

УДК 379.8.092

ПРОБЛЕМА СТИМУЛИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ

ГЕРАСИМОВ Павел Евгеньевич,

кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры физвоспитания;

ФРОЛОВ Михаил Юрьевич,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физвоспитания;

ЧУЧИН Владимир Валерьевич,

доцент кафедры физвоспитания,

Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского

АННОТАЦИЯ. *Анализируется проблема стимулирования позитивного самоотношения студентов. На примере студенческого КВН рассматривается досуговая деятельность, стимулирующая позитивное самоотношение студентов. Представлены преимущества КВН как одной из форм организации досуговой деятельности студентов. Выделены этапы стимулирования позитивного самоотношения студентов. Проанализировано поэтапное изменение содержания деятельности педагогов и студентов в процессе стимулирования позитивного самоотношения студентов. Отмечен соответствующий диагностический инструментарий, подтверждающий эффективность проводимых мероприятий.*

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *стимулирование позитивного самоотношения, досуговая деятельность, ситуация успеха, тренинг.*

STUDENTS' POSITIVE SELF-ATTITUDE STIMULATION PROBLEM

GERASIMOV P.E.,

Cand. Pedag. Sci., Teacher of the Department of Physical Culture;

FROLOV M.Y.,

Cand. Pedag. Sci., Docent, Head of the Department of Physical Culture;

CHUCHIN V.V.,

Docent of the Department of Physical Culture,

Saratov State Medical University named after V.I. Razumovsky

ABSTRACT. *The article analyzes the problem of stimulating students' positive self-attitude. On the example of student KVN, leisure activity is considered, stimulating positive self-esteem of students. The advantages of KVN as one of the forms of organization of students' leisure activities are presented. The stages of stimulating positive self-attitude of students are marked. The incremental change in the activity content of teachers and students in the process of stimulating students' positive self-attitude was analyzed. The corresponding diagnostic toolkit, confirming the effectiveness of the held events, was noted.*

KEY WORDS: *positive self-attitude stimulation, leisure activities, situation of success, training.*

В настоящее время решение проблемы стимулирования позитивного самоотношения подрастающего поколения, действительно, входит

в число приоритетных по значимости для становления достойного гражданина России, готового не только к личностному, но и профессиональному самоопределению, свободному выбору различных видов деятельности, ответственности за последствия принимаемых решений. Особенно актуальна, на наш взгляд, данная проблема у студентов-первокурсников, когда психоэмоциональные нагрузки, связанные с влиянием многочисленных эмоциональных факторов, увеличиваются.

Данная статья посвящена, на первый взгляд, достаточно узкой проблеме – стимулированию позитивного самоотношения студентов, однако, по сути, имеет гораздо большую теоретико-методологическую значимость: стимулируя позитивное самоотношение студентов, педагог тем самым формирует сознательное отношение к любой деятельности, в том числе и к учебной. А осознанность своих действий – первый шаг на пути к успеху. Особенно это важно для современных студентов, поскольку им важна, прежде

всего, мотивация: зачем они делают (должны делать) то или иное задание.

Категория «самоотношение» является междисциплинарной и исследуется с точек зрения различных наук: философии, психологии, педагогики. Для более полного представления о самоотношении мы проанализировали и сопоставили различные подходы к определению данного понятия.

Проблема самоотношения анализируется в философии как проблема самосознания и определения места Я в иерархии отношений личности и окружающего мира. Согласно философским трудам стимулированию позитивного самоотношения способствует взаимодействие личности с социальным окружением, а уровень сформированности самоотношения зависит от возраста, культурнообоснованных практик взаимодействия и требует развитых рефлексивных способностей.

В психологии самоотношение представлено соотношением Я-идеального и Я-реального, несоответствие которых является источником развития личности и одновременно причиной существования внутриличностных конфликтов.

В педагогике акцент сделан на роли педагога в становлении позитивного самоотношения, намечены способы практического решения его стимулирования.

В авторском понимании самоотношение – это субъективный опыт отношения личности к себе, кото-

рый носит эмоциональный характер, определяет ее дальнейшее развитие и формируется в результате взаимодействия когнитивно-рефлексивных, эмоционально-ценностных и деятельностно-поведенческих практик. Самоотношение стимулируется посредством создания сферы Я-потенциальное как непрерывного взаимодействия Я-идеального и Я-реального, опосредованного социальным окружением. Эта сфера создается развитием когнитивно-рефлексивного, эмоционально-ценностного, деятельностно-поведенческого компонента самоотношения. При ее определении учитывается реальное и идеальное состояние компонентов самоотношения, а также корректирующее действие социальной среды.

