

УДК 154+796.0

РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Н.И. Федорова, Е.М. Федоскина

Смоленский государственный университет спорта, Российская Федерация

e-mail: doc_fni777@mail.ru

e-mail: vladf61@yandex.ru

Аннотация. В статье раскрывается понятия «эмпатии», как одного из важных профессионально-личностных качеств студентов обучающихся на факультете физической культуры и оздоровительных технологий по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и проведено сравнение их результатов с результатами уровня развития эмпативных качеств студентов направления подготовки «Рекреационно-оздоровительный туризм» и «Физическая культура». В результате выявлено, что будущие педагоги считают, что умение чувствовать различные настроения своих занимающихся является главным педагогическим качеством педагога.

Ключевые слова. Студенты, профессионально важные качества личности, эмпатия, специалист по адаптивной физической культуре, эмпатическая культура.

DEVELOPMENT OF EMPATHY AMONG FUTURE SPECIALISTS IN THE FIELD OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

N.I. Fedorova, E.M. Fedoskina

Smolensk State University of Sports, Russian Federation

Abstract. The article reveals the concept of “empathy” as one of the important professional and personal qualities of students studying at the Faculty of Physical Education and Health Technologies in the field of training “Physical Education for Persons with Health Disabilities (Adaptive Physical Education)” and compares their results with the results of the level of development of empathic qualities of students in the areas of training “Recreational and Health Tourism” and “Physical Culture”. As a result, it was revealed that future teachers believe that the ability to sense the different moods of their students is the main pedagogical quality of a teacher.

Keywords. Students, professionally important personality traits, empathy, adaptive physical education specialist, empathic culture.

В содержание современного образования, как области деятельности человека должны входить кроме соответствующих знаний, умений и навыков, еще и опыт творческой работы, и эмоционально-ценностные отношения, возникающие в процессе данной деятельности. Поэтому возникает вопрос как именно развивать эмпатийные способности, для того чтобы студенты, обучающиеся по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» научились лучше понимать эмоциональное состояние людей с ограниченными возможностями здоровья. Такое значимо важное профессиональное качество личности, как эмпатия способствует реализации гуманистического направления педагогической деятельности. Благодаря развитым эмпатийным качествам педагогу в области адаптивной физической культуры становится проще выявлять истинные причины деструктивного поведения занимающихся, тем самым создавая благоприятный эмоциональный микроклимат в коллективе, необходимый как для самореализации самого педагога АФК, так и его воспитанников [2].

Качеством личности педагога эмпатия становится лишь тогда, когда все составляющие ее компоненты, эмоциональный, когнитивный и поведенческий, образуют целостную систему. Многие исследователи представляют эмпатию, как составную часть эмоционального интеллекта. Эмпатия лежит в основе качественных отношений между людьми и эффективной работы во многих сферах, в том числе и педагогических. Специалист по адаптивной физической культуре, обладающий высоким уровнем эмпатии, может способствовать созданию у занимающихся положительной мотивации для систематических занятий физическими упражнениями. Но, с другой стороны, испытывающие негативные переживания педагоги из-за стремления интуитивно понимать различные психические состояния своих занимающихся в ряде случаев могут испытывать эмоциональное выгорание [8].

Обобщив исследования ученых, мы пришли к выводу, что эмпатию можно представить достаточно многогранно: и как эмоциональную отзывчивость человека на переживания другого; и как разновидность эмоций социального взаимодействия; и как эмоциональный отклик (сочувствие, сопереживание, сострадание). То есть будущий специалист по адаптивной физической культуре должен знать и распознавать различные эмоциональные оттенки, как негативные, так и позитивные, возникающие у категории лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья в процессе занятий ими адаптивной физической культурой [7].

