

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

Максимова Людмила Сергеевна

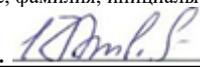
МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Программа развития эмпатии работников культуры для осуществления
профессиональной деятельности в инклюзивной среде**

Направление: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы Психолого-педагогическая
коррекция нарушений развития детей

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой
д-р мед. наук, профессор Шилов С.Н.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

14.12.2020 г. 
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
канд. психол. наук, доцент Верхотурова Н.Ю.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

14.12.2020 г. 
(дата, подпись)

Научный руководитель
канд. мед. наук, Бардецкая Я.В.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

14.12.2020 г. 
(дата, подпись)

Обучающийся
Максимова Л.С.
(фамилия, инициалы)

14.12.2020 г. 
(дата, подпись)

Красноярск 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ...	12
1.1. Проблема изучения эмпатии в психологии и педагогике.....	12
1.2. Особенности формирования эмпатии у работников культуры.....	18
1.3. Понятие инклюзивная среда в современной психолого-педагогической литературе.....	28
Выводы по первой главе.....	37
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У РАБОТНИКОВ КУЛЬТУРЫ.....	38
2.1. Организация, методы и методики исследования.....	38
2.2. Анализ результатов исследования.....	46
Выводы по второй главе.....	53
ГЛАВА 3. РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ РАБОТНИКОВ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ИКЛЮЗИВНОЙ СРЕДЕ.....	55
3.1. Содержание программы развития эмпатии работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде.....	55
3.2. Контрольный эксперимент и его анализ.....	64
Выводы по третьей главе.....	69
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	71
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	75
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	88

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Глобальные процессы, разворачивающиеся на социально-экономическом, информационном, духовном уровнях, обостряют проблему, связанную с выстраиванием между людьми взаимодействия на основе принятия, поддержки и сочувствия. Лавинообразный поток информации, часто с негативным контекстом, формирует у населения тревогу и страхи за свое будущее, тем самым отрывая от настоящего. Люди, работающие в системе «субъект-субъектных», несут дополнительную нагрузку, так как их страхи сталкиваются со страхами людей, с которыми они взаимодействуют, тем самым усугубляя собственное состояние. В условиях быстроменяющегося мира возрастает научно-практическая необходимость поиска эффективных способов, обеспечивающих благоприятные условия для личностного и профессионального развития человека, так как это, в свою очередь, способствует эффективному взаимодействию всех членов общества.

Успешность реализации этого во многом зависит от качества профессиональной подготовки тех людей, которые работают в системе субъект-субъектных отношений. К этой категории можно отнести работников культуры, в частности – библиотекарей детских городских библиотек, которые, по роду своей деятельности, каждый день взаимодействуют с большим количеством детей как разного возраста и разного социального положения, так и детей с ограниченными возможностями здоровья. Впервые, про этих детей заговорили в системе образования, так как назрела необходимость включать детей с особенностями в общеобразовательные школы, чтобы не нарушались их права, быстрее и естественней проходила социализация.

В связи с этим, появилось новое для нашей реалии понятие «инклюзия» и вытекающее из него «инклюзивное образование».

Постепенно, понятие «инклюзия» стало распространяться и выходить за рамки системы образования, так как невозможно создать условия для инклюзии изолированно в отдельном классе или школе. Все чаще, стали говорить о необходимости формирования инклюзивной среды во всех сферах общественной жизни. Причем, последнее время на понятие «инклюзивная среда» стали смотреть шире, подразумевая не только, материально-техническое оснащение, но и учитывая психологическую составляющую – готовность людей принимать и взаимодействовать с детьми, имеющими различные особенности здоровья. Конечно, это невозможно делать сразу и везде, но первые шаги необходимо делать прямо сейчас. Инклюзия стала приходить в те сферы профессиональной деятельности, которые напрямую связаны с системой субъект-субъектных отношений и работники культуры, в частности, сотрудники детских библиотек, имеют к этому самое прямое отношение.

Для того, чтобы это взаимодействие было эффективным и полезным, сотрудникам, необходимо быть чуткими и внимательными к собственным эмоциональным состояниям к эмоциональному состоянию ребенка. Все это укладывается в широкое понятие – эмоциональный интеллект, который, в последнее время приобрел особую значимость, так как в современных условиях именно его наличие, определяет способность человека выстраивать отношения для эффективной работы и жизни.

В своей диссертации Т.И. Солодкова сообщает результаты исследований некоторых зарубежных и отечественных авторов: Р.К. Купером, А. Савафом, Д. Гоулманом, Х. Вейзингером и др., в которых эмоциональный интеллект рассматривается как основополагающий фактор успешности жизнедеятельности человека, в работах Дж. Сиаррочи, Ф.П. Дина и С. Андерсона и др. – как предпосылка психического и физического здоровья. В целом исследователи единодушно признали тот факт, что высокий уровень эмоционального интеллекта является предпосылкой просоциального и иного позитивного поведения, а низкий уровень его

развития связан с различными формами социальной дезадаптации (Т.И. Солодкова, 2011).

В 1995 году, Даниэл Гоулман, в своей книге «Эмоциональный интеллект» выделил пять основных составляющих эмоционального интеллекта: самоосознание (самопознание), саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки. Самоосознание рассматривалось как умение оценивать свои эмоции и способности, узнавать свои слабые и сильные стороны, формулировать жизненные ценности, определять цели. Саморегуляция как способность контролировать свои эмоции и управлять ими, сдерживать мешающие текущей работе импульсы, восстанавливаться после стрессовой ситуации. Мотивация как способность находить стимулы для продвижения к цели, не отступать и не отчаиваться из-за временных сложностей и неудач. Эмпатия как способность осознавать то, что чувствуют другие люди, сопереживать им, ставить себя на их место. Социальные навыки как умение выстраивать отношения с людьми, направлять отношения в нужное русло, способность манипулировать людьми, убеждать их и подталкивать в желаемом направлении.

Для своей работы мы выбрали, эмпатию, которая трактуется Д. Гоулманом как способность осознавать то, что чувствуют другие люди, сопереживать им, ставить себя на их место. Он так же отметил, что «неспособность отмечать чувства другого человека и составляет главный дефицит эмоционального интеллекта и прискорбный недостаток с точки зрения того, что означает быть человеком. Как бы там ни было, взаимопонимание, основа заботы, возникает в результате эмоциональной настроенности, благодаря способности к эмпатии. Эта способность – умение распознать, что чувствует другой человек, проявляется в великом множестве сфер жизни...» (Гоулман Д., 2009).

В психологическом словаре эмпатия – (от греч. Empatheia – сопереживание) это внерациональное познание человеком внутреннего мира других людей (вчувствование). Способность к эмпатии – необходимое

условие для развития такого профессионального качества, как проницательность. Эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций (С.Ю. Головин, 1998).

Эмпатия – рассматривается как элемент целостной структуры личности и является центральным образованием, в котором представлены все установки и мотивы, выражающие отношение к людям.

Все вышеописанное имеет прямое отношение к профессиональной деятельности работников библиотек, учитывая их специфику работы и те изменения в обществе, которые происходят в современном обществе.

Проблема нашего исследования заключается в изучении особенностей развития эмпатии как профессионально значимого качества работников культуры, теоретическом обосновании, разработке и внедрении в практику профессиональной деятельности библиотекарей, программы развития эмпатии работников культуры, осуществляющих свою профессиональную деятельность в детских городских библиотеках и работающих в системе «субъект-субъектных» отношений. Изначально нами была разработана и реализована программа для работников образования (учителей), осуществляющих взаимодействие со школьниками, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья, в системе инклюзивного образования и она показала свою эффективность. Но, со временем, стало понятно, что инклюзия – это процесс, который не может оставаться только в системе образования, он должен распространяться на все сферы нашей жизнедеятельности и это процесс, который уже не остановить. В этот момент и в сфере культуры, в частности в детских городских библиотеках назрел вопрос подготовки сотрудников библиотеки для работы в новых условиях инклюзивной среды. В связи с этим, было принято решение и разработана программа для проведения специальных занятий для сотрудников библиотек, которая включила в себя как теоретический, так и практический материал.

Цель работы: изучить особенности развития эмпатии у работников

культуры, разработать и апробировать образовательную программу, способствующую развитию эмпатии у сотрудников детских городских библиотек.

Объект исследования: особенности эмпатии работников культуры.

