

ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

УДК 159.9:811

Н. В. Сопілко

Розширення Європейського союзу та прагнення України до інтеграції з авторитетними міжнародними інституціями актуалізувало проблему радикальних змін у сфері освіти. Створення Європейського простору вищої освіти висуває складні завдання щодо більш ефективного міжнародного спілкування, легшого доступу до інформації, мобільності студентів і глибокого взаєморозуміння фахівців. Суттєвим моментом втілення у життя цих змін є підготовка фахівців, які добре знають не лише рідну мову, але й кілька іноземних, зокрема англійську мову, мову ділових документів, науки, комп'ютерної техніки, дипломатичного світу.

Усе це вимагає від викладачів вищих навчальних закладів підвищення якості вивчення та викладання мов. Але проблема полягає в тому, що студенти, одержуючи значний обсяг мовних знань, не завжди опановують іншомовне мовлення, не можуть вільно читати і розуміти усні та письмові повідомлення. Без опанування такої навички комунікативної компетенції як аудіювання і говоріння ускладнюється налагодження повноцінних професійних та наукових міжнародних контактів.

Ефективність опанування іноземної мови як у процесі навчальної діяльності у вищій школі, так і у практичному житті, значною мірою залежить від психологічної готовності тих, хто навчається, засвоїти та застосувати іншомовне мовлення, від уміння долати сформовані стереотипи і від адекватного уявлення про свої можливості. Студенти, які не вірять у свої здібності, постійно очікують невдачі, мають підвищену тривожність, скутість, страх помилок, імовірно, дійсно зазнають невдачі через те, що вони не відчують упевненості у своїх силах, не здатні подолати наявні психологічні бар'єри. У психології психологічні бар'єри розуміються як внутрішні

перешкоди (небажання, страх, невпевненість тощо), які заважають людині успішно виконувати певну дію.

Усе це зумовлює необхідність посилити увагу до проблеми підготовки фахівців до іншомовного спілкування.

Аналіз наукових джерел свідчить, що в зарубіжних психологічних концепціях розвитку особистості достатньо повно подано теоретичні основи сутності психологічних бар'єрів. До дослідження цієї проблеми зверталися З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, К. Роджерс, Р. Берне. Сучасна вітчизняна психологія розробляє цю проблему в контексті діяльнісного підходу, обґрунтованого Л. С. Виготським, С. Л. Рубінштейном, О. М. Леонтьєвим, Б. Ф. Ломовим, Б. Д. Паригінім, Р. Х. Шакуровим. Особлива увага приділяється різним видам психологічних бар'єрів: значеннєвим (Л. І. Божович, М. С. Неймарк), емоційним, тактичним бар'єрам (Л. Б. Філонов), бар'єрам у спілкуванні (В. О. Кан-Калік, М. М. Обозов, Б. Д. Паригін, Т. С. Яценко) і в педагогічній діяльності (А. К. Маркова, М. А. Подимов, Т. С. Яценко). У психологічній науці накопичено певний теоретичний та емпіричний матеріал, який розкриває специфіку психології навчання студентів: визначено психологічні характеристики студентів як суб'єктів освіти (Б. Г. Ананьєв, Г. С. Сухобська, Г. С. Вершловський, С. Л. Рубінштейн, А. В. Брушлинський), доведено можливість успішної навчальної діяльності особистості (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Л. С. Виготський, О. О. Бодальов, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, У. Шай). Проте в сучасній педагогічній психології недостатньо розроблено питання діагностики, прогнозування і корекції психологічних бар'єрів, пошуку способів, стратегій, технік, що забезпечують ефективне подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності студентів.

Водночас успішність вивчення студентами іноземної мови багато в чому визначається тим, наскільки вдасться передбачити та вибрати спосіб, а відповідно до нього визначити найбільш ефективну стратегію подолання психологічних бар'єрів, які виникли у навчальній діяльності студентів,

особливо при вивченні іноземних мов. Тому метою даної статті є дослідження і визначення стратегії, а також виокремлення способів подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності студентів з опанування іноземної мови.

