

ОСОБЕННОСТИ РЕГУЛЯЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

Ефименко С. В.

В данной статье речь идет о развитии эмоционально-волевой сферы студентов на занятиях по иностранному языку в вузе. Особое внимание уделяется тому, как средствами иностранного языка можно формировать высшие чувства студентов, такие как: нравственные, интеллектуальные, эстетические. Различного рода коммуникативные практики, основанные на высоконравственном содержании учебных текстов, будут прививать интерес к изучению иностранного языка и развивать эмоциональную устойчивость студентов. В текстах, которые используются на занятиях по иностранному языку в вузе, должно выражаться отношение человека к людям, к обществу, к своим обязанностям, к самому себе. Внушение студентам уверенности в своих силах способствует формированию волевых качеств личности. Но прежде всего сама организация учебного процесса на занятиях по иностранному языку в вузе должна способствовать развитию волевых качеств личности и стимулировать их саморегуляцию.

В статье также описаны технологии воспитания высших чувств при изучении иностранного языка в вузе. К ним относят: формирование эмоционального опыта, необходимого в будущей профессиональной деятельности; предоставление студентам достаточной самостоятельности в учебной и общественной деятельности; внимательное отношение и уважение к студенту со стороны преподавателя и др. В статье также определены методы формирования волевых качеств у студентов на занятиях по иностранному языку в вузе. Наиболее значимыми, по мнению автора, являются следующие: формирование навыков преодоления возникающих трудностей; стимулирование положительного отношения студентов к учебе, будущей профессии; систематическое накопление опыта деятельности, требующей волевых усилий и др. В процессе целенаправленного педагогического воздействия при обучении иностранному языку в вузе у студентов формируются определенные качества личности. К этим качествам следует отнести: чувство личной ответственности за свое поведение; умение управлять собой, сохранять самоконтроль в трудных ситуациях; навыки соблюдения установленного порядка и многие другие.

Ключевые слова: *эмоции, высшие чувства, волевые качества, волевая регуляция, познавательная деятельность, личностные ценности, творческая деятельность, компетентность, инициативность, саморегуляция действий.*

Интенсификация учебной деятельности в современном обществе, как и усложнение процессов социальной жизни, приводит к повышению уровня психоэмоционального напряжения, к трудностям в саморегуляции, адаптации, сотрудничестве, общении, в конечном счете – к дезинтеграции жизненных сил и снижению психологического здоровья студентов.

Л. С. Выготский, И. С. Кон, И. Ю. Кулагина, В. И. Моросанова, Х. Ремшмидт, И. В. Шаповаленко, Д. Б. Эльконин рассматривают юность как психологический возраст перехода к самостоятельности, период самоопределения, формирования мировоззрения, морального сознания и самосознания, как сензитивный период для развития эмоциональной устойчивости и саморегуляции произвольной активности. Анализ работ названных ученых позволяет выделить периоды ранней юности: 15–17 лет (старшеклассники) и поздней юности: 17–21 год (студенты) [2].

На фоне указанных общих тенденций социально-возрастного становления молодых людей каждый из них отличается от другого своими природными свойствами (способностями) и своими характеристиками как личности: личным опытом (у каждого он свой), контекстом деятельности (у каждого свой набор деятельностей, которыми он занимается и которые являются основой его взаимоотношений с другими людьми), набором определенных чувств и эмоций (у одного есть чувство гордости за свой город, у другого нет), своими интересами, своим статусом (положением) в коллективе (группе), и в том числе умением осуществлять учебную и речевую деятельность в процессе изучения иностранного языка.

В процессе нашей работы и исследования мы изучаем особенности развития и регуляции эмоционально-волевой сферы студентов, т. к. они являются одним из механизмов овладения ими иностранным языком.

В педагогической психологии эмоции рассматриваются как особый класс субъективных психических состояний человека, отражающихся в форме непосредственных переживаний отношения человека к предметам, явлениям, ситуациям окружающего мира и к другим людям.

Существует две точки зрения на роль эмоций:

- 1) эмоции действуют на человека дезорганизуя, т. е. нарушают его деятельность и поведение;
- 2) эмоции действуют на человека стимулируя, т. е. эмоции выступают как мотив поведения [14].

