся?

- а) Находите виновного (из числа окружающих);
- б) смиряетесь;
- в) становитесь впредь осторожнее.

10. Как вы отреагируете на информацию о распущенности современной молодежи?

- а) «Ловить и отправлять в колонию!»;
- б) «Пуританство, видно, сегодня не в моде»;
- в) «Надо ввести полицию нравов и штрафовать как следует!»

11. Что вы ощущаете, если должность, которую вы хотели занять, досталась другому?

- а) «И зачем я только на это нервы тратил?»;
- б) «Видно, его физиономия шефу приятнее!»;
- в) «Может быть, мне это удастся в другой раз».

12. Как вы смотрите страшный фильм?

- а) Боитесь;
- б) скучаете;
- в) получаете истинное удовольствие.

13. Как вы относитесь к состязанию, игре?

- а) Стараетесь победить;
- б) по-олимпийски: главное — не победа, а участие;
- в) расстраиваетесь очень сильно, если проигрываете.

14. Если из-за дорожной пробки вы опоздали на важное совещание:

- а) будете нервничать во время заседания;
- б) попытаетесь оправдаться;
- в) огорчитесь?

15. Как вы поступите, если вас плохо обслужили в ресторане (кафе)?

- а) Стерпите, избегая скандала;
- б) вызовете администратора;
- в) отправитесь с жалобой к директору ресторана (кафе).

16. Как вы себя поведете, если вашего ребенка (младшего брата, сестру) обидят в школе?

- а) Поговорите с учителем;
- б) устроите скандал родителям «малолетнего преступника»;
- в) посоветуете ребенку дать сдачи.

17. Какой, по-вашему, вы человек?

- а) Недостаточно уверенный в себе;

- б) уверенный;  
в) настойчивый, а некоторые говорят — «пробивной».

18. Как вы ответите подчиненному или младшему по возрасту, если вы столкнулись в дверях и он начал извиняться?

- а) «Простите, это моя вина»;  
б) «Ничего, пустяки!»;  
в) «А повнимательнее вы быть не можете?!»

19. Как вы отреагируете на статью в газете о случаях хулиганства среди подростков?

- а) «Когда же, наконец, ими займутся?»;  
б) «Для начала выпороть, а если не поможет — отправить в колонию!»;  
в) «Нельзя все валить на них, виноваты и воспитатели».

20. Представьте, что вам предстоит заново родиться, но уже животным. Какое животное вы предпочтете?

- а) Тигра;  
б) домашнюю кошку;  
в) медведя.

### Оценка результатов.

Каждый ваш ответ оценивается от 1 до 3 очков. Оценку вы найдете в таблице.

Отв-ты	Вопросы																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
а	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	3	2	1	1	1	1	1	2	3
б	2	1	2	3	2	3	1	1	2	1	3	1	1	2	2	3	2	2	3	1
в	3	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2

**35—44 очка.** Вы умеренно агрессивны, но вполне успешно идете по жизни, поскольку у вас достаточно здорового честолюбия и уверенности.

**45 и более очков.** Вы излишне агрессивны, при этом нередко оказываетесь чрезмерно жестоки к другим людям и неуравновешенны. Вы надеетесь взобраться «наверх», рассчитывая на себя, и добиться успеха, жертвуя интересами окружающих. Поэтому вас не удивляет неприязнь сослуживцев, но при малейшей возможности вы стараетесь их за это наказать.

**34 и менее очков.** Вы чрезмерно миролюбивы, что, возможно, обусловлено недостаточной уверенностью в своих силах и возможностях. Это, конечно, не значит, что вы, как травинка, гнетесь под любым ветерком... И все же побольше решительности вам не помешает.

Если по 7 и более вопросам вы набрали **по 3 очка** и менее чем по 7 вопросам — **по 1 очку**, то взрывы вашей агрессивности носят скорее разрушительный, чем конструктивный, характер. Вы склонны к непродуманным поступкам и ожесточенным дискуссиям. Вы отно-

ситесь к людям пренебрежительно и своим поведением провоцируете конфликтные ситуации, которых вполне могли бы избежать.

Если же по 7 и более вопросам вы получили **по 1 очку** и менее чем по 7 вопросам — **по 3 очка**, то вы чрезмерно замкнуты. Это не значит, что вам тоже не присущи вспышки агрессивности, но вы подавляете их слишком тщательно.

