

## СОЗДАНИЕ И ПОДДЕРЖКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА В СТУДЕНЧЕСКОЙ ЯЗЫКОВОЙ ГРУППЕ

За последние пару лет, в виду сложившейся ситуацией в стране с COVID-19, большинство учебных заведений сменили привычный очный формат обучения на дистанционный. В связи с этим пришлось поменять реальное общение на общение в интернете. С одной стороны, при использовании компьютерных информационных технологий в учебном процессе появилась доступность различного рода информации, ее наглядности, динамичности, в возможности получения знаний дистанционно и т.п. Но, с другой стороны, изолированность обучаемого при дистанционной форме обучения от других участников учебного процесса может создавать некоторые психологические трудности, что сказывается на качестве усвоения учебного материала, а также препятствует формированию необходимых навыков личного взаимодействия с другими людьми [3, с.35-40; 6, с.30-34]. Ведь эффективность обучения и повышение качества успеваемости студентов, в том числе изучающих иностранный язык, их профессиональный и личностный рост, восприятие иноязычной культуры напрямую зависит от формирования психологического комфорта внутри группы во время онлайн-занятий.

Психологический комфорт – это условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, а в процессе обучения получает удовлетворение потребности в освоении новой информации. То есть это важное условие эффективности обучения, так как создание положительного настроения перед началом обучения является необходимой составляющей психологического комфорта при дальнейшей работе, тем более что сам процесс дистанционного обучения имеет свои особенности [1, с.10-13].

Следует отметить, что создание рабочей, базирующей на самодисциплине и организованности партнерских отношений, и в то же время доверительной и непринужденной атмосферы во время онлайн-занятия имеет большую важность и ответственность, чем при обучении в аудитории. Ведь зачастую не всех студентов и не на каждом занятии преподаватель может видеть и даже слышать, в виду технических проблем (качество связи, наличие микрофонов и видеокамер в рабочем режиме), а, может, и психологического дискомфорта, поэтому понять и уловить настроение учащихся в таких условиях крайне сложно. Здесь требуется понимание психологии людей, обучающихся в вузе. Поэтому при планировании и проведении онлайн-занятий важно периодически отслеживать динамику состояния учащихся и регулировать ее в зависимости от того, как вся группа воспринимает информацию, насколько активно проявляет себя, как

реагирует на подачу нового материала. И здесь нередко можно столкнуться с проблемой удержания внимания учащихся. Для упрощения данного процесса следует придерживаться нескольких принципов:

- тщательно продуманное начало занятий;
- создание твердых договоренностей о проведении онлайн-занятий и сроках выполнения заданий;
- создание и удержание активной позиции во время онлайн-занятий;
- поддержание здоровой, благоприятной атмосферы и взаимного доверия внутри группы;
- яркое и четкое завершение встречи.

От того как преподаватель начнет свои занятия во многом зависит, как его будут воспринимать учащиеся, насколько максимально они будут погружены в процесс обучения, насколько они будут мотивированы учебой. В той учебной группе, где поддержка и взаимопомощь являются нормой, преподаватель и студенты испытывают радость от совместного труда и желание находиться в подобной обстановке.

Следует заранее загрузить материалы и проверить работу онлайн-платформы. Известно, что загрузка материалов отнимает некоторое время. Может оказаться, что презентация будет слишком громоздкой, видеофайлы не читаются, не виден рабочий стол компьютера и т.п. Для того, чтобы не попасть в подобную ситуацию, нужно решить все технические проблемы заранее.

Необходимо подключиться к площадке, на которой будет проходить онлайн-занятие немного раньше, минут за 10-15 до начала вещания. Если преподаватель подключается за некоторое время до того, как начнется занятие, то в момент старта занятий он уже находится в эфире. У студентов создается впечатление, что все готово и их ждут, что оказывает благоприятное влияние на каждого.