В педагогической психологии определяются признаки эмоций, по которым можно установить их роль в поведении и деятельности человека:

- эмоции специфически отражают действительность в виде переживаний (личностно-значимое отношение к окружающему миру);
- они носят предметный характер, т. е. всегда относятся к предмету, объекту;
- связаны с потребностями человека, т. е. в эмоциях отражается то, как удовлетворяется потребность;
- характеризуются полярностью, т. е. обладают положительным и отрицательным знаком, но в сложных эмоциях могут присутствовать оба полюса => амбивалентные эмоции;
- сопровождаются физиологическими изменениями – эмоции и физиология организма тесно связаны [15].

В связи с этим обратим внимание на функции эмоций:

- 1) приспособительская – эмоции помогают человеку ориентироваться в окружающем мире;
- 2) оценочная – ситуация и восприятие одного и того же явления могут рассматриваться с разной оценкой;
- 3) побуждающая – возникновение/прекращение деятельности;
- 4) интегративно-защитная – позволяет адекватно отреагировать на то или иное воздействие;
- 5) коммуникативная – позволяет лучше устанавливать контакты;
- 6) эвристическая – эмоции тесно связаны с интеллектуальной деятельностью человека, помогают предположить развитие событий [7].

Эмоции тесно связаны с чувствами.

Чувства – это особая форма отражения психикой окружающего мира, проявляющаяся в социально-обусловленных переживаниях, активизирующих или тормозящих деятель-

ность.

Отличия эмоций от чувств состоят в том, что:

1. Эмоции биологически обусловлены, чувства – социально обусловлены.
2. Эмоции носят ситуативный характер и выражают оценку личностью определенной ситуации (которая связана с удовлетворением потребности человека в данный момент), а чувства – устойчивое образование.
3. Эмоции носят поверхностный характер, а чувства – глубинный.
4. Эмоции – более простое переживание, а чувства более сложное, т. к. чувства возникают как обобщение многих эмоций.

Особенности чувств:

- 1) их полярность, что дает основание для их деления на положительные и отрицательные;
- 2) амбивалентность, т. е. их двойственный характер (и положительные, и отрицательные);
- 3) на протекание эмоций и чувств влияет 2-я сигнальная система, т. е. переживания могут возникнуть не только при непосредственном воздействии явлений, предметов (1-я сигнальная система), но и могут быть вызваны словами, с помощью деятельности 2-й сигнальной системы – эмоции и чувства становятся осознанными, приобретают общественный характер. Лишь при деятельности 2-й сигнальной системы возможно формирование сложных чувств;
- 4) интегральность чувств, т. е. исключительность по отношению к другим состояниям [14].

Специалисты в области педагогической психологии отмечают, что высшие чувства присущи только человеку, они тесно связаны с его личностью, с отношением к людям, к жизни, с убеждениями и взглядами.

Выделяют 3 вида высших чувств: нравственные, интеллектуальные, эстетические.

Нравственные чувства в форме переживаний выражают отношение человека к людям, к обществу, к своим обязанностям, к самому себе. Они складываются и изменяются в процессе исторического развития общества в зависимости от его традиций, обычаев, религий. К ним относят: любовь, патриотизм, чувство долга, дружбу, ненависть, стыд, злорадство.

Интеллектуальные чувства возникают в процессе умственной деятельности и связаны с познавательными процессами и творчеством. Могут быть очень сильными. К ним относятся: жажда знаний, любознательность, чувство удивления, сомнения, цинизм (издевка, насмешка, основанная на чувстве озлобленности против всего, что лучше), сарказм (язвительная насмешка), ирония (тонкая насмешка, критичная по отношению к миру, людям, себе), чувство комического.

Эстетические чувства представляют собой отношение человека к прекрасному в природе, в жизни людей. Они проявляются в художественных оценках и вкусах, которые зависят от эстетических предпочтений. Включают в себя чувство прекрасного, любовь к красоте, восхищение произведениями искусства.

В процессе изучения иностранного языка необходимо целенаправленно формировать у студентов высшие чувства (нравственные, интеллектуальные, эстетические). В этом у нас нет сомнения, т. к. в вузе осуществляется подготовка не только специалистов-профессионалов, но и человека с высоким уровнем духовно-нравственной культуры.

