

**Киселева Елена Васильевна**

*Кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии Института истории, гуманитарного и социального образования Новосибирского государственного педагогического университета, elena\_mig@mail.ru, Новосибирск*

**Киселев Николай Николаевич**

*Кандидат социологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии института истории, гуманитарного и социального образования, проректор по воспитательной работе Новосибирского государственного педагогического университета, nikolai\_kiselev@mail.ru, Новосибирск*

**МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ КАК РЕСУРС  
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ\***

*Аннотация.* В статье анализируются подходы к проблеме психологической безопасности образовательной среды и ресурсов данной безопасности. Межличностные отношения рассматриваются как ресурс эмоциональной безопасности образовательной среды. Представлены результаты эмпирического исследования содержания страхов и опасений студентов-первокурсников, а также анализ влияния уровня межличностных отношений на снижение страхов и опасений студентов. Рассмотрены личностные качества, которые могут способствовать или мешать установлению эффективных межличностных отношений. Проанализированы составляющие эмоционально безопасной и эмоционально небезопасной образовательной среды.

*Ключевые слова:* межличностные отношения, ресурс эмоциональной безопасности, эмоционально безопасная образовательная среда.



**Kiseleva Elena Vasilievna**

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology, Institute of History, Humanities and Social Education, Novosibirsk State Pedagogical University, elena\_mig@mail.ru, Novosibirsk*

**Kiselev Nikolay Nikolaevich**

*Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology, Institute of History, Humanitarian and Social Education, Vice-Provost for Student Affairs, Novosibirsk State Pedagogical University, nikolai\_kiselev@mail.ru, Novosibirsk*

**RELATIONAL RESOURCES OF PSYCHOLOGICAL SAFETY  
AT AN EDUCATIONAL SETTING\*\***

*Abstract.* The paper considers approaches the role of interpersonal relations in ensuring psychological safety at an educational setting. The empirical study focuses on anxieties and fears of freshmen, and impact of quality interpersonal relations on reducing the level of anxiety. The authors consider personal qualities of students that may help of hinder effective interpersonal relations. Components of emotionally safe and emotionally dangerous environments are considered.

*Keywords:* Interpersonal relations, emotional safety resources, emotionally safe educational environment

\* Подготовлено и издано в рамках реализации Программы стратегического развития ФГБОУ ВПО «НГПУ» на 2012-2016 гг.

\*\* It is prepared within implementation of the Program of strategic development of FSBEI HPE of «NSPU» for 2012–2016.

Новый виток жизнедеятельности практически для каждого человека сопряжен с появлением тревоги по поводу будущего и своего состояния в нем. Не являются исключением и студенты, поступившие на первый курс высшего учебного заведения. Ожидания разных сторон новой жизнедеятельности почти у всех из них вызывают тревоги и опасения, иногда выражающиеся в устойчивой эмоции страха. Подтверждением тому могут служить результаты исследований страхов и опасений студентов 1 курса НГПУ, проводимых авторами уже более пяти лет, в первые дни учебы первокурсников в вузе.

Наличие устойчивых страхов у личности, исследователи характеризуют как параметр эмоционально не безопасной среды. Выделяются две составляющих эмоциональной безопасности: уровень отрицательных эмоций (индикатор – эмоции страха, тревоги) и уровень положительных эмоций (индикатор – эмоция радости) [6].

Обычно этот вопрос поднимается в составе более общей проблемы – проблемы безопасности образовательной среды для человека [Там же]. О значимости этой проблемы, необходимости приложения специальных усилий для создания педагогической среды, комфортной для своих субъектов, писал Д. И. Фельдштейн [7].

Проблема эмоциональной составляющей психологической безопасности образовательной среды – одна из актуальнейших, потому что эмоции часто оказываются причиной, как поведенческих реакций, так и когнитивных суждений [10].

В классическом определении под психологической безопасностью понимается такое состояние образовательной среды, которое свободно от проявлений психологического насилия во взаимодействии, с одной стороны, с другой, оно способствует удовлетворению потребностей субъекта в личностно-доверительном общении, с третьей, оно создает референтную значимость образовательной среды для ее участников, и в-четвертых, способствует психическому здоровью всех вовлеченных участников [5].

Поэтому расширение у личности количества выраженных страхов или опасений может свидетельствовать, в том числе, о наличии эмоционально (психологически) не-

безопасной среды.

