РАЗДЕЛ 2
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ГУМАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

МЕХАНИЗМ СОЗДАНИЯ БЕССТРЕССОВОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Андрей Михайлович Чудайкин
преподаватель, кафедра физической подготовки, филиал Военной академии материально-технического обеспечения
им. генерала армии А.В. Хрулева (г. Пенза)
e-mail: chudaickin.andrey@yandex.ru

В статье развивается идея о возможности минимизировать стресс обучающихся в образовательном процессе для положительного влияния на их психологическое состояние и гармоничное развитие эмоциональной сферы. Определен компонентный состав образовательной среды. Выделены и охарактеризованы предметно-пространственный, социально-субъектный, коммуникативно-психологический компоненты. Показано, что предметно-пространственный компонент предполагает задействование значительных финансовых и административных ресурсов для создания благоприятных условий. Социально-субъектный компонент связан с пересмотром отношений субъектов в образовательном процессе. Коммуникативно-психологический компонент бесстрессовой образовательной среды требует сформированной культуры управления стрессом. Сделан вывод о необходимости равного внимания к каждому компоненту для снижения стресса в образовательном процессе.

Ключевые слова: стресс, образовательная среда, культура управления стрессом, взаимодействие субъектов

MECHANISM OF CREATING STRESSLESS EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Chudaykin A.M.
assistant of the department of physical training, Military Academy of Logistics, Penza branch
e-mail: chudaickin.andrey@yandex.ru

Abstract. The article develops an idea of the possibility to minimize stress of the students in the educational process for the positive influence on their psychological conditions and harmonic development of their emotional sphere. Components of the educational environment are marked out and characterized. They are object-environmental, social-subjective, communicative-psychological ones. It is shown that object-environmental component is connected with considerable financial and administrative resources for creating favourable conditions. Social-subjective component is linked with the overview of the traditional relations of the subjects in the educational process. Communicative-psychological component of stressless environment requires a well-built culture of stress management. The conclusion is drawn that to reduce stress in the educational process equal attention should be paid to each component.

Key words: stress, educational environment, culture of stress management, interaction of subjects

Утверждение о том, что стресс непрерывно сопровождает современного человека, стало аксиомой. Не только взрослые люди, загруженные профессиональными обязанностями, бытовыми заботами, подвержены негативному давлению внешней среды. Школьники, студенты испытывают,

пожалуй, еще больший стресс. Учебная нагрузка, дополнительные занятия, подготовка к экзаменам на фоне зачастую непростых отношений молодых людей с окружающими создают серьезную физическую и психоэмоциональную нагрузку. Школьный урок становится фактором риска для формирующейся личности [Бурмистрова 2014: 13]. Полагаем, что если в образовательной организации создана среда, минимизирующая возможность возникновения стресса у обучающихся (или помогающая его преодолеть при возникновении), то это положительно влияет на психологическое состояние обучающихся, способствует гармоничному развитию их эмоциональной сферы. Рассмотрим, что отличает бесстрессовую образовательную среду, проанализируем механизм ее создания.

Прежде всего отметим огромный воспитательный и образовательный потенциал среды. Еще в работах А. С. Макаренко напрямую указано, что организация воспитания тождественна организации воспитывающей среды [Макаренко 1951]. В трудах Л. С. Выготского влиянию среды на формирующуюся личность также уделяется значительное внимание. В частности, он отмечал, что при изменении среды поведение человека незамедлительно изменяется [Выготский 2005].

Далее определимся с компонентным составом образовательной среды. Этот вопрос является достаточно изученным в педагогической литературе, и сторонники средового подхода в образовании выбирают различные основания при определении компонентов среды. В частности, С.В. Тарасов определяет пространственно-семантический, содержательно-методический и коммуникационно-организационный компоненты [Тарасов 2010: 135]. В. А. Ясвин рассматривает образовательную среду как совокупность пространственно-предметного, социального и психодидактического структурных компонентов [Ясвин 2001]. В работе В. А. Сластенина и Г. И. Чижаковой в качестве базовых компонентов среды рассматриваются предметы, субъекты, психологические факторы [Сластенин, Чижакова 2003: 143]. Несмотря на некоторые расхождения в дефинициях, сущностно перечисленные подходы близки. В каждом из них отмечается значимость предметно-пространственного окружения, психологической атмосферы, социально-коммуникативных практик.