### **Тест 3. Оценка межличностных отношений по методике Т. Лири**

**Инструкция.** Внимательно прочтите каждую из характеристик, содержащихся в предлагаемом ниже опроснике. Подумайте, соответствует ли она вашему представлению о себе: если да, то в регистрационном листе перечеркните крестом порядковый номер характеристики; если нет, то не делайте никаких пометок. Постарайтесь проявить максимальную внимательность и откровенность, чтобы избежать неверных трактовок полученных результатов и необходимости повторного обследования.

Какой вы человек?

1. Умеете нравиться.
2. Производите впечатление на окружающих.
3. Умеете распоряжаться, приказывать.
4. Умеете настоять на своем.
5. Обладаете чувством собственного достоинства.
6. Независимый.
7. Способны сами позаботиться о себе.
8. Можете проявить безразличие.
9. Способны быть суровым.
10. Строгий, но справедливый.
11. Можете быть искренним.
12. Критичны к другим.
13. Любите поплакаться.
14. Часто печальны.
15. Способны проявить недоверие.
16. Часто разочаровываетесь.
17. Способны быть критичным к себе.
18. Способны признать свою неправоту.
19. Охотно подчиняетесь.
20. Покладистый.
21. Благодарный.
22. Восхищающийся и склонный к подражанию.
23. Уважительный.
24. Ищущий одобрения.
25. Способны к сотрудничеству, взаимопониманию.
26. Стремитесь ужиться с другими.
27. Доброжелательный.
28. Внимательный и ласковый.
29. Деликатный.
30. Одобряющий.

31. Отзывчивый к призывам о помощи.
32. Бескорыстный.
33. Способны вызывать восхищение.
34. Пользуетесь у других уважением.
35. Обладаете талантом руководителя.
36. Любите ответственность.
37. Уверенный в себе.
38. Самоуверенный и напористый.
39. Деловитый, практичный.
40. Склонный к соперничеству.
41. Стойкий и жесткий где надо.
42. Неумолимый, но беспристрастный.
43. Раздражительный.
44. Открытый и прямолинейный.
45. Не терпите, чтобы вами командовали.
46. Скептический.
47. На вас трудно произвести впечатление.
48. Обидчивый, шепетильный.
49. Легко смущаетесь.
50. Неуверенный в себе.
51. Уступчивый.
52. Скромный.
53. Часто прибегаете к помощи других.
54. Очень почитаете авторитеты.
55. Охотно принимаете советы.
56. Доверчивы и стремитесь радовать других.
57. Всегда любезны в общении.
58. Дорожите мнением окружающих.
59. Общительный и уживчивый.
60. Добросердечный.
61. Добрый, вселяющий уверенность.
62. Нежный и мягкосердечный.
63. Любите заботиться о других.
64. Щедрый.
65. Любите давать советы.
66. Производите впечатление значительности.
67. Начальственно-повелительный.
68. Властный.
69. Хвастливый.
70. Надменный, самодовольный.
71. Думаете только о себе.
72. Хитрый.
73. Нетерпимы к ошибкам других.
74. Расчетливый.
75. Откровенный.
76. Часто недружелюбный.
77. Озлобленный.
78. Жалобщик.
79. Ревнивый.

80. Долго помните обиды.
81. Склонный к самобичеванию.
82. Застенчивый.
83. Безынициативный.
84. Кроткий.
85. Зависимый, несамостоятельный.
86. Любите подчиняться.
87. Предоставляете другим принимать решения.
88. Легко попадаете впросак.
89. Легко поддаетесь влиянию друзей.
90. Готовы довериться любому.
91. Благорасположены ко всем без разбора.
92. Всем симпатизируете.
93. Прощаете все.
94. Переполнены чрезмерным сочувствием.
95. Великодушны и терпимы к недостаткам.
96. Стремитесь помочь каждому.
97. Стремитесь к успеху.
98. Ожидаете восхищения от каждого.
99. Распоряжаетесь другими.
100. Деспотичный.
101. Относитесь к другим с чувством превосходства.
102. Тщеславный.
103. Эгоистичный.
104. Холодный, черствый.
105. Язвительный, насмешливый.
106. Злой, жестокий.
107. Часто бываете в гневе.
108. Бесчувственный, равнодушный.
109. Злопамятный.
110. Проникнуты духом противоречия.
111. Упрямый.
112. Недоверчивый, подозрительный.
113. Робкий.
114. Стыдливый.
115. Услужливый.
116. Мягкотелый.
117. Почти никому не возражаете.
118. Навязчивый.
119. Любите, чтобы вас опекали.
120. Чрезмерно доверчивы.
121. Стремитесь снискать расположение каждого.
122. Со всеми соглашаетесь.
123. Всегда со всеми дружелюбны.
124. Всех любите.
125. Слишком снисходительны к окружающим.
126. Стараетесь утешить каждого.
127. Заботитесь о других в ущерб себе.
128. Портите людей чрезмерной добротой.



