

Цимбал С. В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ В ІЛПТ

Автор статті досліджує психологічні особливості розвитку емоційної сфери при навчанні іноземної мови. Досліджується й обґрунтовується термін “емоція”. Підкреслюється роль емоційної функції мовлення при навчанні іноземної мови.

Ключові слова: емоційна сфера, іноземна мова, мовлення, пізнавальні процеси.

Автор статьи исследует психологические особенности развития эмоциональной сферы при обучении иностранному языку. Исследуется и обосновывается термин “эмоция”. Подчеркивается роль эмоциональной функции речи при обучении иностранному языку.

Ключевые слова: эмоциональная сфера, иностранный язык, речь, познавательные процессы.

The author of the article investigates the psychological features of development of emotional sphere at studies to the foreign language. A term is investigated and grounded “emotion”. The role of emotional function of broadcasting is underlined at studies to the foreign language.

Keywords: emotional sphere, foreign language, speech, cognitive processes.

“Хоч усі знають, що таке емоції, сам термін насилу піддається визначенню”, – справедливо пише Майк Кордуелл у своєму психологічному словнику. Він пояснює, що визначення можуть бути широкими, коли емоції розглядаються як багатогранні реакції, при яких відбувається взаємодія між суб’єктивними почуттями і переживаннями людини і її об’єктивним досвідом, а також більш вузькими, коли під емоціями розуміються просто наші почуття, такі як радість і печаль, образа і розчарування, зняковіння і здивування і тому подібне [2, с. 389]. Ми не бачимо суперечності між цими двома визначеннями, бо обоє вони цілком виправдані, і одне абсолютно не скасовує іншого. С. Л. Рубінштейн, наприклад, розглядав емоції як почуття і переживання людини, які виражають її ставлення до світу і до того, що вона випробовує і робить [4, с. 552]. Отже, **метою статті** є дослідження психологічних

особливостей розвитку емоційної сфери при навчанні іноземної мови.

Термін “емоція” походить від латинського слова *emovere*, що означає рухати, збуджувати, підбадьорювати, хвилювати.

Значення терміна дуже точно передають саму суть емоцій, оскільки емоції приводять в рух пускові механізми когнітивних процесів, будучи їх складовою і невід’ємною частиною.

“Емоційні процеси, таким чином, ніяк не можуть протиставлятися процесам пізнавальним як зовнішні, що виключають одна одну, протилежності, – писав С. Л. Рубінштейн. Самі емоції людини є єдністю емоційного й інтелектуального, так само як пізнавальні процеси зазвичай утворюють єдність інтелектуального й емоційного” [4, с. 552].

Формування мовлення людини як пізнавального процесу нерозривно пов’язане з емоціями, тому і навчання іншомовного мовлення дорослих людей за моделлю природного формування мовлення в онтогенезі неодмінно повинне розвивати і їх емоційну сферу.

Багато дослідників відзначає, що емоційна функція мовлення генетично належить до первинних її функцій, що яскраво проявляється, наприклад, при різних афатичних розладах: тоді як вище за своїм рівнем “інтелектуальне” мовлення засмучене, “емоційне” мовлення, тобто емоційні компоненти мовлення, іноді зберігаються. Так, деякі хворі бувають не в змозі повторити слова якої-небудь пісні, але можуть добре її проспівати [3; 4].

“Неправильно було б цілком інтелектуалізувати мовлення, перетворюючи його тільки на знаряддя мислення, – говорив С. Л. Рубінштейн. У ньому є емоційно-виразні моменти, що проступають у ритмі, паузах, в інтонаціях, у модуляціях голосу та інших виразних, експресивних моментах, які завжди є в мовленні, – особливо в усному, позначаючись, утім, і на письмовому мовленні в ритмі і розставлянні слів; виразні моменти мовлення проявляються далі в стилістичних особливостях мовлення, в різних нюансах і відтінках. Живе людське мовлення не є тільки “чистою” формою абстрактного мислення; воно не зводиться лише до сукупності значень. Воно зазвичай виражає і емоційне ставлення людини до того, про що вона говорить, і часто до того, до кого вона звертається. Будучи засобом вираження, мовлення є в той же час і засобом дії. Людина говорить для того, щоб впливати на поведінку, на думку або почуття, на свідомість інших людей” [4, с. 388].