В своем исследовании мы будем опираться именно на эти компоненты: предметно-пространственный, социально-субъектный, коммуникативно-психологический. В предметно-пространственный компонент включена вся инфраструктура образовательного процесса: доступная среда, удобные аудитории, оснащенные спортивные залы и площадки, наличие действующего медицинского кабинета, организованное питание, обеспечение школьного транспорта и т.д. Социально-субъектный компонент – это субкультура образовательной организации, созданная наличием взаимосвязанных разновозрастных групп, социальных общностей, действующими возможностями для дополнительного образования и развития, клубами по интересам, спортивными секциями и т.д. Коммуникативно-психологический

компонент среды – это специфика взаимоотношений субъектов образовательного процесса, доминирующий стиль взаимодействия и преподавания, мотивирующие факторы, в совокупности создающие эмоциональную атмосферу в учебном заведении.

Очевидно, что каждый из компонентов среды важен, каждый влияет на развитие учащихся. Хотелось бы отметить, что каждый из этих компонентов требует внимания и целенаправленных усилий многих участников образовательного процесса, чтобы сократить потенциальные источники и минимизировать возможные последствия стресса. В совокупности это будет способствовать созданию бесстрессовой образовательной среды.

Предметно-пространственный компонент, как следует из анализа его составляющих, требует преимущественно финансовых и административных ресурсов для создания и поддержания благоприятных условий для обучающихся. Отметим, что в последние годы ряд государственных программ был реализован для обеспечения именно материально-технической составляющей образовательного процесса.

Чтобы понять возможный механизм снижения стресса в социально-субъектном компоненте образовательной среды, представим наглядно, как традиционно складываются отношения субъектов в образовательном процессе (см. рис.1).

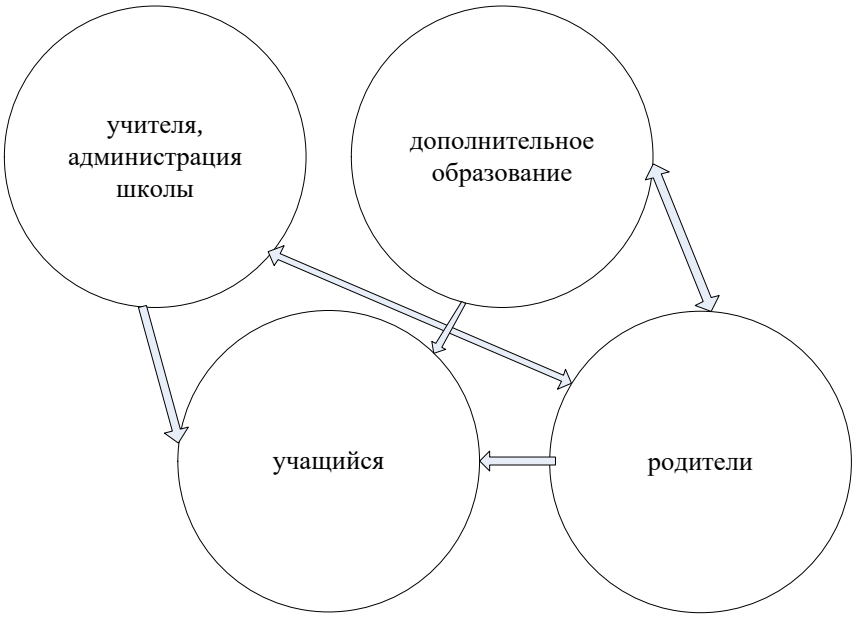

Рис. 1 - Провоцирующие стресс отношения субъектов образовательного процесса

Учащийся испытывает стресс из-за давления на него требований со стороны учителей и администрации школы, родителей, организаций дополнительного образования. Чем более субъекты разрознены, тем сильнее учащийся подвержен стрессу.