Проявление радушия, безусловно, важно, но нельзя переступить границы официального виртуального общения. Общение не должно переходить на фамильярность, иначе это может вызвать психологический дискомфорт у студентов. И, как нам кажется, доброжелательное отношение должно быть одинаково ко всем участникам занятия, независимо от их индивидуальных особенностей.

Стоит включить в онлайн-занятие 5 минутное ожидание участников. За это время преподаватель может поприветствовать группу вовремя. Но не стоит затягивать минуты ожидания, ведь длительное ожидание отнимает время от занятия, и нужно уважать тех, кто пришел вовремя. Необходимо сразу договориться с аудиторией, что если кто-то опаздывает, то не стоит в середине занятий всех громко приветствовать, тем самым отвлекая своих сокурсников и преподавателя от работы, а сделать это в общем чате.

Если по техническим или другим причинам у преподавателя не получается выйти в эфир, следует обязательно заранее предупредить об этом группу. К сожалению, далеко не все преподаватели поступают таким образом. Это несет в себе отрицательный характер, поскольку подобное отношение преподавателя формирует представление о дистанционном занятии, как о необязательном процессе.

И, к сожалению, зачастую, студенты копируют подобное поведение и позволяют себе опоздать на следующее онлайн-занятие или не явиться на него вовсе без предупреждения и веской на то причине. Нужно помнить, что плохой пример заразителен. Эффективным способом влияния личности на формирование положительного психологического климата в коллективе является пример.

В самом начале курса нужно договориться с участниками о правилах, сроках и нормах поведения во время онлайн-занятий. Во-первых, это время начала и окончания занятий. Важно, чтобы участники представляли себе план работы во время всего курса [9]. На наш взгляд, напоминать студентам о договоренностях, сроках сдачи работ и следующем времени начала занятия необходимо после каждого занятия, тем более, когда речь идет о дистанционном обучении.

Во-вторых, нужно четко договориться о времени ответа на вопросы учащихся вне онлайн-занятий. У преподавателя тоже должно быть личное время, и отвечать на «срочные письма» в полночь – не приемлемо и не уважительно. С другой стороны, игнорирование ответов может вызывать недоумение и досаду у обучающихся. Заранее обговоренные временные рамки помогают и педагогу, и слушателю более грамотно спланировать свою работу.

В-третьих, это касается этических норм поведения [5]. Далеко не каждый взрослый человек может общаться в режиме онлайн, соблюдая этические нормы деловой переписки. Общаясь в университете или за его пределами, мы ведь стараемся не нарушать деловую этику. Так что и в режиме онлайн участники также должны соблюдать правила деловой коммуникации. Это неписанные принципы «цифрового» делового общения, о которых должны знать обе стороны – преподаватель и студент. Если слушатель «перешел границы», ему важно указать на это, но не вступать в дебаты при всех. Очень важно сразу при первой встрече договориться о том, что данное онлайн пространство – это пространство для вашей конкретной группы, которое было создано для обучения, а не для нарушения этих норм. Создание подобных договоренностей поможет студентам более открыто задавать вопросы в чате, демонстрировать свою точку зрения или уточнять тезисы материала, в котором они, возможно, не до конца разобрались.

Установлено, что оптимальное время для проведения онлайн занятия – 45-60 минут. Удерживание внимания в аудитории непросто в течение этого

времени, а в онлайн формате – это вдвойне труднее. Увеличение размера онлайн-занятия до полутора и более часов требует дополнительных усилий преподавателя и специальных технологий сопровождения таких процессов.

Но существуют некоторые условия, соблюдая которые можно поддержать активность у студентов и удержать их внимание на протяжении всего занятия.

Известно, что каждый человек – это отдельная персона, и обращение лично к нему заставляет его быстрее и активнее включиться в учебный процесс. В лучшем случае необходимо интересоваться точкой зрения каждого студента вашей группы во время занятия, но при условии, если ее численность не превышает 10 человек. Причем не в определенной последовательности, а хаотично. Так каждый учащийся будет ожидать, что его могут спросить в любой момент и меньше будет отвлекаться. Если группа более 15 человек, то вопросы можно задавать выборочно.