## Регистрационный лист

Фамилия \_\_\_\_\_ Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64
65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112
113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128

После заполнения регистрационного листа подсчитываются результаты по 8 вариантам межличностного взаимодействия. Для этого используется ключ, в котором выделены 8 октантов, каждый из которых содержит по 16 номеров.

### Ключ к методике.

1-й октант	2-й октант	3-й октант	4-й октант
1 2 3 4 33 34 35 36 65 66 67 68 97 98 99 100	5 6 7 8 37 38 39 40 69 70 71 72 101 102 103 104	9 10 11 12 41 42 43 44 73 74 75 76 105 106 107 108	13 14 15 16 45 46 47 48 77 78 79 80 109 110 111 112
5-й октант	6-й октант	7-й октант	8-й октант
17 18 19 20 49 50 51 52 81 82 83 84 113 114 115 116	21 22 23 24 53 54 55 56 85 86 87 88 117 118 119 120	25 26 27 28 57 58 59 60 89 90 91 92 121 122 123 124	29 30 31 32 61 62 63 64 93 94 95 96 125 126 127 128

Варианты межличностного взаимодействия:

- 1) властный, лидирующий;
- 2) независимо-доминирующий;
- 3) прямолинейный, агрессивный;
- 4) недоверчивый, скептический;
- 5) покорно-застенчивый;
- 6) зависимый, послушный;
- 7) склонный к сотрудничеству, конвенциональный;
- 8) ответственно-великодушный.

**1. Властный, лидирующий:** оценка до 8 баллов — уверенность в себе, умение быть хорошим советчиком, наставником и организатором, свойства руководителя; до 12 баллов — нетерпимость к критике, переоценка собственных возможностей; выше 12 баллов —

директивный стиль высказываний, черты деспотизма, потребность командовать другими.

**2. Независимо-доминирующий:** оценка в пределах 11 баллов — стиль межличностных отношений от уверенного, независимого, склонного к соперничеству до самодовольного, с выраженным чувством собственного превосходства над окружающими; 12—16 баллов — тенденция иметь особое мнение, отличное от мнения большинства, стремление занимать обособленную позицию в группе.

**3. Прямолинейный, агрессивный:** оценка до 10 баллов — искренность, непосредственность, прямолинейность, настойчивость в достижении цели; более 10 баллов — чрезмерное упорство, недружелюбие, несдержанность и вспыльчивость.

**4. Недоверчивый, скептический:** оценка до 8 баллов — реалистичность суждений и поступков, скептицизм и отсутствие конформизма; более 12 баллов — крайняя обидчивость и недоверие к окружающим с выраженной склонностью к критицизму, недовольство и подозрительность.

**5. Покорно-застенчивый:** оценка до 8 баллов — скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, послушно и честно выполняет свои обязанности; более 12 баллов — полная покорность, повышенное чувство вины, самоунижение.

**6. Зависимый, послушный:** оценка 8—10 баллов — потребность в помощи и доверии со стороны окружающих, в их признании; более 12 баллов — сверхконформизм, полная зависимость от мнения окружающих.

**7. Сотрудничающий, конвенциональный:** оценка в пределах 8 баллов — склонный к сотрудничеству, кооперации; гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях; стремится быть в согласии с мнением окружающих; сознательно конформный; выше 8 баллов — дружелюбный и любезный со всеми; стремится «быть хорошим» для всех без учета ситуации.

**8. Ответственно-великодушный:** оценка до 8 баллов — ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, бескорыстный, отзывчивый; более 8 баллов — мягкосердечность, сверхобязательность, гиперсоциальность установок, подчеркнутый альтруизм.

### Контрольный тест (по В. Линкольну)

Выберите вариант правильного ответа на следующие вопросы.

1. Какой тип факторов межличностных конфликтов связан с такими формами их проявления, как стремление к превосходству; агрессия; эгоизм; нарушение обещаний:

- информационные факторы;
- поведенческие факторы;

- в) факторы отношений;
- г) ценностные факторы;
- д) структурные факторы?