Однако если представить, что сферы влияния субъектов взаимно проникают, то положение учащегося значительно изменяется (см. рис.2).

Рис. 2 - Бесстрессовые отношения субъектов образовательного процесса

При таком подходе давление на учащегося со стороны любого иного субъекта образовательного процесса не чувствуется как избыточное, поскольку частично «поглощается» остальными субъектами, и пространство для развития обучающегося расширяется.

Коммуникативно-психологический компонент бесстрессовой образовательной среды связан со способностью субъектов образовательного процесса устанавливать позитивные взаимоотношения, поддерживать демократический стиль взаимодействия. В рамках практических занятий развитию этого компонента способствуют групповые формы работы [Максимова 2005]. Способность к эффективной коммуникации отчасти связана со сформированной у субъектов культурой управления стрессом, предполагающей высокий уровень саморегуляции поведения и психоэмоционального состояния [Баева, Семикин 2005: 16-17]. Формирование культуры управления стрессом связано с целенаправленным развитием ее когнитивной, аксиологической, коммуникативной, регулятивной составляющих. В частности, необходимо:

- систематизировать знания о стрессе, причинах его возникновения, способах минимизации (когнитивная составляющая),
- стимулировать проявление таких качеств, как толерантность, нравственность, самоуважение, порядочность (аксиологическая составляющая) (Е. А. Александрова отмечает положительное влияние детско-взрослых сообществ на становление аксиологической сферы личности [Александрова 2014: 54]),
- развивать умение грамотно передавать информацию, формулировать и транслировать эмоциональные переживания, распознавать и учитывать эмоциональное состояние окружающих (коммуникативная составляющая),
- уметь противостоять внешнему давлению, сохранять психоэмоциональную стабильность, не допускать срывов при физических и психических нагрузках и т.д. (регулятивная составляющая).

Подводя итог изложенному выше, мы можем сделать вывод, что создание бесстрессовой образовательной среды возможно при соблюдении как минимум двух условий. Во-первых, все компоненты образовательной среды должны быть учтены. Прекрасное материально-техническое положение учебного заведения не будет способствовать снижению стресса учащихся, если в нем отсутствует доверительная психологически безопасная атмосфера. Также и традиции, особая атмосфера, отличающие одно учебное заведение от другого, возможности для развития учащихся требуют для своего создания обязательной материальной базы. Во-вторых, среда должна быть единой. Это предполагает как взаимосвязь всех ее компонентов, так и активное участие субъектов. Психологический комфорт, бесстрессовая среда для педагогов и учащихся может быть обеспечена только при их активной заинтересованности и нацеленности на данный результат. Формирование культуры управления стрессом – один из наиболее эффективных механизмов.

Библиографический список

Александрова Е. А. Социокультурные возможности образовательного пространств а и детско-взрослых сообществ в контексте формирования у ребенка духовно-нравственной культуры // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. 2014. №4 (35). С.52-59.

Баева И. А., Семикин В. В. Безопасность образовательной среды, психологическая культура и психическое здоровье школьников // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2005. Т. 5. № 12. С. 7-19.

Бурмистрова М. Н. Риски школьного урока // Практический журнал для учителей и администрации школы. 2014. № 12. С.13-16.

Выготский Л. С. Педагогическая психология. М., 2005. 671 с.

Макаренко А. С. Доклад в педагогическом училище // Сочинения. М.: АПН РСФСР, 1951. Т. 5. С.407-419. URL: http://az.lib.ru/m/makarenko_a_s/text_1939_doklad.shtml (дата обращения 15.01.2019).

Максимова Е. А. Организация групповой учебной деятельности в условиях профессиональной подготовки: дисс….канд.пед.наук. Саратов, 2005. 201 с.

Сластенин В. А., Чижакова Г. И. Введение в педагогическую аксиологию: учеб. пособие. М., 2003. 192 с.

Тарасов С. В. Образовательная среда как условие развития личности ее субъектов // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2010. Т.3. №3. С. 133-138.

Ясвин В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. М.: Смысл, 2001. 365 с.