Згідно з визначенням, що наведено в Оксфордському словнику, стратегія (англ. strategy) – це процес планування будь-чого або вмиле виконання плану; це план, який спрямований на досягнення певної мети [10]. У межах нашого дослідження ця мета – успішне подолання психологічних бар'єрів у студентів. Розгляд генезису стратегії подолання психологічних бар'єрів та її структури надає нам можливість сформулювати визначення цього поняття. Стратегія подолання психологічних бар'єрів – це систематизований комплекс прийомів, що формує спосіб реалізації навчальної діяльності, який забезпечує подолання психологічних бар'єрів [8]. Функції стратегії в найбільш загальному вигляді полягають у забезпеченні раціонального шляху досягнення задовільного результату. З цього погляду, правомірними будуть твердження Дж. Брунера про те, що вироблена і правильно застосована стратегія забезпечує суб'єктивну впевненість у досягненні результату [4].

Необхідно відзначити, що вибір певних стратегій подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності є особистісно специфічним. Форми стратегій зумовлено конструктивністю чи неконструктивністю навчальної діяльності та поведінки студентів. Критеріями конструктивності стратегії є ступінь усвідомленості критичної ситуації, використання механізмів довільного саморегулювання поведінки і діяльності у кризових умовах, ступінь розвитку самоактуалізації особистості студентів, які забезпечують оптимально продуктивний рівень виконання діяльності. Малопродуктивними, неусвідомленими формами подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності студентів є механізми психологічного захисту.

Інтегральною характеристикою, що поєднує особливості всіх стратегій подолання психологічних бар'єрів навчальної діяльності, є психологічна стійкість особистості студента, яка містить у собі стійкість індивідуальної свідомості особистості, що виявляється в резистентності психіки та пов'язана з

її стабільністю і мінливістю; динамічні процеси, які є невід'ємною рисою стійкості та складають основу часткових виявів емоційної стійкості, стресостійкості, саморегуляції психічних процесів і стійкості мотиваційної сфери [6].

Способи подолання психологічних бар'єрів спрямовано як на зменшення травмуючого впливу негативних чинників, так і на пошук нових, нестандартних підходів та ефективного виконання навчальної діяльності.

Найважливіший чинник, що визначає успішність подолання психологічних бар'єрів, особливо на завершальному етапі їхнього розвитку, – творча активність суб'єкта з осмислення свого статусу, способів виконання діяльності. Основний напрямок активності суб'єкта по лінії самовизначення стратегій подолання бар'єрів полягає в інтеграції, внутрішньому узгодженні смислової сфери, усуненні в ній суперечностей, а також перевірці можливості способів подолання, які формуються.

Подолання психологічних бар'єрів може бути двох видів: конструктивним і деструктивним (А. К. Маркова, М. О. Подимов, М. К. Татушіна та ін.).

Конструктивне подолання передбачає серйозну перебудову свідомості особистості, перехід особистості на більш високий рівень розвитку (Л. І. Анциферова, А. К. Маркова, Л. М. Мітіна). Це активне, творче подолання психологічних бар'єрів, спрямоване на продовження або відновлення перерваної виниклим психологічним бар'єром навчальної діяльності. Варто підкреслити, що лише конструктивне подолання психологічних бар'єрів веде за собою прогресивний розвиток особистості.

Деструктивний спосіб подолання може спричинити регрес особистості, відмову від продовження навчання. Це нераціональне, пасивне, неадекватне реагування на психологічний бар'єр або відхід від нього і покладання відповідальності за подолання труднощів на інших людей або обставини.

Феномен “покладання відповідальності” виявляється в найрізноманітніших формах, у яких фактично відбувається заниження ролі “Я”,

особистої активності, відсутність ініціативи або запобігання відповідальності. Усе це спричиняє регрес особистості. Процес конструктивного подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності висуває особливі вимоги до рівня розвитку таких параметрів, як активність, стійкість, цілісність, ціннісні установки та відносини, рівень суб'єктивного самоконтролю.