Формування мовлення маленької людини починається з емоційно-чуттєвого сприйняття навколишнього світу й емоційно-чуттєвого контакту з навколишніми людьми. Емоції глибоко проникають в

усі пізнавальні процеси, які супроводжують формування мовлення і входять у мовлення складовими компонентами: увага, сприйняття, пам'ять, мислення, уява; емоції так само органічно і глибоко проникають і в саме мовлення. Для того, щоб допомогти дорослій людині опанувати іншомовним мовленням як рідним, необхідно розширити канали її чуттєвого сприйняття і "включити" потрібні емоції.

"Змінюючи, підвищуючи чутливість сенсорних входів, емоції сприяють припливу нової, можливо вирішальної для досягнення мети інформації, тобто забезпечують перехід до реагування на розширений діапазон сигналів, – пише Р. М. Грановська. З емоціями пов'язана не лише зміна чутливості сенсорних систем. Одночасно може підвищуватися роздільна здатність сприйняття сигналів внутрішнього середовища і, отже, більше сигналів надходить з пам'яті при опитуванні і перегляді її сховищ" [1, с. 235].

Почуття і емоції входять у кожне сприйняття людини нарівні з мисленням; можна сказати, що, відбиваючи дійсність, сприйняття робить це, за влучним вираженням С. Л. Рубінштейна, не "мертвенно-дзеркально", а через заломлення усього психічного життя особи, її почуттів, емоцій, думок, її минулого досвіду. "Сприйняття людини, – говорив Рубінштейн, є єдність чуттєвого і логічного, чуттєвого і смислового, відчуття і думки" [4, с. 239].

Почуття і емоції, як вже відзначалося, налаштовують і увагу; вони всіляко допомагають працювати пам'яті: речі, явища, події, які нас хвилювали, залишають в пам'яті набагато глибший слід, ніж ті, до яких ми були байдужі.

Уява під впливом почуттів створює цікавіші образи, але почуття можуть зіграти з уявою і в небезпечну гру: іноді, керуючись емоціями, ми можемо приписати дійсності і, зокрема, людині уявні намиси і потім гірко розчаруватися.

Роль почуття в розумовому процесі буває різною і залежить від того, яке співвідношення встановлюється між почуттям і думкою, проте часто трапляється і так, що мислення починає цілком підкорятися логіці почуттів.

Потрібно пам'ятати, що вплив емоцій на пізнавальні процеси може бути двояким: емоції можуть як підвищувати тонус, енергію роботи пізнавальних процесів, так і знижувати, гальмувати її. Саме тому в навчанні іншомовного мовлення дуже важливими є засоби психотерапії, що нівелюють рівень негативних, руйнівних емоцій і стимулюють емоції позитивні, творчі.

Емоційні моменти, поза сумнівом, відіграють важливу конструк-

тивну роль у процесах уваги, сприйняття, мислення, запам'ятовування: емоційно забарвлений матеріал переробляється і засвоюється набагато краще, ніж емоційно байдужий, або за характером нейтральний. Проте, як вже було відмічено, емоції можуть відігравати і дезорганізуючу роль, причому це властиво не лише негативним емоціям, але і деяким емоціям зі знаком плюс. Коли, наприклад, той же матеріал приводить вас в надмірно підвищене збудження, у стан нехай і радісної, але неконтрольованої ейфорії, то це утрудняє і послабляє роботу усіх психічних процесів. Такий же деструктивний вплив на пізнавальні процеси чинять і, навпаки, пригнічений стан, почуття занепокоєння або заклопотаності. Тому в навчанні дуже важливо знайти ту золоту середину емоційної дії на людину, коли емоції допомагатимуть, а не заважатимуть навчальному процесу.

Емоційна сфера у структурі особи, залежно від типу темпераменту людини, може мати різний характер.

Будь-якому педагогові обов'язково необхідно знати тип особистого темпераменту учнів, тому що від нього залежить характер роботи не лише емоційних, але і пізнавальних процесів.

Так, наприклад, Р. М. Грановська відзначає, що увага у холериків, "така, що скакає, швидко виснажувана і така, що погано перемикається; флегматики мають увагу стійку, але з уповільненим перемиканням; меланхоліки слабо концентруються і такі, що підвищено відволікаються; а сангвініки швидко сконцентруються і легко перемикаються" [1, с. 77]. Необхідність врахування цього чинника в навчанні більш ніж очевидна.