Хотя эмпатия признается большинством исследователей [4,5,6] профессионально важным качеством будущих специалистов в сфере адаптивного физического воспитания и спорта, сама проблема воспитания эмпатических способностей в настоящее время не рассматривается. Формирование эмпатической культуры и эмпатических качеств у студентов педагогических вузов признается многими специалистами наиболее слабым звеном в системе высшего педагогического образования, так как в настоящее время будущих специалистов в области физической культуры и адаптивной физической культуры, ориентируют прежде всего, на развитие физических качеств и спортивные достижения. При этом на занятиях тренеры и преподаватели довольно часто не учитывают эмоциональные состояния своих воспитанников, их ценностные ориентации, мотивы и определенные личностные качества, что, в свою очередь ведет к увеличению психического напряжения у обучающихся. Все это, несомненно, оказывает негативное влияние на их творческое начало, свободу проявлений и препятствует их личностному росту [1,3].

В связи с вышесказанным актуальность работы обусловлена прежде всего необходимостью изучения эмпатии как профессионально значимого личностного качества специалиста в области адаптивной физической культуры, так как будущему педагогу в данной сфере деятельности необходимо владеть развитыми коммуникационными навыками при взаимодействии со своими занимающимися. Умение признавать уникальность, подчеркивать достоинства, отмечать своеобразие занимающихся увеличивает степень доверия к педагогу и вызывает уважение с их стороны.

Материал и методы. Профессионально важные качества личности – это специфические способности профессионала, устойчивые характеристики специалиста, отвечающие его основной деятельности. Психолого-педагогические науки располагают разносторонним материалом о феномене эмпатии, его механизмах, возрастных особенностях, однако проблематика развития эмпатических качеств у студентов физкультурных вузов пока что не являлась объектом специального изучения.

Исследование проходило с марта по май 2023 года на базе ФБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта». В качестве испытуемых выступили студенты, девушки и юноши, возраст – 18-22 года, обучающиеся на факультете физической культуры и оздоровительных технологий (n=100).

Цель исследования: изучение уровня развития эмпатии у студентов, обучающихся на факультете физической культуры и оздоровительных технологий по направлению подготовки: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (АФК), рекреационно-оздоровительный туризм (РИСОТ), физическая культура (ФК).

Рабочая гипотеза. Предполагается, что сформированность эмпатийных качеств будет иметь разную степень выраженности у студентов в зависимости от их специализации.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, наблюдение, опрос, методика И.М. Юсупова «Способность педагога к эмпатии», анкета С.В. Салыковой С.В., методы математической статистики.

Результаты и их обсуждение. Уровень развития эмпатии студентов разных специальностей мы определяли с помощью методики «Способность педагога к эмпатии», которая была разработана казанским психологом И. М. Юсуповым. Это методика давно и успешно используется для исследования эмпатии (сопереживания), т.е. умения поставить себя на место другого человека и способности к произвольной эмоциональной отзывчивости в ответ на переживания других людей. Сопереживание представляет собой принятие определенных чувств, которые испытывает другой человек так, как если бы эти чувства стали вашими собственными.

Эмпатия способствует сбалансированности межличностных отношений. Она делает поведение человека социально обусловленным. Развитая у спортивного педагога эмпатия является одним из ключевых факторов успеха именно в тех видах деятельности, которые требуют вчувствования в мир партнера по общению. Эмпатия наиболее важна в образовательно-воспитательном процессе и представляет собой профессионально-важное качество специалиста в области АФК. По мнению В.А. Сухомлинского «учителю следует начинать с элементарного, но вместе с тем и наитруднейшего – с формирования способности ощущать душевное состояние другого человека, уметь ставить себя на место другого в самых разных ситуациях». «Глухой к другим людям – останется глухим к самому себе: ему будет недоступно самое главное в самовоспитании – эмоциональная оценка собственных поступков» [5].