Зовнішні чинники, що детермінують психологічні бар'єри, впливають на процес переживання, тільки проникаючи крізь внутрішню структуру індивіда, – зовнішнє через внутрішнє. Тому особливого значення набуває така якість особистості, як стійкість. Стійкість – один із виявів активності, спрямований на функціонування цілісної системи, що гасить, зводить нанівець зовнішні і внутрішні впливи на важливі параметри особистості, які широко варіюються та часто є потужними [3]. Без такого компенсаторного захисту функціонування особистості не могло би бути цілісним, спрямованим, творчим.

На думку К. О. Абульханової-Славської, дія зовнішніх і внутрішніх чинників, які ініціюють психологічні бар'єри в діяльності, перетворюється активністю особистості [1]. Т. М. Денисовська вказує на те, що в загальному розумінні стратегія поведінки особистості у скрутній ситуації може бути або активною, або пасивною. Автор розвиває це положення далі, вказуючи, що динамічна спрямованість особистості – це не просто потенція, яка не знайшла зараз ще реалізації: це основа прогнозування, пророкування завтрашньої поведінки особистості, перспектива її діяльності [5].

С. Л. Рубінштейн, вивчаючи життєвий шлях особистості, виокремив дві стратегії: ситуативну й особистісну [7]. Ситуативна життєва стратегія полягає в тому, що людина в більшості життєвих ситуацій покладається на випадок, везіння, друзів тощо, не додаючи для подолання тих чи інших обставин своєї активності. Особистісна ж передбачає активність у процесі життєдіяльності, певне самоформування своєї долі. Тільки особистісна стратегія сприяє самореалізації особистості, її самоздійсненню. Якщо в першому випадку людина найчастіше підлаштовує свою мотиваційну сферу під вчинки, під те,

що відбулося, то при особистісній стратегії мотиви є первинними стосовно того чи іншого вибору.

Одні особистості залежать від перебігу життєвих подій, тільки-но встигаючи за ними, інші передбачають, організують, спрямовують їхнє здійснення. Грунтуючись на стратегіях поведінки, яка долає труднощі, можна виокремити дві стратегії їх подолання в діяльності: ініціативну і ситуативну. Ініціативна стратегія характеризується виявленням активності, цілеспрямованістю дій, відповідальністю за прийняті рішення та вчинки. Вибір ініціативної стратегії свідчить про зрілість особистості [9]. Б. Г. Ананьєв, розглядаючи особливості зрілої особистості, говорив про єдність внутрішніх ситуацій, тактик і стратегій поведінки та загальних ідей і світоглядів [2]. Ситуативна стратегія характеризується низьким рівнем інтегрованості особистості, слабкістю та нестійкістю внутрішніх пізнавальних, емоційних і вольових установок [3].

Отже, ініціативна стратегія характеризується стійкістю особистості, ціннісними орієнтаціями, оптимістичним прогнозуванням, особистісною відповідальністю, орієнтацією на успіх і досягнення. Ініціативна стратегія передбачає діяльнісне подолання психологічних бар'єрів. Ситуативні способи подолання психологічних бар'єрів зумовлено відсутністю надорганічної структурованості та зв'язаності окремих моментів життя, екстернальною спрямованістю особистості, низьким рівнем оптимізму, переважанням у планованій діяльності негативних прогнозів. У ситуативній стратегії переважають механізми психологічного захисту і пристосування до навколишньої дійсності.