Стимулирование позитивного самоотношения студентов в нашем случае происходит в досуговой деятельности, что приводит нас к необходимости более детально разобрать данное понятие.

Междисциплинарное изучение понятия «досуговая деятельность» позволило выделить ряд выполняемых им функций:

1. Творческая функция, суть которой состоит в естественной творческой самореализации, в процессе которой стимулируются собственные умения и актуализируются приобретенные социально обусловленные навыки [1].

2. Познавательная функция, которая заключается в увеличении познавательной информации студентов [2].

3. Профориентационная функция, ориентированная на чтение книг, просмотр документальных и художественных фильмов, что открывает новый мир, в том числе мир профессий, а выработанные в различных видах досуговой деятельности важные умения способствуют более быстрой и безболезненной адаптации [3].

4. Рекреационная функция, которая заключается в предоставлении досугом возможности снять накопленное психологическое напряжение, восстановить силы [4].

Междисциплинарный анализ досуговой деятельности, а также перечисленные функции позволяют сформулировать авторское представление о данном понятии как об активности, осуществляемой по собственному выбору и в свободное время с целью удовлетворения психологических, эмоциональных, физических, социальных потребностей. Досуговая деятельность способствует самовыражению посредством самостоятельно выбираемых видов деятельности и обеспечивает возможность саморазвития студентов посредством приобретения ими новых умений, знаний, опыта.

В качестве формы организации досуговой деятельности мы выбрали КВН, т.к. он является очень популярным среди студентов и оптимально подходит для выполнения поставленных нами задач. КВН способствует всестороннему развитию личности, повышает самооценку, укрепляет уверенность в себе [5].

Ребята мотивированы на достижение командного успеха, что подразумевает повышение чувства ответственности, а своеобразное ограничение влияния взрослых приводит к самостоятельному выбору тех или иных решений [6]. КВН, с одной стороны, очень понятный и доступный вид деятельности, но, с другой стороны, мы же рассматриваем эту игру в качестве инструмента, имеющего в своём арсенале ряд возможностей для стимулирования позитивного самоотношения, поэтому для грамотной организации данного процесса необходимо соблюдать определённые принципы.

Так, например, принцип *открытости* говорит о том, что стать участником команды возможно в любое

время независимо от этапа подготовки. Принцип *диалогичности* предполагает равноправное взаимодействие не только между членами команды, но и между педагогами и коллективом. Это необходимо для создания благоприятной психологической атмосферы. Принцип *информационной насыщенности* означает знание актуальных новостей, ознакомление с различной литературой, ее творческой переработкой, вариантами преподнесения. Принцип *целенаправленности* подразумевает такую организацию досуговой деятельности, которая будет соответствовать разработанной программе и способствовать достижению поставленных целей. В нашем случае целью является стимулирование позитивного самоотношения студентов. Принцип *преemptивности* реализуется посредством передачи знаний, умений, норм, традиций от более опытных участников команды к менее опытным в процессе совместных творческих дел.

Для планомерного решения поставленных задач мы условно разделили нашу деятельность на 3 этапа, последовательное прохождение которых приведёт к поставленной цели.

На каждом этапе целенаправленно создавались ситуации успеха (важнейшее условие стимулирования позитивного самоотношения). В данном вопросе мы опирались на работу А.С. Белкина «Ситуация успеха. Как ее создать» [7]. Суть создания ситуации успеха заключается в заинтересованности педагога внутренними переживаниями студентов и акцентировании их внимания на каждой ситуации, в которой они могут гордиться собой. Фактически это решение одной из поставленных нами задач – создание благоприятного эмоционального фона и благоприятной психологической атмосферы для раскрытия творческого потенциала личности. Участие педагога в создании данных ситуаций варьировалось. Сначала было активное внешнее участие, заключающееся в предоставлении студентам возможности проявить свои лучшие качества и в высокой оценке («ты великолепно сделал это», «фантастический результат»). Затем оценка постепенно заменялась самооценкой, а позже ситуации проявления своих способностей и качеств ребята создавали сами.

На первом этапе педагог решал задачу по стимулированию мотивации студентов к участию в досуговой деятельности и приобщению к новому для них виду культуры. Это достигалось посредством развешивания соответствующих рекламных объявлений, проведения бесед с кураторами групп, организации показательных выступлений уже действующей команды.

После того как новая команда сформирована, с её участниками проводились специальные упражнения направленные на самопознание, саморазвитие, преодоление психологических барьеров, мешающих самовыражению. Так, для выявления положительных личностных качеств применялось упражнение «Я-лучший».