Обращение по имени – не просто формальное проявление вежливости. Это слово притягивает собеседника к вам, подобно магниту, заставляет внимательно слушать ваши слова, верить им и принимать во внимание. Кроме того, это придает важности тому, о чем его спрашивают. Ведь, называя по имени, преподаватель интересуется мнением лично, а для любого человека звук его имени является самым сладким и самым важным звуком в человеческой речи. Для того, что установить уважительно-доверительные отношения в группе, необходимо знать всех своих подопечных по именам. Это служит своеобразным подтверждением того, что учащийся с нами, здесь и сейчас. Он включен в учебную работу, а не отошел по своим делам.

Для того, чтобы проследить, насколько быстро и качественно материал воспринимается студентами, следует чаще задавать уточняющие вопросы. Исходя из педагогической практики, обычно, в начале урока не возникает никаких вопросов, но сам факт того, что Вы их спросили, во-первых, дает позволение студентам уточнять тезисы и самим чем-либо интересоваться; во-вторых, обеспечивает небольшое переключение с материала на собственную рефлексию (понял/ не понял материал, как понял, какие вопросы остались); в-третьих, подводит логическую черту под очередным блоком материалов.

Зачастую бывает так, что на онлайн-занятии необходимо дать большое количество теоретического материала. Для того, чтобы лучше его воспринять существует несколько полезных рекомендаций:

Любой теоретический материал следует сопровождать визуально: презентацией, видео или и тем и другим. Наличие картинок в презентации помогает разгрузить левое полушарие головного мозга, отвечающее за аналитическое мышление, и подключаться к правому, отвечающему за воображение, фантазию [2]. Известно, что любые зрительные образы привлекают внимание большинства людей, способствуют лучшему

запоминанию нового (зрительная память), помогают лучше сконцентрироваться на материале и делают его интереснее.

Теоретический материал лучше представлять в схемах и таблицах, которые Вами уже осмыслены. Таким образом можно сэкономить время и сразу передать слушателям логику излагаемой теории [5].

При демонстрации слайдов необходимо их чередование: если на одном слайде размещена таблица, то на следующем лучше вставить схемы, тезисы или картинки. Разнообразие в оформлении слайдов презентации также привлекает внимание. Смена формы визуального ряда помогает усилить познавательную активность группы.

Для того, чтобы представленные тезисы воспринимались лучше и быстрее, желательно, чтобы на слайде их было не более 3-5. При этом важно, чтобы они состояли из простых предложений, не перегружая зрительное восприятие.

Всякую теорию важно делить на смысловые разделы. После освещения каждого из них необходимо задавать слушателям уточняющие вопросы, ведь намного проще воспринять материал понемногу, порционно, чем пробовать его понять сразу и целиком.

Следующим немаловажным принципом для установления надежных контактов со студентами является демонстрация справедливости и лояльности. Ведь, зачастую, не все учащиеся могут иметь практический опыт поведения и реагирования в дистанционном обучении. Поэтому здесь необходимо проявление терпимости со стороны преподавателя. Есть студенты, которые с некоторой периодичностью допускают одни и те же ошибки. Преподаватель должен терпеливо разъяснить их во время специально отведенных на это консультационных часов, которые установлены заранее и включены в расписание, чтобы каждый студент чувствовал поддержку и помощь со стороны своего наставника.