Предмет исследования: программа развития эмпатии работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что разработанная программа способна выступить средством развития эмпатии у работников культуры (библиотекарей) для эффективного осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде. Так как в основу программы положены действия, направленные на развитие способности работников культуры соприкоснуться с «внутренним миром» (своим и другого) с одной стороны, и на развитие способности принять эту «картину мира», даже, если она будет отличаться от собственной, с другой. Принятие иного «другого», освобождает человека от лишней тревожности и обеспечивает доступ к внутренним ресурсам, для эффективного профессионального взаимодействия. Дополнительным, необходимым условием для реализации программы, является возможность создания условий в учреждении (библиотеке) для проведения серии занятий, обеспечивающих взаимосвязь между теоретической и непосредственно практической деятельностью работников.

В соответствии с поставленной целью и выдвинутой гипотезой предстояло решить следующие **задачи исследования:**

1. На основании анализа психолого-педагогической, методической литературы изучить современное состояние разработанности проблемы исследования.

2. Исследовать особенности развития эмпатии у работников культуры (библиотекарей) для эффективного осуществления их профессиональной деятельности.

3. Разработать и экспериментально проверить эффективность программы развития эмпатии у работников культуры (работников детских городских библиотек), осуществляющих свою профессиональную деятельность в современных условиях инклюзивной среды.

4. Совместно с Красноярской Библиотечной ассоциацией, Муниципальным бюджетным учреждением культуры Централизованной библиотечной системой для детей им. Н. Островского составить, напечатать и распространить по детским городским библиотекам информационно-методический сборник «Эмпатия как базовая составляющая формирования инклюзивной культуры в обществе».

Для реализации целей и поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

1. Теоретические (анализ литературы по проблеме исследования).
2. Эмпирические - анкетирование, тестирование.
3. Методы качественной и количественной обработки данных и интерпретация результатов исследования.

Методологическую и теоретическую основу исследования составили: для понимания особенностей и необходимости развития эмпатии, как ведущей социальной эмоции необходимо ознакомиться с историей ее исследования в трудах отечественных и зарубежных психологов таких как К. Г. Юнг, Т. Липс, К. Роджерс, Х. Когут, В.С. Мухина, Т.П. Гаврилова, Н.Н. Обозов, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Б. Орлов, И.М. Юсупов Л.И. Божович; для определения и наполнения содержанием понятия «инклюзивная среда» рассмотреть работы Самсоновой Е.В., Симаевой И. Н., Хитрюк В. В., Козыревой О. А., Малофеева Н. Н., Гончаровой Е. Л., Никольской О. С., Кукушкиной О. И. и др.

В психологическое исследование нами были включены следующие **психодиагностические методики:**

1. Групповое анкетирование.
2. Методика диагностики реактивной и личностной тревожности

Спилбергера-Ханина.

3. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.

Организация исследования. Исследование и реализация программы проводились на базе Муниципального бюджетного учреждения культуры Централизованной библиотечной системой для детей им. Н. Островского. В эксперименте участвовало 100 сотрудников из детских библиотек г. Красноярска. Возраст участников 25-55 лет. Стаж работы от 3 до 30 лет.

Исследование проводилось в период с 2018 г. по 2020 г. и осуществлялось **в пять этапов:**

Первый этап (сентябрь – октябрь 2018) включал в себя изучение и анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования, анализ понятийно-терминологической системы и методологии исследования.

Второй этап (ноябрь – декабрь 2018) – формулирование проблемы и гипотезы исследования, определение его теоретических основ, целей и задач, уточнение объекта и предмета исследования.

Третий этап (январь 2019 – июнь 2019) – подбор диагностического инструментария для экспериментального изучения и выявления особенностей развития эмпатии у работников культуры на основе подобранных диагностических методов. Анализ результатов исследования.

Четвёртый этап (июль 2019 – февраль 2020) – разработка и реализация программы развития эмпатии для работников культуры (библиотекарей).

Пятый этап (март 2020 – сентябрь 2020) – обработка результатов формирующего эксперимента, обобщение теоретических положений, экспериментальных выводов и заключения.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что было расширено представление о необходимости развития эмпатии как социально-значимого качества не только для системы образования, но и для

сотрудников, осуществляющих свою деятельность в сфере культуры.

Практическая значимость работы состоит в том, что данные, полученные в ходе экспериментального исследования и их качественная интерпретация, позволяют использовать данную программу в любой сфере профессионального взаимодействия, сотрудников, работающих в системе «субъект-субъектных» отношений. Программа может быть адаптирована и использована для работы с различным контингентом участников взаимодействия. Учитывая реалии времени, программа трансформируется под разные целевые аудитории и может использоваться как целиком, так и отдельными блоками, в разные временные промежутки.

Апробация результатов исследования осуществлялась посредством написания и публикации научных статей и выступлениях на научно-практических конференциях разного уровня. По теме исследования опубликованы статьи:

1. Формирование инклюзивной культуры как необходимая составляющая подготовки учителя в современной образовательной реальности / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Сборник материалов всероссийской научно-практической конференции: Системно-деятельностный подход в педагогическом образовании: опыт реализации и перспективы развития. – Белгород: Тип. «Принт-Мастер», 2018. - Часть 2. – С. 185 – 187.

2. Профессиональная подготовка педагогов для реализации инклюзивного образования / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Сборник материалов VI Всероссийской научно-практической конференции «Инновационная деятельность педагога в условиях реализации образовательных и профессиональных стандартов», 2018. С. 37 – 41.

3. Практика формирования педагогической эмпатии как базовой составляющей инклюзивной культуры / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Специальное образование XXI века: от ранней помощи до профессиональной

подготовки: сб. науч. тр. / отв. ред. Л. М. Кобрина. – СПб.: ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2020. – С. 161 – 166.

4. Максимова Л.С. Развитие эмпатии как базовой составляющей профилактики психологического стресса во всех сферах жизнедеятельности // Психология особых состояний: от теории к практике: материалы региональной межвузовской научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов. Красноярск, 15 мая 2020 г. [Электронный ресурс] / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2020. – С. 51-52.

Структура и объем магистерской диссертации. Работа изложена на 104 страницах печатного текста, состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы в количестве 116 источников, включает 6 рисунков и 8 приложений.

ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

1.1. Проблема изучения эмпатии в психологии и педагогике

Если углубляться в исторический контекст изучения эмпатии, то про нее было известно уже давно, само слово эмпатия произошло от греческого «empatos», что означает «вчувствование, проникновение». И описывали ее через особенности человека при взаимодействии с другими людьми, как способность выстраивать гармоничные отношения через понимание внутреннего мира другого человека, как духовную общность между людьми и способность почувствовать состояние другого. Все это не могло не заинтересовать нарождающуюся психологию, которую чрезвычайно привлек такой человеческий феномен как эмпатия.

Самое раннее определение эмпатии содержится в работе Фрейда «Остроумие и его отношение к бессознательному» (1905): «Мы учитываем психическое состояние пациента, ставим себя в это состояние и стараемся понять его, сравнивая его со своим собственным» [75].

Сам термин «эмпатия» появился в психологии, благодаря, двум авторам, первенство каждого из них оспаривается последователями до сих пор. С одной стороны, это Теодор Липпс – немецкий философ, психолог, эстетик, который предложил теорию эмпатии, ее суть заключалась в том, что воспринимая предмет, человек переносит на него свои чувства и свое эмоциональное состояние [47]. Термин «эмпатия» был переводом с немецкого *einfühling* (в значении – проникновение) и был близок к понятию «симпатия». Появление термина «эмпатия» в английском словаре датируется 1912 годом. С другой стороны, Эдвард Титченер, англо-американский психолог, ввел английский термин «Эмпатия» (1909) как перевод немецкого слова «*Einfühlungsvermögen*» (сопереживание) [52].

В своей статье «Проникновенное сопереживание», С.С. Степанов отмечает, что понятие эмпатии выступило также одним из важнейших в «понимающей психологии» Вильгельма Дильтея (1833—1911) и что,

способность к эмпатии Дильтей рассматривал как условие понимания культурно-исторической, человеческой реальности. «Различные феномены культуры возникают из «живого целого человеческой души», поэтому и их понимание, по Дильтею, – это не концептуализация, а проникновение, как бы перенесение себя в целостное душевное состояние другого и его реконструкция на основе эмпатии» и эта трактовка относится к 1894 году [95].