2. Какой тип факторов межличностных конфликтов связан с такими формами их проявления, как неполные и неточные факторы; слухи, неполная дезинформация; преждевременная информация или информация, переданная с опозданием; ненадежность источников информации; посторонние факторы; неадекватные акценты:

- а) информационные факторы;
- б) поведенческие факторы;
- в) факторы отношений;
- г) ценностные факторы;
- д) структурные факторы?

3. Какой тип факторов межличностных конфликтов связан с такими формами их проявления, как дисбаланс в отношениях; несовместимость по ценностям, по интересам, манерам поведения в общении; различие в образовательном уровне; классовые различия; негативный опыт отношений в прошлом; уровень доверия и авторитетности:

- а) информационные факторы;
- б) поведенческие факторы;
- в) факторы отношений;
- г) ценностные факторы;
- д) структурные факторы?

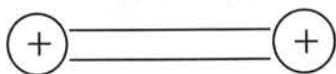
4. Какой тип факторов межличностных конфликтов связан с такими формами их проявления, как верование и поведение (предрассудки, предубеждения, приоритеты); приверженность к групповым традициям, ценностям, нормам; религиозные, культурные, политические и другие ценности; равственные ценности (представления о доброте и зле, справедливости и несправедливости и т. п.):

- а) информационные факторы;
- б) поведенческие факторы;
- в) факторы отношений;
- г) ценностные факторы;
- д) структурные факторы?

5. Какой тип факторов межличностных конфликтов связан с такими формами их проявления, как власть, система управления; право собственности; нормы поведения, «правила игры» и т. п.; социальная принадлежность:

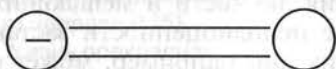
- а) информационные факторы;
- б) поведенческие факторы;
- в) факторы отношений;
- г) ценностные факторы;
- д) структурные факторы?

6. Определите тип межличностного конфликта по модели межличностных отношений:



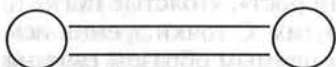
- а) взаимно-положительный;
- б) взаимно-отрицательный;
- в) односторонне положительно-отрицательный;
- г) односторонне противоречиво-положительный;
- д) взаимно-противоречивый.

7. Определите тип межличностного конфликта по модели межличностных отношений:



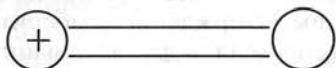
- а) взаимно-положительный;
- б) взаимно-отрицательный;
- в) односторонне положительно-отрицательный;
- г) односторонне противоречиво-положительный;
- д) взаимно-противоречивый.

8. Определите тип межличностного конфликта по модели межличностных отношений:



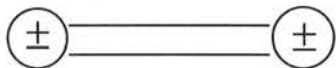
- а) взаимно-положительный;
- б) взаимно-отрицательный;
- в) односторонне положительно-отрицательный;
- г) односторонне противоречиво-положительный;
- д) взаимно-противоречивый.

9. Определите тип межличностного конфликта по модели межличностных отношений:



- а) взаимно-положительный;
- б) взаимно-отрицательный;
- в) односторонне положительно-отрицательный;
- г) односторонне противоречиво-положительный;
- д) взаимно-противоречивый.

10. Определите тип межличностного конфликта по модели межличностных отношений:



- а) взаимно-положительный;
- б) взаимно-отрицательный;
- в) односторонне положительно-отрицательный;
- г) односторонне противоречиво-положительный;
- д) взаимно-противоречивый.

#### Тест 4. Самооценка комплекса неполноценности

Первыми комплексы неполноценности описали и дали им определение «отцы-основатели» психоанализа. Этим названием они обозначили эмоционально окрашенные убеждения и жизненные принципы, проявляющиеся в импульсивных, не поддающихся объяснению поступках, осложняющих нормальную жизнь, ограничивающих возможности развития личности и мешающих испытать чувство радости. Комплекс неполноценности заставляет человека ощущать себя хуже других, он, например, может стать причиной отказа от любой конкурентной борьбы: экзаменов, профессиональных конкурсов, бизнеса и т.д. Этот комплекс порожден неуверенностью в своих достоинствах или способностях. «Не буду даже пробовать, все равно проиграю!» — убеждают себя жертвы этого комплекса.