Поскольку была создана практически новая команда, в состав которой входили представители разных курсов и групп и большинство из них не были знакомы, то для представления себя студенты должны были не только назвать своё имя, но и назвать положительное личностное качество на каждую букву своего имени.

Например, Владислав: в – великолепный, л – ласковый, а – аккуратный, д – добрый, и – искренний, с – смелый, л – ловкий, а – активный, в – весёлый. Стоит отметить, что не только новички участвовали в тренингах, но и уже опытные члены клуба.

Для преодоления неуверенности в себе применялся тренинг самопознания, отражавший содержание внутреннего мира. Каждый участник команды получал лист ватмана и набор фломастеров. Начиная с центра листа, ребята отображали все, что считали нужным, по теме «Мой мир». В центре – Я, от которого идут несколько ответвлений. Их содержание и количество ребята определяли самостоятельно. Необходимо, чтобы были включены семья, друзья, интересы, достижения и т.д. Студенты могли использовать слова, рисунки, символы, знаки, а также имели возможность добавлять новые элементы, дорисовывать новые ответвления от центра.

В процессе применения данного тренинга акцентируется внимание, развиваются творческие способности, стимулируются рефлексивные процессы. Кроме того, выполнение данного задания способствует преодолению неуверенности, оно показывает, что каждый имеет творческие способности, обнаруживает перспективу для развития, стимулирует интерес к своему внутреннему миру, определяет те сферы жизнедеятельности, которыми можно гордиться, и те, исправление которых сделает учёбу и жизнь интереснее. Студенты отмечали следующее: «мне понравилось узнавать новое», «у меня появлялись новые идеи», «я не думал, что знаю о себе так много» и т.д. [8].

На следующих занятиях работа с тренингом продолжилась в ином виде. Участники команды обдумывали, как им сделать свою учёбу и жизнь лучше и интереснее. Фактически они совместно с педагогом включились в процесс стимулирования позитивного самоотношения. Ребята отмечали проблемные, по их мнению, сферы (заниженная самооценка, неуверенность в себе, стеснение и т.д.). Далее они определяли, как скорректировать сложившуюся ситуацию и перевести ее в разряд конструктивных. На данном этапе педагоги участвовали в работе, оказывая учащимся помощь (по их запросу) в постановке последовательных задач, решение которых поможет преодолеть выявленные трудности.

В силу того, что команда – это «живой организм», точные сроки окончания каждого этапа просчитать невозможно. Ориентиром окончания первого этапа служит внешнее наблюдение, а именно когда педагог видит, что ребята стали более раскрепощенными при общении друг с другом, в проявлении эмоций, высказывании своего мнения и т.д., прослеживается явный интерес к дальнейшему участию в клубной деятельности, можно считать, что первый этап подошёл к своему логическому завершению и можно переходить к этапу второму.

Задача второго этапа заключалась в самореализации студентов и повышении их самооценки.

Деятельность студентов на данном этапе связана в первую очередь с написанием сценария, решением творческих задач, репетициями и выступлениями.

Ребята активно участвовали в деятельности клуба. Прежде всего, они индивидуально определились в направлении клубной работы, что соответствовало реализации принципа индивидуализации. Кто-то увлекся музыкой, другим понравилось художественное оформление выступлений, третьим нравился процесс написания сценария и т.д. Члены клуба периодически собирались вместе, чтобы определиться с основными направлениями работы на ближайшее время, или встречались по подгруппам (художники, музыканты и т.д.), или по несколько подгрупп в один день.

Основной формой работы, применяемой на данном этапе, являлся «мозговой шторм». Использование «мозгового шторма» решает задачу повышения уверенности студентов в себе, поскольку при его проведении не критикуются никакие идеи, все имеют равные

возможности высказаться. Этот способ является действенным еще и потому, что изложение мыслей происходит на бумаге, вследствие чего исчезает момент стеснения. Разрешено писать любые, даже самые фантастические идеи, не существует идей, абсурдных либо чтобы их нельзя было написать на бумаге.

«Мозговой шторм», помимо функции написания сценария, имеет для команды очень важное значение в плане создания и укрепления внутрикомандных связей, создания предпосылок для будущей сплоченной группы. Ребята объединены одной целью, их мысли работают в одном направлении, они делают общее, важное для всех них дело, успех в котором зависит от каждого из них.

Второй этап, по нашим наблюдениям, вызвал у ребят наибольший интерес. Это объясняется тем, что студенты пишут сценарий, готовятся непосредственно к выступлению и, самое главное, показывают продукт своего творчества зрителям. Кто-то реализует себя как актер, кто-то – как сценарист, кто-то – как звукооператор и т.д. Важно, что каждый находит себя в своей работе и получает от этого удовлетворение. Деятельность студентов характеризовалась их самостоятельностью и целенаправленностью, поскольку они сами выбирали сюжеты для сценария и ориентировали свою совместную деятельность на подготовку выступления.