Страх определяют как одну из базовых эмоций человека, он сигнализирует о состоянии опасности и зависит от многих внешних, а также внутренних, врожденных или приобретенных причин. Когнитивно сконструированные причины возникновения страха: чувство одиночества, отверженности, подавленности, угрозы самоуважению, чувство неминуемого провала, ощущение собственной неадекватности. Последствия страха: эмоциональные состояния неуверенности, сильное нервное напряжение, побуждающие личность к бегству, поиску защиты, спасения. Основные функции страха и сопутствующих ему эмоциональных состояний: сигнальная, защитная, адаптационная, поисковая [2].

Опасение – (от древнерусского *опась* – осторожность, защита) – предчувствие, мысленное «схватывание» угрожающей сути какого-то стимула или события; отличается от осмысления, которое предполагает значительную степень рефлексии, интерпретации и понимания тенденций [9].

Эмоциональная безопасность образовательной среды как считает И.А. Баева, это составная часть общепсихологической безопасности образовательной среды, ее эмоциональный компонент. Главный критерий безопасной образовательной среды – то, что она обеспечивает формирование психического здоровья у всех ее субъектов и участников [5].

Эмоционально небезопасная среда означает наличие у субъекта отрицательных эмоций. Отрицательные эмоции по отношению к миру закономерно трансформируются в негативную оценку самого себя, своих способностей и возможностей, своего места в социуме, отрицательные эмоции ведут к занижению самооценки и пр. Поэтому в избыточной отрицательными эмоциями образовательной среде человек склонен говорить и думать о себе негативно, занижать свои способности и возможности [6].

Результаты (более 5 лет) исследований страхов и опасений студентов первого курса в впервые дни учебы в вузе показывают, что около 60% студентов выражено опасаются проблем будущих отношений, *в первую очередь с будущими сокурсниками, а также студентами старших курсов:*

- боюсь не прижиться в коллективе,
- боюсь общения с малознакомыми людьми,
- опасаясь непонимания в группе,
- боюсь будущих отношений с одногруппниками, старшекурсниками,
- опасаясь проблем нахождения общего языка с одногруппниками,
- боюсь, что отношения в группе не «заладятся»,
- боюсь кого-нибудь обидеть,
- боюсь, что не найду друзей,
- боюсь агрессии со стороны одногруппников,
- неуважительного отношения старшекурсников,
- боюсь, что нужно везде участвовать, со всеми общаться,
- меня страшит, что я не приживусь в коллективе,
- беспокоит, как себя поставить в коллективе,
- боюсь того, что много новых людей,
- боюсь одиночества и непонимания,
- опасаясь того, что плохо знаю своих однокурсников,
- боюсь отношения группы ко мне,
- боюсь не влиться в коллектив,
- тревожит разделение в группе,
- опасения по поводу конфликтов в группе,
- боюсь не найти людей и отношения близких мне по духу,

*опасаются также несложившихся в будущем отношений с преподавателями (ок 23%):*

- боюсь отношений с преподавателями,
- я волнуюсь, о том, чтобы сложились отношения с преподавателями,
- тревожат будущие отношения с учителями,
- опасаясь не найти общий язык с преподавателями,
- боюсь, что не смогу понимать некоторых преподавателей,

*помимо названных, можно выделить выраженные страхи по поводу будущей учебы, сессий, экзаменов и т.п. (28%),*

- боюсь, что буду плохо учиться,
- не сдать сессию,
- беспокоит новая система учебы,
- сессия!
- опасаясь трудностей с успеваемостью,
- боюсь, что не смогу выдержать процесс учебы психологически,

- боюсь, что не хватит сил на все,
- боюсь, что мне осточертеет история...
- боюсь не сдать сессию и, что отчислят,
- боюсь, что не смогу усвоить программу, а также бытовых условий проживания в общежитии:

- боюсь грязи в общежитии,
- боюсь жизни в общежитии, присутствуют опасения не выполнить нормы учебной дисциплины (опаздывать на учебу из-за пробок и пр) (12%):

- беспокоит правильная организация времени,
- боюсь, что буду опаздывать,
- боюсь, что не будет хватать времени,
- боюсь не успевать и плохо учиться.

Опыт работы со студенчеством показывает, что целенаправлено развивая межличностные отношения в студенческой среде, обучая студентов навыкам и технологиям установления эффективных межличностных отношений, мы тем самым улучшаем эмоциональные характеристики образовательной среды, что, в свою очередь, снижает количество и выраженность опасений и страхов студентов – первокурсников.