До цих основних стратегій можна додати ще чотири: пасивну, захисну, депресивну й афективно-агресивну. Пасивна стратегія властива особистостям, які підкоряються зовнішнім обставинам у вигляді виконання соціальних вимог, очікувань, норм. Це процеси самопристосування, підпорядкування особистості інтересам і вимогам середовища. Захисна стратегія характеризується наполегливою самореалізацією в позанавчальній діяльності. Особистість при

цьому домагається певного самоствердження, але внутрішньо переживає власну неспроможність подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності. Ухилення або втеча від важкої ситуації можуть здійснюватися не лише у практичній, але й у психологічній формі засобами внутрішнього відчуження від ситуації або пригнічення думок про неї. Депресивна стратегія характерна для особистостей, які вже пережили невдачі в навчальній діяльності. Таким людям властивий стан пригніченості, прогнози на майбутнє в них песимістичні, вони незадоволені собою, своєю навчальною діяльністю в цілому. Депресія та апатія призводять до дезорганізації навчальної діяльності, особистість виявляється не в змозі виконувати навчальні завдання, повністю втрачає інтерес до діяльності. Афективно-агресивна стратегія притаманна таким людям, які вирізняються амбіційністю, агресивністю, схильні протиставляти себе оточуючим. Низький рівень особистісної самосвідомості не надає їм можливості вийти за межі безперервного потоку повсякденної навчальної діяльності, звільнитися від власних егоцентричних установок. Це призводить до того, що людина починає сприймати агресію як природний вияв людської природи.

На підставі аналізу наукових джерел і викладених вище теоретичних положень ми виокремили способи подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності студентів з опанування іноземної мови, види стратегій подолання психологічних бар'єрів, а також дали характеристику поведінки особистості в ситуації подолання психологічних бар'єрів (див. таблицю).

Вибір способу подолання психологічних бар'єрів у навчальній діяльності значною мірою визначається здатністю студентів усвідомлювати ті зміни, які відбуваються в їхній навчальній діяльності у процесі опанування іноземної мови. Розвинена рефлексія надає студентам можливість шукати конструктивні способи подолання кризи. Особистість, в якій така здатність відсутня, застосовує нейтральні або деструктивні способи подолання психологічних бар'єрів. На вибір способу подолання впливають зміни, що відбуваються в самосвідомості студентів. Однією з важливих характеристик є така якість

особистості, яка має назву локусу контролю. Залежно від локалізації контролю над значущими для людини подіями виокремлюють внутрішні та зовнішні стратегії подолання психологічних бар'єрів.

Таблиця

**Способи та види стратегій подолання психологічних бар'єрів
у навчальній діяльності студентів з опанування іноземної мови,
а також характеристика їх поведінки в такій ситуації**

Спосіб подолання психологічних бар'єрів	Стратегії подолання психологічних бар'єрів	Характеристика поведінки студентів у ситуації подолання психологічних бар'єрів
Конструктивний	Розвивальна	Оптимізація навчальної діяльності, пошук нових можливостей самовдосконалення, стійкість особистості, наявність ціннісних орієнтацій, динамічна спрямованість особистості, оптимістичне прогнозування, особистісна відповідальність, орієнтація на успіх і досягнення
Нейтральний	Захисна	Уникнення подолання психологічних бар'єрів, переорієнтація на іншу діяльність
	Пасивна	Пристосування, підпорядкування зовнішнім умовам, бездіяльність
Деструктивний	Депресивна	Погане самопочуття, апатія, пригніченість, відсутність інтересу до навчальної діяльності
	Афективно-агресивна	Дратівливість, агресивність, амбіційність, протиставлення себе оточуючим; навчальна діяльність не усвідомлюється

Розвивальна стратегія характерна для студентів з оптимістичним світоглядом, стійкою позитивною самооцінкою, реалістичним підходом до життя та сильно вираженою мотивацією досягнення. Ці люди надають перевагу конструктивному способу подолання психологічних бар'єрів.

Захисна стратегія властива тим студентам, які можуть виконувати певну навчальну діяльність з опанування іноземної мови і досягати позитивних результатів за рахунок включення захисних механізмів при зіткненнях із труднощами. Передумови для конструктивного вирішення кризової ситуації будуть розвиватися за рахунок переключення на іншу діяльність. Спосіб подолання має нейтральний характер, оскільки особистісний розвиток такої групи студентів не можна вважати повністю благополучним.