Комплексы развиваются, как правило, у людей, которые по природе своей или по воспитанию склонны быть суровыми судьями. Они выносят себе приговор («малый рост», «толстые ноги» и т.д.), но также постоянно осуждают и других. С точки зрения психологии та или иная самооценка самым прямым образом связана с вашим отношением к окружающему миру. Тот, кто любит этот мир, любит и себя. А значит, если мы всегда критикуем других, то мы будем безжалостны и к себе. Безжалостность войдет в привычку, а затем станет комплексом. Такой человек практически не бывает доволен собой. Каждого что-то грызет, у каждого свои комплексы. Мы все время сравниваем себя с кем-то, чтобы убедиться, что и мы чего-то стоим.

А как обстоит дело с вами? Для этого ответьте на вопросы теста.

**Инструкция.** Прочтите каждое утверждение, выберите тот вариант ответа, который наиболее справедлив для вас, выпишите номер утверждения и количество очков на выбранный вариант ответа (количество очков указано рядом с вариантом ответа).

1. Люди меня не понимают:
  - а) часто (0);
  - б) редко (3);
  - в) такого не бывает (5).
2. Чувствую себя «не в своей тарелке»:
  - а) редко (5);
  - б) все зависит от ситуации (3);
  - в) очень часто (0).
3. Я оптимист:
  - а) да (5);
  - б) только в исключительных случаях (3);
  - в) нет (0).
4. Радоваться чему попало — это:
  - а) глупость (0);
  - б) помогает пережить трудные минуты (3);

- в) то, чему стоит поучиться (5).
5. Я хотел бы иметь такие же способности, как другие:
- а) да (0);
  - б) временами (3);
  - в) нет, я обладаю более высокими способностями (5).
6. У меня слишком много недостатков:
- а) это правда (0);
  - б) это не мое мнение (3);
  - в) неправда! (5).
7. Жизнь прекрасна:
- а) это действительно так (5);
  - б) это слишком общее утверждение (3);
  - в) вовсе нет (0).
8. Я чувствую себя ненужным:
- а) часто (0);
  - б) временами (3);
  - в) редко (5).
9. Мои поступки окружающим не понятны:
- а) часто (0);
  - б) иногда (3);
  - в) редко (5).
10. Мне говорят, что я не оправдываю надежд:
- а) часто (0);
  - б) иногда (3);
  - в) очень редко (5).
11. У меня масса достоинств:
- а) да (5);
  - б) все зависит от ситуации (3);
  - в) нет (0).
12. Я пессимист:
- а) да (0);
  - б) в исключительных случаях (3);
  - в) нет (5).
13. Как всякий думающий человек, я анализирую свое поведение:
- а) часто (0);
  - б) иногда (3);
  - в) редко (5).
14. Жизнь — грустная штука:
- а) вообще, да (0);
  - б) утверждение слишком общее (3);
  - в) это не так (5).
15. «Смех — это здоровье»:
- а) банальное утверждение (0);
  - б) об этом стоит помнить в трудных ситуациях (3);
  - в) вовсе нет (5).
16. Люди меня недооценивают:
- а) увы, это не так (0);
  - б) не придаю этому большого значения (3);
  - в) вовсе нет (5).



17. Я сужу о других слишком сурово:  
а) часто (0);  
б) иногда (3);  
в) редко (5).
18. После полосы неудач всегда приходит успех:  
а) верю в это, хотя и знаю, что это вера в чудеса (5);  
б) может и так, но научного подтверждения этому нет (3);  
в) не верю в это, потому что это вера в чудеса (0).
19. Я веду себя агрессивно:  
а) часто (0);  
б) иногда (3);  
в) редко (5).
20. Бываю одинок:  
а) очень редко (5);  
б) иногда (3);  
в) слишком часто (0).
21. Люди недоброжелательны:  
а) большинство (0);  
б) некоторые (3);  
в) вовсе нет (5).
22. Не верю, что можно достичь того, что очень хочешь:  
а) потому что не знаю того, кому это удалось (0);  
б) иногда это удается (3);  
в) это не так, я верю! (5).
23. Требования, которые передо мной поставила жизнь, превышали мои возможности:  
а) часто (0);  
б) иногда (3);  
в) редко (5).
24. Наверно, каждый человек недоволен своей внешностью:  
а) я думаю, да (0);  
б) наверно, иногда (3);  
в) я так не думаю (5).
25. Когда я что-то делаю или говорю, бывает, меня не понимают:  
а) часто (0);  
б) иногда (3);  
в) очень редко (5).
26. Я люблю людей:  
а) да (5);  
б) утверждение слишком общее (3);  
в) нет (0).
27. Случается, я сомневаюсь в своих способностях:  
а) часто (0);  
б) иногда (3);  
в) редко (5).
28. Я доволен собой:  
а) часто (5);  
б) иногда (3);  
в) редко (0).