Проведя анализ полученных результатов, мы пришли к выводу, что существуют определенные различия в уровнях сформированности эмпатии у обследуемых студентов в зависимости от их направления подготовки. Высокий уровень эмпатии находится в диапазоне от 63 до 81 баллов. Данный уровень продемонстрировали около 13% всех опрошенных. Если говорить о направлениях подготовки, то по направлению РИСОТ высокие баллы продемонстрировали 9 % испытуемых, ФК – 10,4 %; а АФК – 16 %. Таким образом можно говорить о том, что студентам направления подготовки АФК больше свойственно проявлению сочувствия к окружающим, что связано со спецификой их будущей профессии.

Средний уровень эмпатии составляет 37 - 62 балла. В этом диапазоне оказались 50 % всех респондентов. Причем среди студентов РИСОТ у 48 % был выявлен средний уровень; среди студентов направления ФК – 44,6 %; а АФК – 55 %. Низкий и очень низкий уровень развития эмпатии отметили 37 % всех опрошенных студентов, при этом среди студентов РИСОТ – 43 %; ФК – 45 %; АФК – 29 %.

Таким образом данные по уровню эмпатии у студентов разных специализаций отличаются. Высокий и средний уровни сформированности эмпатийных качеств показали будущие специалисты в области адаптивной физической культуры. Это можно объяснить спецификой выбранной ими профессии, которая предполагает наличие данного профессионально-важного качества.

Также нами был проведен опрос среди студентов 1-4 курсов, обучающихся по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии

здоровья (адаптивная физическая культура)». В результате проведенного исследования нами было выявлено, что на вопрос «что вы понимаете под эмпатией?» 15 % ответили, что это своего рода чувственность. Половина всех опрошенных вообще затруднились ответить, и только 10 % связали эмпатию с сопереживанием. По мнению студентов младших курсов, на вопрос «Каким же должен быть идеальный педагог в области АФК» прозвучали следующие ответы: педагог должен уметь научить своему предмету (5%), а также досконально знать свой предмет и уметь его интересно преподнести (6 %) и безошибочно определять эмоциональное состояние подопечных (10 %).

Проведя опрос среди студентов старших курсов, мы выяснили, что наиболее значимыми для них качествами педагога являются знание своего предмета (7 %), умение просто преподнести сложный по содержанию материал (9 %). Кроме того, педагог обязан еще и обладать хорошими организаторскими способностями (12 %) и понимать психическое состояние своих подопечных. Интересно, что такое качество как «актерское мастерство» студенты как младших, так и старших курсов в процессе ранжирования решили поставить на последнее место.

Для развития эмпатии большое значение имеет психологический климат, царящий прежде всего в семье, далее в школе и вузе. Без внимания, заботы, уважения друг к другу и к семейным ценностям отца и матери в семье у детей сама по себе эмпатия не развивается. Поэтому нас интересовала степень влияния некоторых факторов на развитие у студентов таких качеств, как внимательность к людям, сочувствие и сопереживание. На развитие перечисленных качеств, считают респонденты, в большой степени положительное влияние оказывают семья, друзья, а также школа, разные кружки и организации по интересам и телевидение.

Четверть студентов 1-го курса утверждает, что телевидение не оказывает влияния на развитие сочувствия и сопереживания, а ряд программ и фильмов, наоборот, может оказать даже агрессивное влияние. Мнения респондентов о степени влияния вуза разделились. Студенты 1-го (52,3%) и 3-го курсов (43,4%) считают, что вуз оказывает положительное влияние в большой степени, а студенты 2-го курса считают (51%), что вуз влияет на эмпатию незначительно. Определяя систему отношений с преподавателями и в студенческой группе, мы выяснили, что большая часть опрошенных почти всегда понимают своих преподавателей и у них хорошие отношения с одногруппниками.

В анкете мы попросили высказать каждого респондента свое мнение по поводу следующего высказывания: «Чем больше преподаватель проявляет внимание к студентам, тем больше они "салятся" ему на шею». По 35% студентов младших курсов не согласились с данным утверждением, а четверть опрошенных 1-го курса и 2-го курса согласны с данным фактом, также, как и 40% студентов 3-го курса.