Пасивна стратегія характерна для студентів, чії дії засновані на відсутності в них прагнення до незалежності, на нездатності приймати відповідальність та долати труднощі, що виникли в навчальній діяльності. Такі студенти не відчують потреби в особистісному розвитку, у навчальній діяльності вони використовують звичні способи поведінки і вирішення навчальних завдань. Часто основу пасивності складає конфлікт, зумовлений суперечністю між самооцінкою студента й оцінкою своєї діяльності викладачем та одногрупниками. Така стратегія належить до нейтрального способу подолання психологічних бар'єрів, оскільки деструктивний характер виражено нечітко, а за певних умов існує потенціал конструктивного вирішення.

Депресивну стратегію обирають студенти, які не можуть самостійно вирішувати власні психологічні проблеми. Нагромадження негативного результату своїх дій викликає в них прикрість, непевність і врешті-решт – відмову від навчальної діяльності. Така стратегія належить до деструктивного способу подолання психологічних бар'єрів [8].

Афективно-агресивна стратегія властива студентам, чия поведінка характеризується яскраво вираженою агресивною спрямованістю. Події сприймаються такими людьми однобоко, гнучкість є відсутньою, що призводить до вироблення деструктивного способу подолання психологічних бар'єрів, а це ускладнює пошук позитивних варіантів вирішення труднощів, які виникли у навчальній діяльності. Агресивність підвищується за рахунок нагромадження негативних емоцій та стає засобом боротьби проти невизначеності, в якій може виникнути небезпека.

Ми вважаємо, що найбільш ефективною і значущою для подолання психологічних бар'єрів у студентів при вивченні іноземної мови є розвивальна стратегія, тобто конструктивний спосіб подолання труднощів, що виникли. Застосування цієї стратегії подолання психологічних бар'єрів забезпечує розвиток активності, стійкості, цілісності, самоконтролю, відповідального ставлення до своєї професійної кар'єри.

Розвивальна стратегія зумовлена зв'язаністю між собою окремих одиниць структури суб'єкта навчальної діяльності у внутрішньому просторі та часі, здатністю до самотворення, самоорганізації і саморегуляції, стійкістю, динамічною спрямованістю особистості, оптимістичним прогнозуванням, особистою відповідальністю, орієнтацією на успіх та досягнення. Розвивальна стратегія передбачає діяльнісне подолання психологічних бар'єрів.

Список використаної літератури

1. Абульханова-Славская, К. А. Деятельность и психология личности / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1980. – 335 с.
2. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. / Б. Г. Ананьев. – М. : Педагогика, 1980. – Т. 1. – 232 с.
3. Асмолов, А. Г. Личность как предмет психологического исследования / А. Г. Асмолов. – М. : Изд-во МГУ, 1984. – 104 с.
4. Брунер, Дж. Процесс обучения / Дж. Брунер ; под ред. А. Р. Лурия. – М. : АПН РСФСР, 1962. – 62 с.
5. Денисовская, Т. М. К проблеме развития личности / Т. М. Денисовская // Психологический журнал. – 1981. – Т. 2, №6. – С. 97–104.
6. Подымов, Н. А. Психологические барьеры в педагогической деятельности : монография / Н. А. Подымов. – М. : Прометей, 1998. – 239 с.
7. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1976. – 416 с.
8. Сопілко, Н. В. Особливості подолання психологічних бар'єрів у студентів у процесі навчання : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Сопілко Наталія Вікторівна. – Хмельницький, 2008. – 268 с.
9. Якобсон, П. М. Психологические компоненты и критерии становления зрелой личности / П. М. Якобсон // Психологический журнал. – 1981. – Т. 2, №4. – С. 141–149.
10. Oxford Advanced Learner's Dictionary / [Sally Wehmeier]. – 6th edition. – Oxford New York : Oxford University Press, 2000. – 1422 p.

Рецензент: кандидат психологічних наук Якимчук Ю. В.