В своей работе Елеференко Игорь Олегович отмечал, что «Для понимания характера и причин переживаний других людей воспринятой вербальной и невербальной информации недостаточно. Достоверно установлено, что переживания, чувства в основании своем имеют эмоции, психическое проявление которых связано с явлением эмпатии» [34].

Ряд авторов сопоставляли эмпатию с другими близкими ей процессами, но в отличие, например, от интуиции как непосредственной перцепции идей, в эмпатию были включены чувства и мысли (Бодалев А. А., Каштанова Т. Р.) [75]. Синонимами, там же, были предложены – вчувствование, отзывчивость, сопереживание, чуткость.

В большом психологическом словаре под редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко, эмпатия – (от греч. *empathia* – сопереживание). это внерациональное познание человеком внутреннего мира др. людей (вчувствование). Способность к эмпатии - необходимое условие для развития такого профессионального качества, как проникательность, и, эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций. Эмпатия как эмоциональный отклик осуществляется в элементарных (рефлекторных) и в высших личностных формах (сочувствия, сопереживания, сорадования). В основе эмпатии как социального познания и высших форм эмпатии как эмоционального отклика лежит механизм децентрации. Человеку свойственно испытывать широкий набор эмпатических реакций и переживаний. В высших личностных формах

эмпатии выражается отношение человека к другим людям (гуманистическая эмпатия).

В рамках гуманистического направления в психологии, темой эмпатии занимался Карл Роджерс, американский психолог и отводил ей важное место в процессе эффективного психологического консультирования. Для успешной работы при консультировании он выделил два главных условия. Первое – чем более психолог искренен в отношениях с клиентом, тем больше он помогает ему, но это возможно, если психолог знает свои собственные чувства настолько хорошо, насколько это возможно. Очень важно для психолога быть откровенным, так как откровенность включает желание выражать в словах и поведении различные свои чувства и отношение к тем или иным вещам и за счет этого выстраивать с другим человеком правдивые отношения, а это очень важно. Только при установлении подлинных отношений другой человек может успешно искать эту подлинность в себе.

Второе условие заключается в том, что чем более психолог принимает другого человека, чем больше он ему нравится, тем больше он способен устанавливать с ним отношения, которыми человек сможет воспользоваться. Под принятием, К. Роджерс, понимает теплое расположение, как к человеку, имеющему безусловную ценность, независимую от состояния, поведения или чувств. Это значит, что человек вам нравится, вы уважаете его как человеческое существо [79]. Там же, Карл Роджерс, отмечал: «.. это значит, что вы принимаете и уважаете, весь спектр его отношения к происходящему в данный момент независимо от того, положительное это отношение или отрицательные, противоречит ли оно его прежнему отношению или нет. Это принятие каждой меняющейся частицы внутреннего мира другого человека создает для него ощущение теплоты и безопасности в отношениях с вами, а чувство защищенности, проистекающее от любви и уважения, мне кажется, представляет очень важную часть помогающих отношений».

В своей диссертации Карягина Т.Д. исследовала эволюцию понятия «эмпатия» в психологии и отметила удивительно разнородные,

разноуровневые явления, упоминаемые как имеющие отношение к эмпатии, существует огромное количество определений и описаний тех механизмов, феноменов и структур, которые принято называть, видами эмпатии или процессами, близкими к эмпатии.

В отечественной психологии понятие эмпатии появилось довольно поздно благодаря работам Т.П. Гавриловой (Гаврилова, 1974, 1975, 1977, 1979). Наибольшее внимание уделялось исследованиям эмпатии в отечественной социальной психологии как феномену социальной перцепции и межличностного взаимодействия (Андреева, 1988, 2007; Бодалев, 1983; Бодалев, Каштанова, 1975; Джрнзян, 1984; Лабунская, 1986; Менджерцкая, 1998; Пашукова, 1979; Психологическая теория коллектива, 1979) [39].

Эмпатия является, по мнению исследователей, одним из ключевых феноменов понимания, основанного на сопереживании. Если говорить об эмпатии, то эмпатия – это наше понимание другого, основанное на сопереживании, ориентированное на его внутреннюю перспективу, то есть на то, как видит, понимает, ощущает себя он сам. Мы не оцениваем извне, мы не подводим его поведение под какие-то стереотипы или теории, мы не приписываем ему что-то. А мы пытаемся понять, как он видит эту ситуацию изнутри, каково ему изнутри. И очень интересно, что этот смысл как особого понимания, основанного на сопереживании, был и исторически первым в истории понятия эмпатия [39].

В своей монографии Долгова В.И. и Мельник Е.В. представляют эмпатию как «...сложное функциональное образование, в котором познавательные и эмоциональные процессы составляют взаимообусловленное единство, опосредующее действие и развитие актуальных потребностей и, в свою очередь, развивающееся под их влиянием. Развитие эмпатии – не только процесс развития эмоций и их когнитивизации, но процесс формирования нравственных мотивов в пользу другого человека» [32].

«Большинство отечественных психологов не противопоставляют эмпатию как эмоцию интеллектуальному познанию. Эмпатия рассматривается как процесс, в котором мыслительные и эмоциональные стороны представляют неразрывное единство (А.А. Бодалев, А.Г. Ковалев, Р.Г. Селиванова, А.П. Сопиков, Л.П. Стрелкова). Специалисты, изучающие эмпатию, выделяют не только когнитивный и эмоциональный, но и поведенческий компонент эмпатийного взаимодействия (Л.Н. Дкрназян, Н.М. Саржвеладзе)» [31]. Там же: «Особый интерес представляют работы, в которых эмпатические переживания рассматриваются как мотив альтруистического поведения (В.А. Петровский, В.В. Шпалинский, П.В. Симонов, П.М. Ершов). В исследованиях, изучающих помогающее поведение и эмпатию, представляет интерес подход, в котором выделяют действенную эмпатию, характеризующуюся активным содействием, помощью другой личности или группе (Н.Н. Обозов, С.А. Тарновский)».

Доктор психологических наук Бойко В.В. определяет эмпатию как форму рационально-эмоционально-интуитивного отражения другого человека, которая позволяет преодолеть его психологическую защиту и постичь причины и следствия самопроявлений – свойств, состояний, реакций – в целях прогнозирования и адекватного воздействия на его поведение [15].

В автореферате диссертации, Вартамян В.М., отмечает, что в проведенных ими исследованиях они «исходили из понимания эмпатии, как системного свойства, эмотивной идентификации, имеющей определенную структуру: рациональный, эмоциональный, интуитивный каналы, установки(способствующие/препятствующие эмпатии), проникающую способность идентификацию в эмпатии (А.А. Бодалев, В.В. Бойко, Г.В. Дьяконов, Л.В. Попова), а также 5 уровней выраженности: от очень высокого (патологическое проявление) до очень низкого (недоразвитие эмпатии) (Е.И. Рогов)» [22].

В своих исследованиях, которые были опубликованы в статье «Эмпатия: психологическая структура и механизмы реализации»,

Горбатова Е.А., отмечала гуманистическую природу эмпатии и выделила в структуре эмпатических способностей следующие самостоятельные компоненты: альтруистическая направленность; эмоциональная активность; широта эмоционального репертуара; адаптивная гибкость эмоций; коммуникативная толерантность; развитость экспрессии; наблюдательность; воображение; интуиция; способность к идентификации.

Если проанализировать эти компоненты по отдельности, то в них можно выделить общие черты, все они про искренний интерес к другому человеку, поскольку это позволяет включить чужие эмоции в систему своих ценностей. Это про бескорыстную деятельность, про собственную эмоциональную чувствительность, про доброжелательность и отзывчивость, которая позволяет почувствовать состояние другого человека.

Там же после теоретического обзора, Горбатова Е.А. приходит к выводу: «Можно констатировать, что на данный момент нет единой точки зрения на природу, структуру, формы выражения и механизм действия эмпатии. Мы видим в эмпатии способность личности воспринимать и понимать другого, эмоционально откликаться на переживания другого и реально содействовать ему» [28].