29. Считаю, что следует к себе быть более критичным, чем к другим людям:

- а) да (0);
- б) не знаю (3);
- в) нет (5).

30. Верю, что мне хватит сил реализовать свои жизненные планы:

- а) да (5);
- б) по-разному бывает (3);
- в) нет (0).

### Оценка результатов.

Если вы не набрали одинаковое количество очков (например, 0 и 0, 3 и 3, 5 и 5) в следующих парах: 3 и 18, 9 и 25, 12 и 22, — то общий результат теста можно считать случайным, недостоверным.

**0—40 очков** — к сожалению, вы закомплексованы. Себя оцениваете негативно, «заиклились» на своих слабостях, недостатках, ошибках. Постоянно боретесь с собой, и это только усугубляет и ваши комплексы, и саму ситуацию, еще более осложняет ваши отношения с людьми. Попробуйте думать о себе иначе: сконцентрируйтесь на том, что есть в вас сильного, теплого, хорошего и радостного. Увидите, что очень скоро изменится ваше отношение к себе и к окружающему миру.

**41—80 очков** — у вас есть все возможности самому прекрасно справиться со своими комплексами. В общем-то они не очень мешают вам жить. Временами вы боитесь анализировать себя, свои поступки. Запомните: прятать голову в песок — дело совершенно бесперспективное, до добра не доведет и может только на время разрядить обстановку. От себя не убежишь, смелее!

**81—130 очков** — вы не лишены комплексов, как и всякий нормальный человек, но прекрасно справляетесь со своими проблемами. Объективно оцениваете свое поведение и поступки людей. Свою судьбу держите в своих руках. В компаниях чувствуете себя легко и свободно, и люди чувствуют себя так же легко в вашем обществе. Совет: так держать!

**131—150 очков** — вы думаете, что у вас вообще нет комплексов. Не обманывайте себя, такого просто не бывает. Придуманый вами мир и собственный образ далеки от реальности. Самообман и завышенная самооценка небезопасны. Попробуйте посмотреть на себя со стороны. Комплексы ведь для того, чтобы с ними справиться или... чтобы их полюбить. Вас хватит и на то и на другое. В противном случае ваш комплекс самовлюбленности перерастет в зазнайство, высокомерие, вызовет неприязнь к вам окружающих людей, существенно испортит вашу жизнь.

**Задание 9. Конфликт между личностью и группой** (проводится методом анализа и обсуждения конфликтных ситуаций).

Цели задания — закрепление знаний студентов по основным характеристикам групповых конфликтов, развитие у них навыков анализа конфликтов типа «личность — группа» и формирование умений по управлению ими.

*Ситуация 1.* В конструкторском бюро не сложились отношения начальника отдела с коллективом. Начальник был назначен на должность два месяца назад. До этого он работал в другом отделе с репутацией хорошего специалиста. Имеет большое количество изобретений; один из научных проектов, руководителем которого он был как ведущий инженер по предыдущей должности в другом отделе, получил высшую оценку на международной выставке.

Проанализируйте, какие причины могли лечь в основу конфликта между новым начальником и коллективом?

*Ситуация 2.* На собрании творческого коллектива обсуждалось предложение о представлении к почетному званию «заслуженный деятель науки» сотрудника А. Вопрос о таком представлении мог решаться открытым либо тайным голосованием. После короткого обсуждения кандидатуры сотрудник Б. внес предложение: процедуру выдвижения провести тайным голосованием. В результате итоги голосования оказались не в пользу А.

*Дополнительная информация.*

1. Инициатором представления А. к почетному званию выступил руководитель коллектива.

2. Руководителю были известны негативные высказывания в адрес А. некоторых сотрудников коллектива по поводу якобы незаслуженных продвижений по работе (А. до смены руководителя коллектива, которая произошла за два года до представления его к почетному званию, несмотря на успехи в научно-исследовательской деятельности, не находил должной оценки со стороны бывшего руководителя. С приходом нового руководителя А. был назначен на вышестоящую должность).

3. Коллектив, в котором трудился соискатель почетного звания, был небольшим (10 человек); в их числе были четверо сотрудников, имевших почетное звание, и трое претендовавших на него.

Проанализируйте данную ситуацию на предмет ее конфликтности.