На занятиях по иностранному языку в вузе необходимо формировать положительные эмоциональные состояния у студентов, т. е. прививать интерес к изучению иностранного языка, избегать стрессовых ситуаций. Формирование высших чувств (нравственных, интеллектуальных, эстетических) будет способствовать эмоциональной устойчивости и проявлению активности при решении коммуникативных учебно-профессиональных задач. Организация учебного процесса при изучении иностранного языка должна развивать волевые качества личности студента, стимулировать саморегуляцию его поведения и обеспечивать высокую дисциплину.

В процессе развития высших чувств особое значение имеет формирование волевых качеств личности. Воля, по мнению Аристотеля, – это способность души соединять разумное решение о необходимости действия со стремлением к нему, т. е. придавать разумному решению побудительность. Особенность волевых действий заключается в том, что они признаются субъектом как обязательные к исполнению

действия, но лишённые достаточного побуждения к ним [4].

Волевая регуляция (самодетерминация поведения как регуляция побуждения к действиям, и самоконтроль как регуляция эмоций и состояний) представляет собой *особую осознанную активность человека, имеющую свой собственный мотив (ради чего исполнить действие с дефицитом побуждения?), свои способы и средства осуществления* [4].

Таковыми мотивами являются личностные ценности человека, которые определяют отношение личности к поставленным или принятым ею целям, меняют смысл принимаемых к исполнению действий и тем самым придают им дополнительное побуждение. Смысл действия, который можно изменить разными способами, является психологическим механизмом, переносящим побудительность с мотива на цель.

По своей природе волевая регуляция есть произвольная саморегуляция личностного уровня с личностными средствами ее осуществления. Волевая регуляция предполагает дополнительное энергетическое обеспечение (которое не беспредельно) исполняемых действий через мобилизацию физических и психических возможностей индивида как исполнителя волевого действия, что и переживается субъектом как волевое усилие (с физическими и психическими компонентами в виде осознаваемой концентрации внимания, на что обращал внимание М. Я. Басов).

Опираясь на указанные положения о роли эмоций, чувств и волевых усилий в развитии личности, мы определяем технологии воспитания высших чувств в процессе обучения в вузе при изучении иностранного языка.

1. Необходимо учитывать, какой эмоциональный опыт нужен для успеха в будущей профессиональной деятельности студентов. Уже начало практической работы по окончании вуза вызывает у них перестройку эмоциональной сферы. Адаптация иногда проходит очень тяжело. Поэтому и необходим эмоциональный опыт, максимально приближенный к требованиям практической работы специалистов, что достигается соответствующей организацией учебно-воспитательного процесса на занятиях по иностранному языку в вузе (обсуждение тек-

стов по специальности, ролевые игры, анализ учебных практик на предприятии и т. д.).

2. Объем знаний может расти сравнительно быстро, а чувства изменяются медленно. Чтобы предупредить такой разрыв, надо передавать знания образно, эмоционально, убедительно, приводить на занятиях такие факты и примеры, которые вызвали бы горячий отклик, активизируя именно те чувства, которые необходимо воспитать.

3. Важно также предоставлять студентам в учебной и общественной деятельности достаточную самостоятельность, чтобы они могли в полной мере проявить интеллектуальные способности, наиболее эффективно использовать полученные знания, участвуя в научном творчестве.

4. Важны здесь и повседневные взаимоотношения, как между студентами, так и между ними и преподавателями. В общении тех и других проявляются разнообразные эмоции и чувства. Внимательное отношение и уважение к студенту со стороны преподавателя побуждают его лучшие качества, повышают эмоциональную восприимчивость к замечаниям и указаниям, к воспитательным воздействиям. И наоборот, равнодушие, высокомерие преподавателя могут вызвать у студента его неприятие. Недопустимо запугивание студента, которое унижает его достоинство, лишает уверенности в своих силах.

5. Одним из путей развития эмоциональной сферы личности является самовоспитание, работа над собой. Правильная оценка своих поступков благоприятно сказывается на деятельности студента: повышает ответственность за результаты работы, уверенность в себе. Соблюдая такт, следует стимулировать у студентов стремление к самосовершенствованию. Одним из средств, стимулирующих работу студентов над собой, является регулярное проведение работ над ошибками после проведенных контрольных работ.

6. Основной целью обучения иностранному языку в неязыковом вузе является формирование коммуникативной компетенции в говорении. Если процесс обучения говорению на иностранном языке будет интересным для обучающихся, то это приведет к более высокой результативности в обучении. Общение между

студентами и преподавателем на занятиях по иностранному языку должно проходить на основе совместной творческой деятельности. Для этого необходимо создание преподавателем коммуникативной, творческой атмосферы на занятиях. Это будет проходить через процесс идентификации, т. е. отождествления учащихся с преподавателем.