Р. М. Грановська справедливо відзначає також, що особи із сильною нервовою системою (сангвініки, флегматики) "більш стійкі до перешкод при виконанні інтелектуальних завдань", вони "більш витривалі в стресі і виграють при запам'ятовуванні великих обсягів інформації". У людей із слабкою нервовою системою (меланхоліків) "обсяг матеріалу, що запам'ятовується, обмежується швидким розвитком гальмування, але якщо можна допомогти собі в запам'ятовуванні попередньою смисловою обробкою матеріалу, то вони успішно конкурують з особами, що мають сильну нервову систему" [1, с. 392].

Холерики, як люди з сильним неврівноваженим типом нервової системи, приступають до виконання справ з повною віддачею і, здавалося б, з невичерпною енергією. Проте ця енергія швидко виснажується, і в людини з'являється в'ялий, "слізний" настрій. Часто люди з цим темпераментом, сильно захопившись, не вміють розраховувати свої сили і допрацьовуються до знемоги. Будучи нетерплячими від

природи, вони насилу виконують роботу, що вимагає усидливості, точних і плавних рухів. Темп їх мовлення так само швидкий і стрімкий, як і рухи. При вивченні іноземних мов часто трапляється так, що їх мовлення починає “бігти” попереду думки, вони квапляться щось сказати, ще навіть, не встигнувши обдумати і внутрішньо “пережити” свої думки.

Сангвініки – люди працездатні, витримують великі навантаження і, якщо втомлюються, то швидко відновлюються. Проте виконувана ними робота неодмінно має бути цікава, інакше їх охоплює нудьга. Сангвініків також відрізняє швидкий темп мовлення, але мовлення їх більш урівноважене.

Меланхоліки характеризуються уповільненим темпом протікання усіх психічних процесів; такі люди слабо витривалі, швидко стомлюються, погано переносять тривалу напругу, перевантаження і стреси, губляться на іспитах і публічних виступах. Проте меланхоліки, будучи високо чутливими людьми, мають хорошу інтуїцію, прекрасно орієнтуються у світі “нюансів” і “тонких матерій”; вони часто мають виражені творчі здібності (художні, музичні, літературні, акторські і тому подібне). З огляду на глибоко розвинену чуттєву сферу вони мають хороше “почуття мови”, уміють добре бачити і тонко чути, а тому дуже часто обдаровані здатністю до вивчення іноземних мов.

Флегматики дуже сильні працездатні особи, але “важкі на підйом”. Їм важко відмовлятися від вже вироблених звичок і стереотипів. Скептицизм їх природи можна “пробити” не емоцією, не почуттям, які у них самих слабо виражені, а швидше доказом і аргументом. Люди з таким темпераментом, як і меланхоліки, мають уповільнені реакції, але ця властивість компенсується у них ретельним плануванням, педантизмом і продуманістю дій. Це люди-одинаки, працювати вважають за краще не в колективі, а самотійно; навчаються, у тому числі і іноземних мов, повільно, зате дуже міцно.

Оскільки основною функцією мовлення є функція спілкування, педагогові важливо знати, як проявляють себе люди різного темпераменту в спілкуванні. Холерики і сангвініки, будучи екстравертами, легко вступають у контакт; коло їх знайомств, як правило, широке, але поверхневе. Якщо сангвінік непостійний у своїх прихильностях через мінливість власної природи, то холерик може втрачати контакти і псувати стосунки з людьми через свою неурівноваженість. Меланхоліки і флегматики – інтраверти, важко вступають у контакти з іншими людьми, коло їх знайомств мале, вибіркове, але постійне. Оскільки зовнішній прояв емоцій у них слабкий, інші люди часто їх помилко-

во вважають "неемоційними" і "нечутливими". Це особливо зачіпає меланхоліків, людей надмірно сензитивних і схильних переживати емоційні і вибухи усередині себе. Флегматиків ця обставина торкається менше, часто вони і самі, не володіючи емпатією, не помічають емоційного стану інших людей.