Каково бы не было определение эмпатии, но физиологическая основа ее формирования и проявления была открыта и подтверждена относительно недавно и это обосновывает, новый всплеск интереса к ней. На это повлияло открытие зеркальных нейронов и зеркальных нейросетей, которое было осуществлено в начале 1990-х годов итальянским нейробиологом Дж. Риццолатти. Открытие это основано на гипотезе perception-action (восприятие и действие). Это значит, что, когда мы наблюдаем за состоянием или действиями другого человека, у нас активны те же нейроны, которые были бы активны, если бы мы сами были в этом состоянии или совершали данное действие. Т.е. нейрофизиологический уровень подражания обусловлен группой клеток, расположенных в нескольких областях коры головного мозга, и развивающихся, вероятнее всего, с рождения [78].

Сама концепция зеркальных нейронов еще достаточно молода, и окружена множеством гипотез и допущений, ждущих своего доказательства или опровержения. Тем не менее, ее популярность позволила сделать существенный рывок в исследовании базовых механизмов работы мозга, стоящих за возможностью непосредственного понимания нами поведения и намерений других людей. В эти исследования были вовлечены такие явления и проблемы как: эмпатия; язык и речь человека; развитие социокультуры; аутизм и др. [112].

Учитывая, все это, мы выходим на понимание того, что физиологические основы для развития эмпатии заложены в природе человека, но те, социальные условия развития, в которые попадает человек, иногда могут препятствовать формированию этого бесценного человеческого качества. Важность развития эмпатии, основана на том, что она «...рассматривается как элемент целостной структуры личности и является центральным образованием, в котором представлен «сплав» установок и мотивов, выражающий отношение к людям. Эмпатия предполагает умение распознавать собственные чувства, а это бывает трудно» [72].

Трудно, может быть, как в межличностном общении, так и в осуществлении профессиональной деятельности, особенно, когда она лежит в поле «субъект-субъектных» отношений. К этой категории, относятся и работники культуры, в частности, сотрудники детских городских библиотек. В связи с этим, необходимо рассмотреть особенности формирования эмпатии у этой категории профессионалов, так как им, предстоит работать, учитывая, новые требования, предъявляемые временем.

1.2. Особенности формирования эмпатии у работников культуры

«Эмпатический способ общения с другой личностью имеет несколько граней. Он подразумевает вхождение в личный мир другого и пребывание в нем «как дома», он включает, постоянную чувствительность к меняющимся

переживаниям другого – к страху или гневу, или растроганности, или стеснению, одним словом, ко всему, что испытывает он или она. Это означает временную жизнь другой жизнью, деликатное пребывание в ней без оценивания и осуждения. Это означает улавливание того, что другой сам едва осознает. Но при этом отсутствуют попытки вскрыть совершенно неосознаваемые чувства, поскольку они могут оказаться травмирующими. Это включает сообщение ваших впечатлений о внутреннем мире другого, когда вы смотрите свежим и спокойным взглядом на те, его элементы, которые волнуют или пугают вашего собеседника. Это подразумевает частое обращение к другому для проверки своих впечатлений и внимательное прислушивание к получаемым ответам. Вы доверенное лицо для другого. Указывая на возможные смыслы переживаний другого, вы помогаете ему переживать более полно и конструктивно. Быть с другим таким способом означает, на некоторое время оставить в стороне свои точки зрения и ценности, чтобы войти в мир другого без предвзятости. В некотором смысле это означает, что вы оставляете в стороне свое «я». Это могут осуществить только люди, чувствующие себя достаточно безопасно в определенном смысле: они знают, что не потеряют себя в порой странном или причудливом мире другого и что смогут успешно вернуться в свой мир, когда захотят» [80].

Эта цитата, Роджерса, относится к работе психолога, но она как нельзя лучше, передает весь смысл человеческого общения, которое основано на искренней заинтересованности, в другом человеке и в желании поддержать и помочь ему. Можно расширить рамки этой цитаты и перенести ее в сферу деятельности, всех профессий, которые, так или иначе связаны с работой с людьми, особенно, если эти люди – дети. К такой категории относятся работники из сферы культуры, а именно, сотрудники детских городских библиотек.

Особенно остро, вопрос о формировании эмпатии встал тогда, когда, впервые, официально заговорили об инклюзии и о детях с ограниченными

возможностями здоровья. На первых порах, были предложены ряд нормативных документов, на законодательном уровне закреплены права и свободы детей с ограниченными возможностями здоровья, но на практическом уровне это не всегда давало положительный результат. Первые, к кому было обращено внимание, в связи с этим, стали учителя начальных классов. Выяснилось, что даже имея большой педагогический опыт, учителя испытывали трудности, связанные с взаимодействием, с детьми, разных нозологических групп. Но инклюзия возникла не вдруг, и дети с ограниченными возможностями здоровья были всегда, просто их не было в общеобразовательных школах.

Очень точно состояние учителей общеобразовательной практики было проанализировано Институтом проблем инклюзивного образования Московского государственного психолого-педагогического университета и представлено в интервью с директором института, С.В. Алехиной. В своем интервью, она отметила, что кроме методической и инструментальной неготовности, большую роль занимает психологическая неготовность учителей общеобразовательных школ обучать детей с ограниченными особенностями здоровья в обычных классах. Основная причина этой неготовности – страх и тревога вызванная неопределенностью, так как учителя ни в своей профессиональной деятельности, ни в жизни с подобными детьми не сталкивались [2].

На первое место ставится именно психологическая неготовность учителей общеобразовательных школ принять таких разных детей. Причем, принять не только в свою школу и класс как место обучения, а принять любого ребёнка на уровне своих личностных, человеческих качеств, чтобы помочь ему социализироваться в обществе и чувствовать себя равным среди равных [112].

Необходимые составляющие профессионализма учителя – это «...умение общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; владеть профессиональной установкой на оказание помощи

любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья» [70].

Это описание предполагает наличие у педагога такого личностного качества как эмпатия. Парадокс заключается в том, что страх и тревога, которые охватывают учителя, связаны с непонятностью и неопределенностью встречи, с чем-то, до этого неизвестным – с ребенком с ограниченными возможностями здоровья. И зачастую, именно встреча, с чем-то для нас доселе неизведанным, действительно, поселяет у каждого из нас тревогу.

Эмпатия способствует преодолению психологических барьеров. Эмпатийный педагог увидит в ученике, имеющем те или иные отклонения от общепринятой нормы развития, прежде всего личность, соавтора образовательного процесса. Эмпатия определяет уровень профессиональной деятельности учителя [38].

Мы уже говорили, ранее, про эмоциональный интеллект, составной частью которого является эмпатия. В своей книге «Преимущества EQ: Эмоциональная культура и ваш успех» Стивен Стайн и Говард Бук замечают, что «Только недавно общественные науки заинтересовались и плотно занялись эмоциональными сторонами личности и поведения, которые ранее считались неподдающимися идентификации, измерению и полному пониманию. Сейчас их все более признают решающими факторами эффективного функционирования и на работе, и в нашей личной жизни. Хорошие взаимоотношения и сотрудничество являются ключом к нашему успеху в каждой области человеческой деятельности, от развития взаимной привязанности между родителями и детьми и до умения менеджера раскрыть лучшие способности своих работников» [94].

Наше эффективное функционирование нарушается, когда все эмоциональное разнообразие заменяется, часто испытываемой тревогой и переживаниями за будущее. Эта тревога мешает проявляться тем,

личностным качествам, тем составляющим нашего эмоционального интеллекта, которые у нас есть, но доступ к ним, как будто закрыт. При внедрении новых стандартов наша система образования, как раз, столкнулась с тем, что тревога учителей была обоснована тем, что в устоявшуюся и привычную сферу деятельности, вдруг вторгалось, что-то незнакомое и пока, непонятное. Это требовало от учителей необходимости меняться, а меняться – это всегда трудно.

Работая в педагогическом колледже и занимаясь подготовкой учителей начальных классов, которым предстояло, выйдя за порог колледжа, столкнуться с новой реальностью и начинать свою профессиональную деятельность в системе «инклюзивного образования», нами с коллегами была разработана рабочая программа междисциплинарного курса МДК 01.10. «Теория и методика инклюзивного образования», в которой акцент был сделан на психологическую готовность будущих педагогов и на формирование способности командного взаимодействия. Не имея педагогического опыта, студентам легче было принять, те изменения, которые требовались от системы образования.

Иначе, дело обстояло, с учителями со стажем, на долю которых выпало первыми принять детей с ограниченными возможностями здоровья и окунуться в инклюзивное образование, которого, по сути, еще не было. Поэтому, в масштабах всей страны и нашим колледжем, в частности, для учителей были организованы курсы повышения квалификации, где помимо методов и приемов, работы с разными нозологическими группами, были даны техники адаптации учебных заданий, внедрены блоки, для снятия тревоги и актуализации эмпатии. Все это было вызвано необходимостью сделать так, чтобы снять с учителя тревогу, связанную с неопределенностью, чтобы учитель увидел не нозологию или диагноз, а ребенка, нуждающегося в помощи и поддержке.