7. Поскольку само по себе общение носит творческий, эвристический характер, то и обучать ему нужно в условиях эвристичности, т. е. в различных динамичных (постоянно изменяющихся) ситуациях, в которых возможен различный набор речевых функций и их различных сочетаний. Большая повторяемость речевых функций приведет к большей повторяемости речевых форм и прочности усвоения речевого материала.

8. На старших курсах процесс обучения иностранному языку приближается к процессу профессионального общения, которое тесно взаимосвязано с основной профессиональной деятельностью. В профессиональной деятельности будущих инженеров и экономистов можно выделить следующие ситуации общения: интервью, консультации, переговоры, совещания, дискуссии, презентации. Выполнение творческих упражнений снижает также языковой барьер, закрепляет грамматический и лексический материал, активизирует деятельность студента на занятиях по иностранному языку в неязыковом вузе.

9. Важно учитывать индивидуальность каждого из студентов. Известно, что трудность в обучении устной иноязычной речи заключается в отсутствии речевого партнерства, без которого не может быть обучения общению (и тем более эффективного обучения). Коммуникативность поведения преподавателя и учащихся есть предпосылка создания условий для речевого партнерства. Преподаватель иностранного языка должен быть максимально компетентным во владении иностранным языком и в профессионально ориентированном общении (инженерный и экономический профиль), т. е. речь идет о преподавании иностранного языка в неязыковом вузе [10].

В целом такое обучение стимулирует интерес к будущей профессии, формирует положительное отношение к познавательной деятельности,

способствует повышению культуры общения, развитию личности специалиста.

Волевая регуляция действий через волевое усилие происходит, как правило, в новых и неожиданных ситуациях для человека, что можно обозначить как ситуативную или эпизодическую волевую регуляцию. В часто повторяющихся ситуациях конфликта уровней человек использует еще один механизм волевой регуляции, опирающийся на мотивационные привычки. За этими привычками стоят устойчивые отношения личности к данным ситуациям (смысловой опыт как установка к действию на основе прочных личностных ценностей), которые проявляются в деятельности в виде волевых качеств человека, хорошо владеющего навыками исполняемых действий. В схожих ситуациях на основе личностных ценностей создаются мотивационные, т. е. смысловые (личностные – А. В. Запорожец), установки к определенному поведению и способам действия, проявляющиеся в поведении как волевые качества личности [3].

Из этого следует, что за волевыми качествами скрываются отношения человека как личности к себе, своей деятельности, к другим людям и обществу. Эти отношения представлены человеку как его личностные ценности, ради которых личность осуществляет волевую регуляцию деятельности, психических процессов и состояний, обслуживающих ее. Другими словами, за волевыми качествами стоят смысловые установки личности, снимающие необходимость в дополнительной ситуативной сознательной саморегуляции действий.

Волевые качества студентов – одни из важных психологических предпосылок успешного преодоления ими возникающих трудностей, особенно на первых курсах, сохранения должной работоспособности и достижения высокой успеваемости. Волевыми качествами студентов являются: целеустремленность, самообладание и выдержка, дисциплинированность, настойчивость, смелость, инициативность, решительность и самостоятельность. Волевые качества человека взаимосвязаны, дополняют (как правило, усиливают) друг друга. Они формируют его эмоционально-волевою устойчивостью: неподверженность отрицательным влияниям (внешним и внутренним), сохранение активности в любой ситуации. Прочность

и уровень волевых качеств студента зависят от его внутренних установок и содержания деятельности.

Формировать волевые качества студентов на занятиях по иностранному языку в вузе необходимо следующим образом:

- закрепление положительной мотивации к изучению иностранного языка в вузе;
- формирование навыков преодоления возникающих трудностей;
- четкая постановка задач;
- систематическое накопление опыта деятельности, требующей волевых усилий;
- анализ причин неудач, что вызывает у студента стремление к преодолению трудностей;
- внушать студентам уверенность в своих силах, показывать, что у них есть все возможности добиться успеха;
- стимулировать целенаправленное самовоспитание воли, которое должно основываться на положительном отношении студентов к учебе, будущей профессии, на понимание ими значимости волевых качеств.