Особое внимание стоит уделить вопросу соблюдения договоренностей между преподавателем и группой. Если студенты в большинстве своем пришли на новое занятие без выполненного домашнего задания, важно, для начала, уточнить причину такого поведения. Ведь не исключено, что материал мог остаться недопонятым, или студенты просто постеснялись спросить об этом у преподавателя. А если несерьезно отнеслись к домашнему заданию? Тогда стоит еще раз договориться о необходимости выполнения промежуточных заданий. Если договоренности были приняты осознанно и добровольно, то обе стороны обязаны их выполнять. Предложить, например, альтернативу, которая будет выглядеть сложнее, требующая больших временных и физических затрат, чем предыдущее задание (например, вместо лексико-грамматических упражнений базового учебника написать эссе по пройденной теме или подготовить презентацию по

определенному материалу). Всегда активно мотивирует студентов балльно-рейтинговая система, где такие задания имеют значительный вес.

Для максимально эффективного усвоения нового материала следует в конце занятия оставить время для дополнительных вопросов и подведении итогов, обобщении ключевых моментов. Успешное завершение совместного группового онлайн-занятия, в котором приняли участие все студенты, улучшает межличностные отношения. Совместное переживание успеха сближает студентов, уменьшает вероятность конфликтных ситуаций, способствует улучшению внутреннего имиджа группы. Поблагодарив всех слушателей, стоит договориться о форме и сроках сдачи домашних работ и следующей встрече.

Домашняя работа – это составная часть процесса обучения. Главная цель ее – расширить и углубить знания, умения, полученные на занятии. В результате выполнения студентами домашних заданий у них формируются профессионально важные знания, умения, навыки и качества личности. Домашняя работа может быть представлена в виде эссе, лексико-грамматических упражнений, заданий на аудирование или тестовые работы на понимание видеосюжета. Многие учебные заведения, перейдя на дистанционные формы обучения, увеличивают объем домашних задания во много раз из-за отсутствия достаточного времени на отработку некоторых аспектов, что, на наш взгляд, является неприемлемо, поскольку в следствии этого резко уменьшается студенческая мотивация. На практике оказывается, что в аудитории преподаватель успевает выполнить и закрепить больше материала, чем в режиме онлайн. Чтобы избежать негативного развития ситуации, необходимо заранее договориться с группой о том, в каком объеме, форме и в какие сроки они готовы выполнять домашние задания. И тогда управлять процессом преподавателю становится проще.

В заключение стоит подчеркнуть, что усвоение материала, в том числе на иностранном языке, знакомство с культурой другой страны в режиме онлайн происходит совсем иным способом, во многом отличающимся от аудиторного. Тем более, если речь идет о практических занятиях по иностранному языку, где «живая» речь имеет особое значение. Поэтому задача создания и поддержания благоприятного климата в студенческой группе на протяжении всего обучения является первостепенной и очень важной. Благодаря здоровым отношениям между преподавателем и студентами, увлеченности совместным трудом, грамотно организованному онлайн-занятию происходит активная, творческая и продуктивная педагогическая работа, необходимая для современного специалиста.

### **Литература**

1. Авдиенко, Г.Ю. Концепция социально-психологической комфортности личности в образовательной среде вуза в практике психологической

- службы факультета / Психопедагогика в правоохранительных органах. - ФГОУ ВПО «Омская академия МВД РФ». - Вып. № 3 (62), 2015. - С. 10-13.
2. Горбатова, М.К., Назипова, М.А. Методики преподавания в высшей школе: учебное пособие. - Н.Новгород, ННГУ, 2012. - С. 35
  3. Измestьева, Е. 30 советов для самомотивации во время онлайн обучения. 2016 <https://te-st.ru/2016/07/08/mooc-motivation-hacks/>
  4. Манухина, С.Ю. И в онлайнe важно улыбаться: 13 полезных советов, как провести урок в сети // МЕЛ. Электронный журнал. 2020 <https://mel.fm/blog/svetlana-manukhina/73965-i-v-onlayne-vazhno-ulybatsya-13-poleznykh-sovetov-kak-provesti-urok-v-seti>
  5. Winstone N. & Carless D. Designing Learning-Focused Approach. – Oxon: Routledge, 2020.