«Мы – социальные создания. Наше выживание зависит от понимания действий, намерений и эмоций окружающих. Зеркальные нейроны помогают

нам постичь чужой разум не только через концептуальное рассуждение, но и с помощью прямого моделирования. Чувствуя, а не думая» – Дж. Риццолатти [78].

Ключевое слово – чувствуя. И это касается не только профессионального взаимодействия «учитель-ученик», это касается всех профессий, связанных с межличностным взаимодействием и это касается всей нашей жизни, так как именно через это и определяется психологический уровень качества нашей жизни, который дается нам именно в ощущениях. Однако, чаще случается, то, что вся система воспитания и образования, ориентируется на то, что ребенка вынуждают на протяжении всей жизни сдерживать и не проявлять свои чувства. А когда, мы утрачиваем связь, со своими чувствами, то мы утрачиваем связь с реальностью и тогда, на уровне нашего сознания начинают проявляться тревоги и страхи, пытающиеся заполнить пустоту, которая образовалась, как следствие, после анестезии наших чувств.

Внушает оптимизм то, что способность к эмпатии – это врожденная способность человека, значит, у нас есть возможность пробудить ее. Но если при благоприятном развитии у ребенка это качество формируется как будто само по себе, например, как речь, при общении с близкими, эмоционально наполненными людьми, то с взрослыми необходимо создавать дополнительные программы, которые бы позволили реанимировать эти чувства и дать возможность проявить эмпатию, по отношению к другим людям.

Сейчас, понятие «инклюзия» шагнуло за порог школы и оказалось, что права ребенка с ограниченными возможностями здоровья, не ограничиваются посещением ребенком обычной общеобразовательной школы, что он имеет право на все, тоже, самое, что и нейротипичный ребенок. И здесь, встает вопрос о психологической готовности людей, сфера профессиональной деятельности которых, связана с субъект-субъектными отношениями, к которым, самое прямое отношение имеют работники

культуры. Среди работников культуры, можно отдельно выделить работников детских городских библиотек, которые непосредственно взаимодействуют как с детьми, разного возраста, разного социального положения, разного состояния здоровья, так и с их родителями и учителями.

История профессии библиотекаря, уходит своими корнями вглубь, веков. Еще до нашей эры, при культовых, религиозных учреждениях возникали первые библиотеки и соответственно, первыми библиотекарями были жрецы. Прошло много веков, библиотека менялась постепенно, но за последние пять лет, начались стремительные изменения в библиотеке, как самого библиотечного пространства, так и людей, работающих в нем.

Современная библиотека – это не прежняя, тихая обитель с плотно стоящими стеллажами книг, с молчаливым читальным залом, с запахом старой бумаги и слегка приглушенным светом, где повсеместно царствует тишина. Сейчас, современная библиотека, это – культурный центр, где происходит много событий, где светло и уютно, где разнообразные локации, позволяют найти место любому ребенку по интересу и по душе. Где есть место современным технологиям, которые расширяют границы и позволяют совершать путешествия вне времени и пространства, делая невероятные открытия в мире книг. Сама атмосфера библиотеки задает контекст уважительного и добросердечного общения.

Когда мы говорим, про деятельность библиотекарей, то опираться необходимо на «Модельный стандарт деятельности общедоступной библиотеки», утверждённый в 2014 году Министром культуры РФ В.Р. Мединским в качестве рекомендаций органам государственной власти субъектов РФ и органам муниципальной власти.

Сейчас библиотеки «...изначально ориентированы не на фонды, не на книгу и чтение как таковое, а на целый комплекс жизненных, личностных и профессиональных потребностей и интересов людей...Иными словами, в центре внимания библиотек – человек (личность, индивидуальность), а книга и чтение - эффективные средства его формирования» [56].

Свое видение современного библиотекаря, в одном из своих выступлений представила Е.Ю. Ганиева, генеральный директор Всероссийской Государственной библиотеки иностранной литературы им. М.И. Рудомино: «Я ожидаю, что в библиотеке будут работать люди, которые хорошо понимают, что это за странная профессия. Ведь на самом деле это не только хранитель фонда. Это актёр, психолог, педагог, это какая-то новая специальность».

Конечно, при сложившихся обстоятельствах к современному библиотекарю предъявляются особые требования, касающиеся не только профессиональных компетенций, но и, что особенно важно, личностных, характерологических качеств. Он перестал быть просто наблюдателем, он становится активным участником, всего того, что происходит в библиотеке. Сегодняшние посетители библиотек готовы общаться с библиотекарем, который соответствует их представлениям о партнёре, об умном, участливом взрослом, который может подсказать, направить, приободрить, помочь и научить. Поэтому важны не просто умные, но ещё и дружелюбные, чуткие сотрудники, готовые учитывать в своей работе потребности приходящих к ним различных детей, в том числе, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Ирина Михнова, директор, одной из московских библиотек, в одном из своих интервью, сказала: «Мы все особенные: и вы, и я, и другие – каждый...мы не боремся с негативными проявлениями, а поддерживаем и развиваем позитивные...». И еще, она дала один «выстраданный» товарищеский совет – необходимо научиться улыбаться самим и научить улыбаться своих коллег, особенно тех, кто находится в постоянном контакте с людьми.

В «Руководстве для публичных библиотек России по библиотечному обслуживанию молодёжи» приведены некоторые общие для всех библиотечных специалистов умения и навыки: профессиональная квалификация; умение пользоваться техническими средствами; знание

особенностей целевых групп, уважение и терпимость; способность следить за изменениями в предпочтениях целевых групп и меняться самим; знание всех медиа и электронных ресурсов, которые находятся в сфере интересов целевых групп; умение наладить отношения с другими целевыми группами в зоне влияния библиотеки; умение защитить интересы пользователей; владение культурой партнёрских отношений; умение применять разные методы привлечения пользователей в библиотеку; умение работать в команде, наличие организаторских способностей; знание того, как защитить пользователя и выйти из критической ситуации [82].

А вот черты характера, способности, которыми должны обладать специалисты: честность, открытость, творческие способности, усидчивость, непредвзятость, самоконтроль, инициативность, готовность к сотрудничеству, умение принимать решения, коммуникабельность, хорошее владение собой, лояльность к чужому мнению, последовательность и ответственность, способность правильно оценивать ситуацию и организовывать обратную связь. Иными словами, помимо компетенций, необходимых для работы в рамках конкретной производственной функции или проектной деятельности, библиотечным специалистам, как и многим другим представителям смежных профессий, имеющим дело с людьми, необходимы некие сходные навыки и умения, свойства характера [56].

В современном обществе, личностные качества сотрудников, становятся в один ряд с профессиональными. Эмпатия, как личностное качество, не только облегчает и делает возможным эффективное профессиональное взаимодействие между людьми, она еще является профилактикой эмоционального выгорания.

В своей статье «Исследования в области практической психологии» Горбатова Е. А. сообщает, что «...довольно часто нарушение эмпатии бывает вызвано не природными факторами, а эмоциональным выгоранием. Это явление характерно для представителей профессий, сопряженных с постоянным общением... Причина эмоционального выгорания в соединении

хронической напряженной эмоциональной деятельности, дестабилизирующей организации труда и повышенной ответственности за исполнение своих функциональных обязанностей... логичнее искать причину нарушения эмпатии не в природных факторах, а в социальных и личностных» [28].

Юсупов И.М. высказался однозначно: «Психологическая подготовка представителей коммуникативных профессий (психологов, педагогов, актеров, врачей-терапевтов), ориентированная лишь на академические знания в области психологии, дает заведомо ущербный результат. Без приближения подготовки к сущности психики человека, включающей сознательные и подсознательные явления, без практического овладения такой психической реальностью как эмпатия, невозможно достижение полноценного взаимопонимания сторон коммуникативного взаимодействия» [116, с. 24].

И после проведенных им исследований сделал вывод, что «Эмпатийный потенциал личности... подвержен произвольной регуляции путем специально организованных тренингов» [116, с. 10].