В процессе направленного педагогического воздействия у студентов формируются:

- положительное отношение к своим обязанностям;
- чувство личной ответственности за свое поведение;
- умение управлять собой, сохранять самоконтроль в трудных ситуациях;
- навыки соблюдения установленного порядка;
- самооценка поведения с точки зрения степени его соответствия требованиям общества и принципам нравственности;
- умение мобилизовать свои силы и способности в соответствии с решаемой задачей [9].

При изучении иностранного языка мы используем тексты, в которых выражается отношение человека к людям, к обществу, к своим обязанностям, к самому себе. Раскрываем такие понятия, как: любовь, патриотизм, чувство долга, дружба, ответственность, творчество и др. Сегодня уже недостаточно простой исполнительности. Все более возрастает значение таких деловых качеств, как *компетентность* и *инициативность, готовность брать от-*

ветственность на себя, умение доводить до конца начатое дело.

Студенты используют ресурс вариативных моделей коммуникативных практик: диалог, погружение в виртуальную реальность, разноплановую творческую деятельность.

Таким образом, в системе высшего профессионального образования создаются условия для воспитания специалистов, способных к духовному осмыслению мира и своего места в нем путем коммуникативных взаимодействий в процессе изучения иностранного языка.

Успех преподавателя во многом зависит от того, насколько глубоко он анализирует социально-психологические изменения, происходящие в студенческом коллективе, как сочетает методы убеждения и принуждения, организует свою деятельность. Преподавателю нужно учитывать, что то или иное поведение студента обусловлено созданием им идеального образа действий, непосредственной целью и мотивом. Желания, стремления, а также идеалы, взгляды, интересы – все это внутренние побудители активности, проявляющиеся в действиях и поступках.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Асмолов А. Г.* Психология личности: Культурно-историческое понимание развития человека. – М.: Смысл, 2007. – 478 с.
2. *Барабанов Д. Д.* Развитие волевой регуляции студентов: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2014. – 41 с.
3. *Запорожец А. В.* Изб. психол. тр.: В 2 т., Т II. Развитие произвольных движений. – М.: Педагогика, 1986. – 296 с.
4. *Иванников В. А., Барабанов Д. Д., Монроз А. В., Шляпников В. Н., Эйдман Е. В.* Место «Воля» в современной психологии // Вопросы психологии. – 2014. – № 2. – С. 15–23.
5. *Иванников В. А.* Воля: миф или реальность? // Вестник Московского университета. – Серия 14. Психология. – 1993. – № 2. – С. 70–73.
6. *Иванова Л. Н.* Эмоциональная саморегуляция будущего учителя в процессе подготовки к профессиональной деятельности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Минск, 2001. – 18 с.

-
7. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. – СПб., 2001. – 752 с.
 8. Леонтьев А. А. Психолингвистические единицы и порождение речевого высказывания. – М., 2005. – 287 с.
 9. Леонтьев А. А. Психология общения. – М.: Смысл, 1999. – 365 с.
 10. Макара Л. В. Обучение профессионально-ориентированному общению на английском языке студентов неязыкового вуза: дисс. ... канд. пед. наук. – СПб., 2000. – 257 с.
 11. Петровский А. В. Психология развивающейся личности. – М.: Педагогика, 1987. – 158 с.
 12. Пряжников Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. – Воронеж, 1997. – 392 с.
 13. Решетова З. А. Психологические основы профессионального обучения. – М., 1985. – 207 с.
 14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2007. – 713 с.
 15. Сорокина Я. В. Эмоционально-волевая регуляция активности в учебной деятельности студентов вуза: автореф. дисс.... канд. психол. наук. – Екатеринбург, 2012. – 29 с.
 16. Якунин В. А. Педагогическая психология. – СПб.: Полиус, 1998. – 639 с.
 17. Ausubel D. A. Educational psychology: a cognitive view. – New York: Holt, Rhinehart & Winston, 1999. – 182 p.
 18. Bejarano Y. A cooperative small-group methodology in the language classroom // TESOL Quarterly. – 1987. – 21 (3). – pp. 483–504.
 19. Betterich D. Bright Ideas. – USIA, 1992. – 64 p.
 20. Hofmann W., Schmeichel B. J., Baddeley A. D. Executive functions and self-regulation // Trends in Cogn. Sci. – 2012. – V. 16 (3). – pp. 173–180.