*Ситуация 3.* Бригада слесарей-лекальщиков (6 человек) всегда держалась очень сплоченно. Члены бригады, несмотря на существенную разницу в возрасте, часто проводили вместе и свободное время. Старшие к младшим относились покровительственно, младшие к старшим — с уважением. Когда один из членов бригады ушел на пенсию, в нее был принят молодой слесарь Акимов, 2 или 3 года назад окончивший ПТУ. Вначале к нему отнеслись настороженно. Но через 1 — 2 месяца между ним и бригадой сложились вполне дружеские отношения, он был принят в коллектив, стал «своим».

Еще через 2 месяца положение изменилось. Акимову как молодому и не очень опытному работнику поручили изготовление крупной серии стандартных лекал. Используя традиционную технологию, он имел бы зара-

боток на среднем для бригады уровне. Однако Акимов быстро догадался, как можно рационализировать работу. Он брал 10 заготовок и приваривал их друг к другу. Получался пакет. Затем он вырезал нужную форму сразу же на всем пакете, шлифовал торцы, разъединял пакет и обрабатывал поверхность каждого лекала. Вскоре Акимов перекрыл нормы выработки в 3—5 раз, заработок его стал быстро расти и в 1,5 раза превысил заработок бригадира. На Акимова в бригаде начали коситься и замечать в его поведении множество изъянов: то отлучился неизвестно куда, то навязался с непрошеным советом, то, наоборот, молчал, когда все старались дать полезные советы товарищу. Наконец наступил полный разрыв отношений. Акимов попросил начальника цеха перевести его в другую бригаду. Но оказалось, что и другие бригады слесарей не хотят принимать его к себе. Через месяц Акимов уволился с завода.

Проанализируйте данную ситуацию на предмет конфликтности.

### Рекомендуемая литература

- Бордовская Н. В., Реан А. А.* Педагогика: учебник для вузов. — СПб., 2001.
- Бородкин Ф. М., Коряк Н. М.* Вниманию, конфликт! — Новосибирск, 1989.
- Дмитриев А. В.* Конфликтология: учеб. пособие. — М., 2000.
- Занина Л. В., Меньшикова Н. П.* Основы педагогического мастерства: учеб. пособие. — Ростов н/Д, 2003.
- Зимняя И. А.* Педагогическая психология: учебник для вузов. — М., 2000.
- Козырев Г. И.* Введение в конфликтологию. — М., 1999.
- Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха: учебник / автор-сост. Р. Р. Кашапов. — Ижевск, 1997.
- Ладанов И. Д.* Психология управления рыночными структурами: преобразующее лидерство. — М., 1997.
- Овчарова Р. В.* Справочная книга школьного психолога. — 2-е изд., дораб. — М., 1996.
- Основы педагогического мастерства: учеб. пособие / И. А. Зязюн, И. Ф. Кривонос, Н. Н. Тарасевич и др.; под ред. И. А. Зязюна. — М., 1989.
- Панфилова А. П.* Деловая коммуникация в профессиональной деятельности. — СПб., 1999.
- Реан А. А., Бордовская Н. В., Розум С. И.* Психология и педагогика. — СПб., 2001.
- Шевардин Н. И.* Психодиагностика, коррекция и развитие личности. — М., 1999.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дорогие коллеги, студенты, друзья!

Хотелось бы верить и надеяться, что материал данного учебника поможет вам проникнуть в секреты педагогического мастерства, ибо профессиональная подготовка будущего учителя включает в себя сложный комплекс многообразных форм и методов работы, способствующих гармоничному развитию целостной личности.

Личность человека, по утверждению академика В. А. Сластенина, формируется и развивается под влиянием многочисленных факторов — объективных и субъективных, природных и общественных, внутренних и внешних, независимых и зависимых от воли и сознания людей, действующих стихийно или согласно определенным целям. При этом сам человек не пассивное существо, он субъект своего собственного формирования и развития.

Современная педагогика — педагогика сотрудничества. Она стремится к активизации самого обучающегося, к тому, чтобы сделать его соратником, соучастником педагогического процесса. Начинающие педагоги отмечают, что для успешной работы им необходимы не только предметные и психолого-педагогические знания, но и умение общаться.

Психолог В. Л. Леви назвал гениями общения педагогов, умеющих хорошо разбираться в людях. Еще В. А. Сухомлинский писал, что для учителя особо значимо умение чувствовать рядом с собой человека, чувствовать его душу, его желания.