Анализируя те изменения в обществе, которые неизменно влекут изменения в каждом из нас и затрагивают практически все профессии, включая библиотекарей, можно заметить, что изменения происходят и в библиотечной среде. Библиотеки стали разворачиваться в сторону социокультурных мероприятий, и сфера профессиональной деятельности библиотекарей неуклонно расширяется, поэтому, они должны постоянно учиться. Но, помимо новых знаний, им необходимо осуществлять личностную трансформацию, на развитие, тех качеств личности, которые помогут им в их многогранной профессиональной деятельности. Среди этих качеств, важным и определяющим является эмпатия.

Важным и необходимым условием реализации всего вышесказанного выступает организация пространства или среды, в которой будет происходить взаимодействие библиотекаря с посетителями, в том числе, с посетителями с ограниченными возможностями здоровья.

1.3. Понятие инклюзивная среда в современной психолого-педагогической литературе

Обратимся к понятию «среда» с точки зрения психологии и педагогики. В педагогическом терминологическом словаре, среда обозначается как окружающее человека социальное пространство (в целом – как макросреда, в конкретном смысле – как непосредственное социальное окружение, как микросреда); и как зона непосредственной активности индивида, его ближайшего развития и действия [63].

В современном словаре по педагогике понятие «среда» дается в самом общем смысле как совокупность условий, окружающих человека и взаимодействующих с ним как с организмом и личностью [43].

В большой психологической энциклопедии, среда - термин, который обычно подразумевает внешнюю среду обитания организма, хотя может применяться и для описания нашей внутренней (т. е. физиологической) среды. Он содержит в себе предпосылку о том, что определенная среда оказывает модифицирующее воздействие на организм. Таким образом, мы можем сказать, что некий организм является «продуктом своей среды» [16].

В словаре терминов по общей и социальной педагогике, среда – реальная действительность, в условиях которой происходит развитие человека; субстанция, которая в отличие от пустого, незаполненного пространства (вакуума) обладает определенными свойствами, влияющими на перенос взаимодействия между данными объектами [89].

Слово «среда», часто употребляется вместе с другими словами, и эти словосочетания становятся привычными. Например, «образовательная среда» как часть социокультурного пространства, зона взаимодействия образовательных систем, их элементов, образовательного материала и субъектов образовательных процессов. Образовательная среда также обладает большой мерой сложности, поскольку имеет несколько уровней – от федерального, регионального до основного своего первоэлемента –

образовательной среды конкретного учебного заведения и класса. Образовательная среда также создается индивидом, поскольку каждый развивается сообразно своим индивидуальным особенностям и создает свое собственное пространство вхождения в историю и культуру, свое видение ценностей и приоритетов познания. Поскольку всякое знание личностно, поскольку образовательная среда каждого есть, в конечном счете, особое, личностное пространство познания и развития [63].

Или, «культурная среда», то есть, среда обучения и жизнедеятельности ребенка, формируемая культурными компонентами содержания всех учебных курсов предметов; культурой собственной активной учебной и самообразовательной деятельности; мультикультурным пространством учебного заведения; культурой общения детей и взрослых, детско-подростковых объединений, культурой среды дополнительного образования [63].

Если же мы попытаемся в любом словаре сделать запрос на словосочетание «инклюзивная среда», то чаще всего, в виде ответа получаем словосочетание «инклюзивное образование» и это не удивительно, так как инклюзия в образовании у нас уже имеет, пусть небольшую, но историю и законодательно закреплено на всех уровнях власти.

Понятие «инклюзия» (англ. inclusion – включение), относительно новое, в российском обществе и обозначает процесс включения, вовлечения или вхождения во что-то, как часть целого. Впервые этот термин появился в системе образования в связи с внедрением новых стандартов для начальной школы, с введением которых для детей с ограниченными возможностями здоровья появилась возможность учиться в обычной общеобразовательной школе, но при создании специальных условий.

Инклюзивное образование – обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учётом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. Инклюзивное образование предполагает совместное обучение и доступность

качественного образования для всех на основе создания образовательного пространства, соответствующего различным потребностям всех детей. Инклюзивное образование – подход, который стремится развить методологию, в центре которого находится ребенок и его разнообразные образовательные потребности [49].

Последнее время стали много говорить о создании инклюзивного пространства и инклюзивной среды, но часто, это относится в основном к школе. Также, мы слышим про безбарьерную среду и это уже про доступность всех социальных объектов и городского пространства для людей с ограниченными возможностями здоровья, путем создания материально-технических объектов, которые бы эту безбарьерность обеспечили. Важность, сегодняшнего момента заключается в том, что современное толкование «инклюзивная среда», выходит за пределы школы, потому что невозможно создать инклюзивную среду, в отдельно взятом пространстве и понятие инклюзивная среда и инклюзивная культура не может ограничиться только сферой образования. Назрела необходимость формировать инклюзивную культуру во всем обществе и создавать инклюзивную среду повсеместно.

Наша работа как раз и посвящена тому, чтобы распространить опыт, наработанный в системе образования в сферу культуры, в частности городские детские библиотеки. Выше, мы уже описывали, что современные условия быстро меняющихся условий профессиональной деятельности взаимообусловлены меняющейся средой. Посмотрим, что такое библиотечное пространство или среда, с позиций современности, как оно преобразуется и перестраивается под потребности сегодняшних посетителей.

Мы, предлагаем рассмотреть понятие «инклюзивная среда», со всех сторон и расширить это представление, включив в него человеческий фактор.

Первые этапы модернизации библиотеки шли сложно, как с точки зрения трансформации самого пространства библиотеки, так и со стороны

трансформации сотрудников библиотеки, так как десятилетия наработанных библиотечных стереотипов не давали прорваться «свежему ветру перемен»

В одной из московских молодежных библиотек появился лозунг «Совместными усилиями создадим новый образ библиотеки - «пространства возможностей»», который и определил ее дальнейшее развитие. С точки зрения руководства и коллектива этой библиотеки, она «...существует для того, чтобы помогать человеку в его самообразовании, самопознании, самоидентификации и самореализации. Для этого нужно, чтобы библиотечные помещения соответствовали их представлениям о пространстве, в котором комфортно и привычно [56].

Высказывание Ирины Михновой, директора этой библиотеки звучит очень современно: «Для меня книга – не объект, вокруг которого надо крутиться, а средство познания жизни и определения своего места в ней. Вернуть можно тех, кто там был. А если молодёжь не читала, её можно только привлечь, приучить к процессу чтения. Чтобы приучить, нужно создать среду, которая бы способствовала, провоцировала потребность в чтении. Есть такой психологический механизм: человек формирует пространство, но и пространство формирует человека. Чем организованнее пространство, тем лучше люди самоорганизуются. Если пространство психологически правильно выстроено, люди уважают его» [56].

Данное высказывание влечет за собой дополнительные вопросы, а психологически правильно выстроенное пространство, это какое? Очень важно, чтобы обычные человеческие потребности могли быть удовлетворены в конкретном пространстве, конкретной среде – это как раз и будет включение или инклюзия всех посетителей библиотеки в одно доброжелательное пространство. Как раз библиотечную среду, можно сделать инклюзивной, так как она способна будет удовлетворить потребности и расширить комфорт посещения библиотеки, с точки зрения посетителей, у которых, как известно, могут быть разнообразные и особые потребности, от самых простых до более сложных.

В современных библиотеках, практически в каждой сейчас есть кулер. В некоторых современных библиотеках предусмотрены зоны отдыха и если человек, особенно, ребенок, устал, то он может отдохнуть, для этого в библиотеках есть мягкие пуфы, а в некоторых выдают даже пледы и подушки и тихое место, где можно вздремнуть. Доброжелательные сотрудники могут подсказать, где находится ближайшее кафе, где возможно перекусить.

Очень важен в библиотеке комфорт, с точки зрения безопасности, постоянный свод правил, минимум ограничений, понятная навигация по библиотеке. Грамотное зонирование пространства поможет обеспечить комфорт, практически всем посетителям. Обеспечение безопасности должно быть незаметно для пользователя. Важно, чтобы человек чувствовал себя спокойно, но при этом выполнение правил было естественно для него и не вызывало напряжения.

Библиотека, является той благоприятной средой, где может быть удовлетворена потребность в общении, возможность завязывать новые знакомства и поддерживать их. В библиотеке, проводятся разнообразные мероприятия, и у посетителей появляется возможность осуществлять совместную деятельность, участвуя в семинар, мастер-классах, играя в настольные игры и просто неформально общаясь, темы для разговора и общения в библиотеке всегда найдутся.