Т.Н. Березина считает, что для улучшения эмоциональных характеристик образовательной среды необходимо сделать две вещи:

- во-первых, снижать уровень отрицательных эмоций. Наиболее перспективно проводить работу с учебными, экзаменационными страхами и тревогами, чтобы снизить их психофизиологические последствия и возможный риск психосоматических заболеваний;

- во-вторых, повышать количество и качество эмоций положительных. [1]

Поскольку именно отношения вызывают такой большой процент опасений у студентов первого курса, то вероятно именно отношения могут стать тем ресурсом, который улучшит эмоциональные характеристики образовательной среды. Но очевидно, что для того, что бы снизить уровень отрицательных эмоций личности студента, необходимо повышать информированность студентов о сути эффективных межличностных отношений и обучать технологиям выстраивания оптимальных межличностных отношений.

В качестве просветительской информа-

ции – студентов можно знакомить с исследованиями, например, Я.Л. Коломинского, которые он проводил в детско-подростковых коллективах, и в результате которых установил качества личности, повышающие привлекательность субъекта в общении и личных взаимоотношениях, а также качества – понижающие привлекательность личности в процессе межличностных коммуникаций.

К чертам, повышающим привлекательность личности в межличностных отношениях, автор отнес следующие: дружелюбие, общительность, готовность помочь, верность в дружбе, хорошие способности, внешняя привлекательность (или опрятность), чувство юмора (или веселость), самостоятельность, инициативность, богатство фантазии, умение хранить секреты.

К чертам, понижающим привлекательность личности в межличностных отношениях, автор отнес: грубость, замкнутость, молчаливость, жадность, лень, лживость, завистливость, неопрятный вид, неприятные привычки, небрежность, отсутствие способностей [4, с. 168].

Что касается эффективных технологий выстраивания оптимальных межличностных отношений, то к ним можно отнести технологию «волны отношений», о которой мы писали ранее [3].

Просвещение студентов по поводу оптимальных коммуникативных стратегий также приносит хороший эффект в построении межличностных отношений [8].

Кроме того, опыт организации воспитательной деятельности в педагогическом университете показывает, что при насыщении образовательной среды мероприятиями, способствующими творческой и интеллектуальной реализации личности, ускоряется процесс формирования эмоционально-благоприятных отношений в студенческой и студенческо-преподавательской среде, у студентов возникает целый комплекс положительных эмоций, которые, в свою очередь повышают эмоциональную безопасность образовательной среды.

Эффективные межличностные отношения, сложившиеся в процессе жизнедеятель-

ности в вузе, позволяют студенту накапливать позитивный опыт решения личностных и межличностных проблем, что, в свою очередь, повышает их уверенность в себе, в межличностной коммуникации и формирует у личности преобладающий положительный эмоциональный настрой. Положительные эмоции рождают кооперацию во взаимодействии, ощущение «переживания общей судьбы» и развивают эмоционально-безопасную образовательную среду.

#### Библиографический список

1. Березина Т. Н. Эмоциональная безопасность образовательной среды и подлинные эмоции // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». – 2013. – № 3. – С. 16–22.
2. Горянина В. А. Психология общения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 416 с.
3. Киселев Н. Н. Гуманитарные технологии в учебно-воспитательном процессе института истории, гуманитарного и социального образования НГПУ, как средство снижения дезадаптации студентов // Сибирский педагогический журнал. – 2013. – № 1. – С. 190–196.
4. Коломинский Я. Л. Психология личных взаимоотношений в детском коллективе. Очерк социальной психологии школьного класса. – Минск.: Издательство «Народная Асвета» – 1969. – 239 с.
5. Рубцов В. В., Баева И. А. Психологическая безопасность образовательной среды как условие психосоциального благополучия школьника // Безопасность образовательной среды. – М.: Экон-Информ, 2008. – С. 5–11.
6. Рубцов С., Березина Т. Н. Роль подлинных эмоций в эмоциональной безопасности образовательной среды // Психологическая наука и образование. – 2013. – № 6. – С. 101–107.
7. Фельдштейн Д. И. Психолого-педагогическая наука как ресурс развития современного социума // Мир психологии. – 2012. – № 1. – С. 204–220.
8. Чапля Т. В. Коммуникативные стратегии в образовании // Сибирский педагогический журнал. – 2013. – № 1. – С. 132–137.
9. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике, 2013 г. – 585 с.
10. Ruys K, Stapel D. The Secret Life of Emotions // Psychological Science, Volume 19, Number 4, April 2008.