Следует подчеркнуть, что общение определяет нравственно-этические установки педагога, такие, как гуманизм и самобытность личности обучающегося.

Главное мерило профессиональной успешности преподавателя — наличие личностной педагогической культуры. По мнению В. Л. Бенина, педагогическая культура — это элемент общей культуры и как элемент присутствует в каждом из ее видов. Она представляет собой интегративную характеристику педагогического процесса, включающую единство непосредственной деятельности людей по передаче накопленного социального опыта, а также результаты этой деятельности, закрепленные в виде знаний, умений, навыков и специфических институтов такой передачи от одного поколения другому.

А. В. Барабанщиков, И. Ф. Исаев утверждают, что педагогическая культура педагога основывается на специальном и педагогическом образовании, предполагает высокий уровень овладения

особенностями данного вида деятельности. Ее можно определить как сложную социальную характеристику личности педагога, отражающую его педагогическую позицию. Педагогическая культура — показатель уровня духовного, нравственного, интеллектуального развития человека, его знаний, умений, навыков, профессионального мастерства.

Быть мастером — значит предугадывать ход педагогического процесса, в котором возможны осложнения и конфликты, владеть педагогическим «чутьем». В этом нет ничего мистического. Такая способность может быть развита, хотя процесс формирования очень сложен. Анализировать, предугадывать, опираться на логические построения, эмпатию, идентифицировать (условно отождествлять) себя с учащимися, разделять их интересы и заботы — все эти умения включает в себя деятельность педагога.

В педагогическом процессе непременно присутствуют две активные стороны — преподаватель и ученик. По утверждению К. С. Станиславского, деятельность преподавателя не индивидуальная, а совместная. Как сценический, так и педагогический успех дела определяется ансамблем всех участников, объединенных единым творческим методом и общностью понимания идеи. Ансамбль — это союз ради одной коллективной цели.

В любой сфере способности человека раскрываются в действии. Отсюда следует, что нужно вооружиться методами и приемами не только самостоятельной, но и творческой работы. Каждому человеку важно знать свои способности и рационально их использовать. Однако нужно помнить, что даже самые прекрасные начинания окажутся неосуществленными, если оставят равнодушными окружающих, т. е. ваших коллег и учеников. Аудитория, класс — это сцена театра одного актера, где педагог — актер, а студенты и учащиеся — ваши зрители.

Педагогу труднее, чем актеру. Актер выходит перед аудиторией, которая настроена на определенный лад и готова воспринимать его мастерство. Готов ли ученик так смотреть на преподавателя? Следует поразмыслить над этим. На занятие надлежит идти как на праздник души, радоваться новым знаниям, навыкам, ценностям, откликаться на все, что происходит в аудитории. Не удивись — не научись!

Образование в любой области предполагает не только усвоение определенного комплекса знаний, но и умение самостоятельно, творчески мыслить, чутко реагировать на все вокруг происходящее. Необходимо ко всему, даже к самому малому, подходить творчески.

В свое время американский писатель Марк Твен говорил: «Опасайтесь людей, способных подорвать в вас вашу веру в себя. Это свойственно мелким людям!» Не бойтесь ошибиться! Любите свою профессию, не будьте равнодушными, дерзайте, творите, живите!



## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3
Глава 1. Педагогическое мастерство и его значение .....	5
Глава 2. Педагогическая культура: сущность, содержание и пути формирования .....	16
Глава 3. Профессиональная компетентность педагога .....	27
Глава 4. Педагогическая техника как элемент педагогического мастерства .....	39
Глава 5. Артистизм — компонент творческой индивидуальности педагога .....	46
Глава 6. Речевая культура преподавателя .....	59
Глава 7. Самообразование и самовоспитание — фактор совершенствования профессионального мастерства .....	70
Глава 8. Мастерство педагогического общения .....	79
Глава 9. Педагогическая этика .....	99
Практические задания и упражнения	
Занятие 1. Элементы актерского и режиссерского мастерства в педагогической деятельности .....	109
Занятие 2. Основы мимической и пантомимической выразительности педагога .....	125
Занятие 3. Речевая культура преподавателя .....	134
Занятие 4. Искусство устного и публичного выступления .....	162
Занятие 5. Мастерство педагога в управлении собой. Основы техники саморегуляции .....	170
Занятие 6. Мастерство педагогического общения .....	175
Занятие 7. Культура внешнего вида преподавателя .....	190
Занятие 8. Педагогическое разрешение конфликтов .....	194
Заключение .....	254