Эмпатию можно и нужно развивать. Для ее развития рекомендуется:

1. Целенаправленно вводить в работу со студентами психологические методики и психодиагностические опросники, направленные на развитие когнитивной сферы и диагностику эмпатии.

2. Использовать методики, позволяющие расширить сознание и пережить новый эмоционально-чувственный опыт. Это игры и упражнения, направленные на повышение уровня эмпатии.

Например, можно использовать следующие тренинги, положительно зарекомендовавшие себя в практической деятельности. Приведем некоторые из них. Это, прежде всего «Улыбка», «Глаза, Взгляд». «Жесты. Поза», «Глаза в глаза», «Как ты себя чувствуешь?» и т.д.

Заключение. Таким образом, результаты диагностики развития эмпатии показывают, что у студентов разных направлений подготовки уровень сформированности эмпатии отличается различной степенью выраженности. В целом, можно констатиро-

вать, что у большинства студентов отмечается средний и низкий уровень развития эмпатии. Студенты с высоким уровнем эмпатии чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое прощать другим людям, с искренним интересом относятся к окружающему миру и разбираются в индивидуальных особенностях лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Для студентов, имеющих средний уровень эмпатии, характерны такие особенности, как знание индивидуально–психологических особенностей детей, понимание их индивидуальности. Вместе с тем, эмпатические способности раскрываются не во всех случаях. Студенты с низким уровнем эмпатии зачастую не знают особенностей детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, поэтому они испытывают трудности при установлении доверительных контактов, а в окружении большого количества людей чувствуют себя не совсем уверенно.

Таким образом, у будущих специалистов в области АФК независимо от курса сформировано не совсем правильное представление о таком профессионально важном качестве, как эмпатия. Но несмотря на это будущие педагоги склонны считать, что именно умение чувствовать различные настроения занимающихся является главным педагогическим качеством педагога.

Литература

1. Алехин, А. Н. Индивидуальные отношения. Теория и практика эмпатии: монография / А. Н. Алехин, А.В. Алехин, А.В. Курпатов. – Олма Медиа Групп - 2007. – 384с.
2. Балашова, В.Ф. Оценка профессиональной готовности будущих специалистов по адаптивной физической культуре / В.Ф. Балашова // Теория и практика физической культуры - 2008. -№7. -С. 37-38.
- 3.Балашова, В.Ф. Профессионально-важные качества личности как неотъемлемые составляющие компетентности специалиста по адаптивной физической культуре / В.Ф. Балашова // Высшее образование в России -2009.- №2. - С.32.
4. Басова, А. Г. Формирование эмпатии / А.Г. Басова // Молодой ученый. – 2013. – №5. – С. 631–633.
5. Баталова, М. С. Эмпатия и успешность в коммуникативной сфере: монография / М.С. Баталова. LAP Lambert Academic Publishing, 2012. – 72 с.
6. Бражникова, А. Н. Эмпатия как нравственное качество будущего профессионала / А. Н. Бражникова // Психологическая наука и образование. – 2012. – №4. – С.120–130.
- 7.Евсеев, С.П. Специалист по АФК: основная образовательная программа / С.П. Евсеев // Адаптивная физическая культура – 2000 - №3 - С.23-27.
8. RogersC. Empatic: an unappreciated way of being // Houghton Mifflin Harcourt, 1995.

УДК 796.011.3:378.147:613

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

А.В. Фоменко

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Луганский государственный педагогический университет», г. Луганск

e-mail: anuytk_a@mail.ru

Аннотация: В статье проведен теоретический анализ проблемы использования физической культуры как средства формирования здорового образа жизни студентов в высших учебных заведениях. Таким образом, формирование готовности к ведению здорового образа жизни является актуальной проблемой в высших учебных заведениях, без чего невозможно повысить уровень культуры и здоровья обучающихся, а результаты работы в этом направлении зависят от эффективности используемых в процессе обучения форм и методов. Обосновано научное значение