Подводя итог работе на данном этапе, можно с уверенностью сказать, что студенты стали более уверенными в своих силах, отстаивании своего мнения, при этом ребята не забывали поддерживать друг друга. Данные наблюдения свидетельствуют о том, что задачи второго этапа выполнены.

На третьем этапе деятельность участников связана с развитием аналитических способностей, а также с анализом проводимой работы и самооценкой.

Для развития аналитических способностей нами было предложено упражнение под названием «Искусство вопроса». Для выполнения данного задания выбирается тема, а потом определяются вопросы (не менее десяти), позволяющие её разобрать [9].

Например, нам нужно разобрать тему КВН. Вопросы по выбранной теме могут быть следующие: «Какие конкурсы в этой игре?», «Кто капитан?», «Как писать шутки?», «Что такое СТЭМ?», «Сколько по времени должно длиться приветствие?», «Как научиться играть разминку?», «Как сделать правильную отбивку?», «Как выбрать стиль команды?», «Как попасть в высшую лигу?», «Для чего нужны выходные персонажи?», «Сколько времени пишется сценарий?» и т.д. После разбора общих тем мы перешли к темам, более близким нашему эксперименту, а именно: «Уверенность в себе», «Моя команда», «Участие в эксперименте», «Самоотношение» и т.д.

Рефлексия присутствует на протяжении всего периода подготовки команды к выступлению. Командная и индивидуальная рефлексия позволяет оценить вклад каждого не только в развитие команды, но и в саморазвитие. Для развития рефлексии членам команды, еще не имеющим опыта самостоятельных выступлений, полезен просмотр записей игр других команд с последующим детальным их разбором с помощью опытных участников. Приобретение опыта в оценивании выступлений других команд позволяет перейти к самооценке. Анализ выступления имеет отношение к уже совершившемуся действию, разбирая выступление, ребята имеют возможность контролировать этот процесс, по-иному расставить акценты и т.д., что делает их более уверенными, повышает самооценку.

В завершение третьего этапа ребятам было предложено пройти тестирование для итоговой оценки

уровня их самооотношения (по методике оценки самооотношения В.В. Столина и С.Р. Пантелеева). Стоит уточнить, что перед началом первого этапа студенты также прошли данное тестирование.

Результаты проведенного исследования показали, что уровень самооотношения практически всех студентов, участвовавших в эксперименте, значительно вы-

рос, и лишь у некоторых либо вырос незначительно, либо практически не изменился. Это свидетельствует о том, что если правильно организовать досуговую деятельность студентов, то она станет не только приятным времяпрепровождением, но и будет нести развивающий потенциал, способствующий, в том числе, стимулированию позитивного самооотношения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Жарков, А.Д. Технология культурно-досуговой деятельности [Текст] / А.Д. Жарков. – М. : Изд-во МГУК, ИПО «Профиздат», 2002. – 288 с.
2. Жиркова, М. В. Социально-педагогические основы организации досуга школьников в муниципальном образовании мегаполиса : дис. ... канд. пед. наук [Текст] / М.В. Жиркова. – М., 2009. – 199 с.
3. Карпухин, О.И. Молодежь России: особенности социализации и самоопределения [Текст] / О.И. Карпухин // Социс. – 2000. – № 3. – С. 124-128.
4. Мосалев, Б.Г. Досуг: методология и методика социологических исследований : учеб. пособие [Текст] / Б.Г. Мосалев. – М. : МГИК, 1995. – 144 с.
5. Амаатов, М.И. Становление толерантного сознания личности в процессе совместной деятельности (на примере КВН-движения) : автореф. дис. ... канд. псих. наук [Текст] / М.И. Амаатов. – Краснодар, 2006. – 24 с.
6. Герасимов, П.Е. Стимулирование позитивного самооотношения подростков в досуговой деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук [Текст] / П.Е. Герасимов. – Саратов, 2016. – 24 с.
7. Белкин, А.С. Ситуация успеха. Как ее создать [Текст] / А.С. Белкин. – М. : Просвещение, 1991. – 176 с.
8. Бьюзен, Т. Могущество социального интеллекта [Текст] / Т. Бьюзен. – Минск : Попурри, 2004. – 216 с.
9. Фопель, К. Психологические принципы обучения взрослых. Проведение воркшопов, семинаров, мастер-классов [Текст] К. Фопель. – М. : Генезис, 2010. – 360 с.