Незважаючи на те, що властивості темпераменту людини закладені природою і є деякою даністю, все ж вони, певною мірою, піддаються корекції, зокрема за допомогою засобів поведінкового тренінгу, тренінгу сензитивності, ролевого тренінгу і тренінгу спілкування, чому в ІЛПТ відводиться важливе місце.

Емоції людини мають тісний зв'язок з її фізіологією, її м'язовими рухами і відчуттями, що було блискуче доведено ще численними роботами І. П. Павлова і І. М. Сеченова.

Страх, заклопотаність, тривога не лише напружують і сковують усе тіло людини, але можуть буквально паралізувати його. Добре відомий приклад із співаком, який, незважаючи на дивну консерваторну підготовку, через хвилювання не зміг видати жодної голосової ноти на своєму першому публічному концерті. Ті ж руйнівні емоції випробовують і багато дорослих людей, які прийшли навчатися іноземної мови в їх зрілому віці. Тому створення радісної атмосфери, спеціальні релаксаційні вправи, які знімають напругу, такі потрібні в навчальній аудиторії. Радісна людина м'язово і душевно розслаблена, в такому стані її психічні процеси максимально готові до роботи.

Навчаючись виразним рухам, людина навчається не лише м'язовому розслабленню. Виразні рухи є компонентами наших емоцій, які, будучи випущеними на волю, дарують людині радість відчуття свободи власного тіла і духу. Але, крім того, виразні рухи і міміка людини, наповнені емоційним сенсом, виконують дуже важливу й актуальну функцію – функцію спілкування.

"Іноді ледь помітна посмішка, що на мить освітила обличчя людини, може стати подією, здатною визначити усе особисте життя іншої людини, трохи помітно зрушені брови можуть виявитися ефективним засобом для запобігання якому-небудь поганому вчинку, ніж інші просторові міркування і пов'язані з великою витратою сил заходи", – писав С. Л. Рубінштейн [4, с. 569-570].

Міміка і виразні рухи є невід'ємними компонентами самого мовлення. Але перш, ніж заговорити іноземною мовою, людині необхідно опанувати мови невербального спілкування, ніби включити "безмовну", але експресивну комунікацію, яка прямо приведе її до іншомовного мовлення.

Однією з таких вправ із виразними рухами є вправа “Музичний характер”. Учням пропонується прослухати декілька різних по характеру музичних уривків, а потім попросити утілити ці характери в людські персонажі і показати кожного з них пантомімою. Показ повинен супроводжуватися вже прослуханою раніше музикою, а інші члени групи вільні коментувати зображуваний на сцені пантомімічний образ (звичайно ж, іноземною мовою). Для такого завдання чудово підійдуть “музичні характери” з балету К. Хачатуряна “Чіполліно”, хоча, напевно, учні (не усі знайомі з цим музичним твором) уявлятимуть свої власні версії характерних персонажів, ніякого стосунку до Чіполліно або Синьйора Помідора не мають.

Музика і взагалі мистецтво є одним з найпотужніших засобів дії на емоційну сферу людини. За допомогою різної музики можна створити будь-яку емоційну атмосферу в аудиторії: радісну, таємничу, довірчу, романтичну і тому подібне. Музика здатна не лише викликати певні емоції, але і через емоції стати каталізатором роботи усіх психічних процесів. Музика здатна налаштувати увагу, загострити чуттєве сприйняття, стимулювати мислення, оживити уяву. Саме тому в ІЛПТ розроблений і широко застосовується спеціальний курс музикотерапії.

Таким же сильним засобом дії на емоції людини є образотворче і театральне мистецтво і, як наслідок, складовими елементами ІЛПТ стали арттерапія й акторський тренінг, психологічні прийоми яких вже неодноразово розглядалися і ще розглядатимуться нами.

Навчання іншомовного мовлення – це навчання спілкуванню іноземною мовою. А будь-яке спілкування повинне починатися зі встановлення контакту з партнером, у тому числі емоційного. Тому при навчанні іншомовного мовлення дуже важливі вправи, які розвивають емпатію – так зване емоційне розуміння іншої людини. Для цього на початку чергового заняття, під час вітання, коли усі стоять в колі, можна попросити кожну людину уважно подивитися на свого сусіда і, спробувавши проникнути в його емоційний стан, описати його настрій, думки і почуття.