Когда в Москве проводили конкурс проектов современных библиотек, то для дизайнеров были предложены критерии, среди них выдели следующие: пространства библиотеки должны иметь решения, подчёркивающие общедоступный, открытый характер, привлекательный для посетителей; удовлетворение потребностей посетителей в комфортном пространстве, возможностях проведения досуга и площадке для реализации собственных инициатив; «безбарьерный» характер среды для маломобильных групп граждан и лиц с ограничениями по здоровью (слабовидящие, слепые) при использовании, как помещений, так и сервисов библиотек, наличие всей необходимой для этого инфраструктуры;

событийное наполнение библиотек в связке с планировкой пространства, с учётом потенциальной целевой аудитории и особенностей расположения в структуре города; дизайн интерьеров должен служить цели лёгкой навигации посетителей в помещениях библиотеки, иметь графические и планировочные решения для функциональных зон с учётом их назначения и удобства пользования; функциональное зонирование пространств библиотек должно обеспечивать комфортное пребывание для всех возрастных групп (дети, подростки, взрослые), а также учитывать шумовой и температурно-влажностный режимы помещений; планировка пространства должна носить характер многофункционального использования и учитывать необходимость трансформации пространства под различные цели. Это все, что касается организации функционального пространства и среды, но любое пространство создается людьми для людей

Одна из московских библиотек провела опрос посетителей, предложив им ответить всего на один вопрос «Библиотека – это...». Получив обратную связь, и обобщив высказывания, получилось, что для большинства «Библиотека – это место, где умнеешь, где тебя понимают, где встречаются и находятся друзья, где можно быть самим собой, где тебя покидают тревоги, где безопасно, где комфорт и уют». Вот такое определение можно предложить и для описания словосочетания «инклюзивная среда», то есть, это то, место, куда хочется вернуться, где тебя принимают, таким, какой ты есть, где встречаются единомышленники, где тебя готовы выслушать, поддержать и помочь.

В Красноярском крае, начиная с 2015 года идёт широкомасштабная реконструкция библиотек в соответствии с сетевым проектом «Городская библиотека». Эта реконструкция касается не только ремонта и дизайна помещения библиотек, она меняет подход к работе библиотек, начиная с графика работы и заканчивая внедрением современных форматов взаимодействия с читателями. Разрабатываются сетевые форматы, которые

будут распространяться, сохраняя исторически сложившиеся, индивидуальные особенности взрослых и детских библиотек города и края.

Для человека, который попадает в библиотеку, важно как он ощущает себя в этом пространстве и какие эмоции порождает эта среда, в которую, как правило, он приходит надолго. У каждого должна быть гарантия на свободный доступ к информации и человек должен быть уверен, что при необходимости его могут здесь научить работать с информацией. Всё это должно быть обеспечено не только ресурсами, технологиями, профессиональным персоналом, но и приспособленным для этого пространством (в котором, кстати говоря, и размещаются ресурсы, технологии и работает персонал). Библиотека должна быть физически доступна для посещения, чтобы с самого входа посетителям было комфортно, поэтому, обеспечение доступности помещений библиотеки происходит за счет учета интересов и возможностей лиц со специальными, особыми потребностями.

Библиотека, может оказывать помощь в социализации личности и адаптации к жизни в тех или иных средах, помощь в организации взаимодействия личности с обществом. И здесь должны отчётливо проявиться возможности библиотеки стать, наравне с образовательными, общественными, спортивными организациями, семьёй и т.д.

Библиотека, в современных условиях становится местом встреч и проведения досуга, люди соскучились по живому общению и, познакомившись в интернете, выводят своих виртуальных друзей в реальную жизнь, приглашая в библиотеку. Поскольку библиотека становится тем местом, которое умиротворяет и гармонизирует человека, обеспечивает ему ощущение безопасности и ассоциируется с местом, куда всегда хочется прийти – по любому поводу и даже, без него. Ранее, уже говорилось, что сначала человек формирует среду, затем среда воздействует на человека и предлагает свои правила поведения в ней.

Если говорить про детские библиотеки, ее целевыми группами являются дети. Их интересам и потребностям соответствует фонд библиотеки, определённым образом оформляется и организуется пространство библиотеки, ради них проводятся основные мероприятия. Но, последнее время, всё больше внимания уделяется родителям (подбирается литература, проводятся разного рода беседы, лекции и прочее), так как через родителей, происходит, как правило, взаимодействие библиотекаря с маленькими читателями. Поэтому, сотрудникам детских библиотек, необходимо научиться эффективно взаимодействовать не только с детьми, но и с сопровождающими их взрослыми [56].

В одном из своих интервью, генеральный директор Всероссийской Государственной библиотеки иностранной литературы им. М.И. Рудомино Е.Ю. Гениева сказала: «Изменения коснулись реорганизации библиотечного пространства. Если говорить библиотечным языком, мы максимально приблизили наш пятимиллионный фонд к читателю: сделали уголки чтения в нашем огромном читальном зале, изменили дислокацию отделов... За переорганизацией пространства последовала ещё одна вещь. ... стали расти показатели посещаемости... И это социокультурное действо. Интернет – отличное изобретение человечества, часто полезное, часто опасное. Но там отсутствует то, что есть и ценно именно в межличностном общении, – мы видим выражение глаз, мимику собеседников. И поэтому, жизнь и деятельность библиотеки подтверждает, что прямое общение – это смыслообразующая коммуникация. Видимо, это запрос времени, столь бурно развивающегося технически... великие слова Д.С. Лихачёва, которого современники недостаточно понимали, а сейчас его идеалистическую концепцию защиты прав культуры научными словами повторяет ЮНЕСКО: библиотека – это территория поиска смысла. Наверное, сегодня нам стоит задаться вопросом: что мы можем сделать для того, чтобы этот мир стал, хоть чуть-чуть лучше... полагаю, что в этом смысле библиотека как территория культуры становится чрезвычайно важной. Это, то место встречи,

которое, в общем, изменить нельзя. Это территория, которая может примирить страсти, политическую, этическую и нравственную рознь в силу своей генетической природы. Сюда может прийти каждый... Это место диалога. Мы хотим показать, что мир неделим с точки зрения культуры».

Лучше, наверное, и не скажешь, инклюзия – это не только включение детей с ограниченными возможностями здоровья в «наш» нормотипичный мир. Каждый ребенок, да и взрослый нуждается в принятии, в поддержке и сочувствии. Мир неделим с точки зрения культуры и если мы люди, то ценность каждого из нас очевидной становится для других. Мы все вместе в этом едином пространстве

Выводы по первой главе

1. Анализируя научную литературу и публикации, связанные с раскрытием понятия «эмпатия» и ее исследованием, мы убедились в важности этого личностного качества для успешной деятельности людей, профессии которых находятся в сфере «субъект-субъектных» отношений. Поскольку, эмпатия это ключевая эмоциональная способность, особое свойство человека, которое проявляется у него тогда, когда объектом эмоциональной восприимчивости становятся другие люди.

2. Развитие эмпатии в процессе профессионального становления специалиста происходит в деятельности, саморазвитии с усилением рефлексивных тенденций, с осознанием профессиональной принадлежности. Развитие эмпатии – это целенаправленный и длительный процесс, требует специального психолого-педагогического воздействия. Это, то личностное качество, развитие которого является необходимым для людей, работающих в сфере «субъект-субъектных» отношений, яркими представителями которых являются работники культуры, в частности, сотрудники детских городских библиотек.

3. Идея расширения инклюзивной среды давно рассматривается во всем мире, и она не может ограничиваться только системой образования, в которой чаще всего про нее говорят, а должна распространяться на все сферы нашей жизнедеятельности. Мы, предлагаем, рассматривать понятие «инклюзивная среда», со всех сторон и расширять это привычное представление, включив в него человеческий фактор. Инклюзивная среда может начинаться с конкретного места, с конкретной организации, но заканчиваться в ней, не должна. Она может начинаться с безбарьерного пространства, но зачастую барьером становится не столько отсутствие пандуса, сколько отсутствие человеческого участия. Наша задача расширять инклюзивную среду, как с точки зрения организационно-материальных составляющих, так и человеческого ресурса каждого из нас.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ЭМПАТИИ У РАБОТНИКОВ КУЛЬТУРЫ

2.1. Организация, методы и методики исследования

В предыдущей главе мы выяснили, что эмпатия – необходимое личностное качество для людей, работающих в системе «субъект-субъектных» отношений, и в том числе, для сотрудников детских библиотек. Для выявления уровня эмпатических способностей мы используем диагностику В.В. Бойко.