Насправді в буденному житті люди рідко помічають настрій і внутрішній стан оточення. Адже саме від цієї спостережливості багато в чому залежить успішність спілкування, а то й успіх певної справи. Спробуйте, наприклад, звернутися з проханням до начальника, коли він знаходиться не в дузі – ви, неодмінно, переживете декілька неприємних хвилин. Тому буде дуже добре, якщо ви заздалегідь помітите настрій цієї людини.

Хорошим тренуванням для вироблення звички звертати увагу на настрій інших людей може знову-таки стати пантоміма. Кожному члену групи можна роздати картки, на яких буде написана фраза з навчального тексту, яка означає деяку ситуацію, що приводить людину в певний емоційний стан або настрій. І ситуацію, і настрій вимагається змалювати пантомімою, а тим, хто спостерігає, не лише вгадати фразу з тексту, але і зрозуміти емоційний стан людини. Наприклад, ви вивчаєте тему "Готель", тоді завданнями можуть стати такі: 1) "Ви дуже задоволені: номер великий, світлий і навіть чистий!"; 2) "Ви обурені: "Який жахливий вид з вікна!"; 3) "Вам весело: Ваш сусід – музикант!"; 4) "Ви схвильовані: в номері є двоспальне ліжко!"; 4) "Ви ображені: в номері немає гарячої води, а туалет знаходиться в коридорі!"; 5) "Ви щасливі: в номері є розетка для гоління!"; 6) "Ви приголомшені: номер коштує \$ 350 на добу!" і так далі. Ця вправа може одночасно послужити і хорошою перевіркою того, як учні вдома слухали (з магнітної плівки) або читали навчальний текст.

Емоційному почуттю, виразним рухам і міміці, умінню знаходитися у контакті з партнером вчить і вправа "Дзеркало". У цій вправі учні працюють у парах, де одна людина зображує дзеркало, а інша – емоційний стан, написаний на його персональній картці: це може бути стан гніву або повного щастя, очікування любові або глибоке нерозуміння, синдром уранішнього похмілля або стан "зеленої" туги і тому подібне. Людина повинна буквально "ужитися" в цей емоційний стан і виразити його мімікою і жестами. "Дзеркало" ж зобов'язане в точності до щонайменшого руху повторити все те, що робить людина навпроти. Спостерігаючим за цим дійством пропонується відгадати, у якому стані людина знаходиться і які емоції прагне виразити.

Описана вище вправа може послужити прекрасною прелюдією до сценки, в якій учням пропонується увійти до образу людей, що представляють собою різні типи людських характерів: непоправного оптиміста, істеричної людини, розсіяної людини, підозрілої людини, панікера, соромливої людини, "командира", доброї (що утихомирює) людини і тому подібне. Учнів слід розділити на групи по 3 – 4 людини; кожна група отримує випадковий набір "людських характерів", які їм належить зіграти. Учням видається також картка, на якій написано місце дії сценки, тобто ті екстремальні обставини, в яких повинні опинитися їх герої. Місце дії може розгортатися: на самотньому плоту в океані; у літаку, що падає; у заваленій каменепадом печері; у диких джунглях; у хатині, відрізаний від світу проливними дощами; у туристичному наметі, накритому сніговою гірською лавиною і так

далі. По тому, як люди говорять, рухаються, жестикулюють, які виражають емоції, тим, хто спостерігає, за дійством пропонується вгадати, які типи людських характерів прагнули створити їх партнери. Ця вправа не лише відпрацьовує мови вербального і невербального спілкування. Вона також навчає ідентифікації – ототожненню себе з іншою людиною на основі внутрішнього емоційного зв'язку, що розглядається як один з найважливіших механізмів соціалізації, який полягає в умінні поставити себе на місце іншої людини, зрозуміти і прийняти її.

Усі без винятку вправи ІЛПТ включають компоненти, що розвивають емоційні процеси й емоційну сферу людини, тому що емоції – це ті психічні драйви, які примушують людину відчувати, сприймати, пам'ятати і думати.

Література:

1. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. – СПб., 1997. – 608 с.
2. Кордуэлл Майк. Психология. А – Я: Словарь-справочник. – М., 1999. – 448 с.
3. Лурия А. Р. Высшие корковые функции человека. – М., 2000. – 512 с.
4. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб., 1999. – 720 с.