Так же мы выяснили, что стремительные изменения в обществе и постоянно увеличивающийся объем информации, создает определенную зону напряжения, которая проявляется у человека в виде тревоги и влияет на его самооценку, а, следовательно, на способность выстраивать гармоничные отношения и успешно осуществлять профессиональную деятельность. Для этого была использована методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера в модификации Ю.Л. Ханина.

Для проверки динамики изменений в процессе реализации программы была разработана анкета на способность определения собственных чувств и проведено анкетирование.

Так как диагностики проводились на рабочем месте, в присутствии администрации, то для получения искренних ответов и достоверности данных было принято решение проводить диагностику анонимно.

Исследование проводилось на базе Муниципального бюджетного учреждения культуры Централизованной библиотечной системы для детей им. Н. Островского. В исследовании приняли участие 100 сотрудников из детских библиотек г. Красноярска, в возрасте от 25 до 55 лет.

Цель эксперимента – выявление уровня развития эмпатии и выявление личностной тревожности сотрудников детских городских библиотек.

Задачи эксперимента:

1. Составление программы констатирующего эксперимента по проблеме исследования.

2. Проведение констатирующего эксперимента.

3. Анализ полученных результатов.

С целью исследования особенностей развития эмпатии у сотрудников детских городских библиотек в процессе осуществления их профессиональной деятельности нами были использованы следующие **диагностические методики:**

1. Групповое анкетирование

2. Методика диагностики самооценки Ч. Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина.

3. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.

1. Анкетирование

Метод группового анкетирования был выбран нами из-за своего удобства и возможности, формулировать вопросы, сообразно нашей цели исследования. Анкетирование - метод эмпирического исследования, основанный на опросе значительного числа респондентов и используемый для получения информации о типичности тех или иных психолого-педагогических явлений.

Этот метод дает возможность установить общие взгляды, мнения людей по тем или иным вопросам; выявить мотивацию их деятельности, систему отношений.

Анкетирование – метод опосредованного сбора информации в форме ответов на вопросы анкеты (опросного листа).

В основе анкетирования лежит специальный вопросник - анкета. Исходя из того, что анкета - это разработанный в соответствии с установленными правилами документ исследования, содержащий упорядоченный по содержанию и форме ряд вопросов.

При анкетировании целесообразно учитывать следующие основные требования:

- разъяснить перед началом опроса его цели и значение для результатов исследования;
- корректно ставить вопросы, так как это предполагает уважительное отношение к респондентам;
- оставлять возможность анонимных ответов;
- исключить возможность двусмысленного толкования вопросов и использования специальных терминов и иностранных слов, которые могут быть непонятны респондентам;
- следить за тем, чтобы в вопросе не предлагалось оценивать несколько фактов сразу или высказывать мнение о нескольких событиях одновременно;
- строить анкету по принципу: от более простых вопросов к более сложным;
- не увлекаться многословными, длинными вопросами;
- ставить вопросы линейным (каждый последующий вопрос развивает, конкретизирует предыдущий) [19, 44].

Разработанные нами анкеты, содержат по три вопроса, касающиеся выяснения, на момент анкетирования, эмоционального отношения респондентов к выбранной теме. Стимульный материал для проведения группового анкетирования представлен в виде анкет, для входной диагностики – Анкета 1 и для повторной диагностики – Анкета 2. (Приложение А, Б).

2. Методика диагностики реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина

Это группа личностных опросников, разработанных Ч.Д. Спилбергером в 1966 – 1973 годах. Согласно концепции Спилбергера, следует различать

тревогу как состояние и тревожность как свойство личности. Тревога – реакция на грозящую опасность, реальную или воображаемую, эмоциональное состояние диффузного безобъектного страха, характеризующееся неопределенным ощущением угрозы, в отличие от страха, который представляет собой реакцию на вполне определенную опасность. Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают. С точки зрения автора, существует возможность измерения различий между двумя упомянутыми видами психических проявлений, которые обозначаются A-state (тревога-состояние) и A-trait (тревога-черта), то есть, между временными, преходящими особенностями и относительно постоянным предрасположением. Понимание тревоги в теории Спилбергера определяется следующими положениями:

- ситуации, представляющие определенную угрозу или личностно значимые, вызывающие состояние тревоги. Субъективно тревога переживается как неприятное эмоциональное состояние различной интенсивности;

- интенсивность переживания тревоги пропорциональна степени угрозы или значимости причины переживаний. От этих факторов зависит деятельность переживания состояния тревоги;

- высоко тревожные индивиды воспринимают ситуации или обстоятельства, которые потенциально содержат возможность неудачи или угрозы, более интенсивно;

- ситуация тревоги сопровождается изменениями в поведении или же мобилизует защитные механизмы личности. Часто повторяющиеся стрессовые ситуации приводят к выработке типичных механизмов защиты.

Получил широкое распространение русскоязычный вариант STAI, который известен как «Шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина» (1976, 1978). Ю.Л. Ханин адаптировал,

модифицировал и стандартизировал методику, а также получил ориентировочные нормативы поуровневой выраженности тревожности: до 30 баллов – низкий уровень тревожности, от 31 до 44 – средний уровень тревожности и выше 46 баллов – высокий уровень тревожности.

Данный тест является надежным и информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека).

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации в состоянии тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушение тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами.

Но тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный и индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Шкала самооценки состоит из двух частей, отдельно оценивающих реактивную (РТ, высказывания №1 – 20) и личностную (ЛТ, высказывания № 21 – 40) тревожность. Стимульный материал «Бланк 1» – для диагностики реактивной тревожности и «Бланк 2» – для диагностики личностной тревожности (Приложение В, Г).

Показатели РТ и ЛТ подсчитываются по формулам. При интерпретации результат можно оценивать так: до 30 – низкая тревожность; 31-45 – умеренная тревожность; 46 и более – высокая тревожность.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к

появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе. Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Но иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя «в лучшем свете».

Цель данной диагностики, выявить, уровень реактивной и личностной тревожности участников программы. Высокий уровень тревожности как было описано выше, влияет на восприятие окружающей действительности и может существенно исказить ее [68].

3. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко предназначена для оценки умения сопереживать и понимать мысли и чувства другого. Эмпатия предполагает осмысленное представление внутреннего мира партнера по общению. Эмпатия возникает быстрее и легче в случае сходства поведенческих и эмоциональных реакций. В качестве особых форм эмпатии выделяют: – сопереживание – переживание собеседником тех же самых чувств, которые испытывает другой человек, ставя себя на его место; – сочувствие – переживание из-за чувств другого. Эмпатическая способность личности возрастает с ростом жизненного опыта. Различают три вида эмпатии: эмоциональную эмпатию, основанную на механизмах подражания поведению другого человека; когнитивную эмпатию, базирующуюся на интеллектуальных процессах (сравнение, аналогия и т.д.); предикативную эмпатию, проявляющуюся как способность человека предсказывать реакции другого в конкретных ситуациях.

Тест состоит из 36 утверждений, с которыми необходимо либо согласиться, либо нет и представлен в виде бланка (Приложение Д). Затем, подсчитывается число правильных ответов по каждой шкале, а затем определяется суммарная оценка. Оценки по каждой шкале могут варьировать от 0 до 6 баллов и указывают на значимость конкретного параметра в структуре эмпатии.

1. Рациональный канал эмпатии: +1, +7, -13, +19, +25, -31;
2. Эмоциональный канал эмпатии: -2, +8, -14, +20, -26, +32;
3. Интуитивный канал эмпатии: -3, +9, +15, +21, +27, -33;
4. Установки, способствующие эмпатии: +4, -10, -16, -22, -28, -34;
5. Проникающая способность в эмпатии: +5, -11, -17, -23, -29, -35;
6. Идентификация в эмпатии: +6, +12, +18, -24, +30, -36.

Анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии. В данной методике в структуре эмпатии различаются 6 тенденций (шкал).

Рациональный канал эмпатии характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека - на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет эмпатирующему непредвзято выявлять его сущность.

Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность эмпатирующего входить в одну эмоциональную "волну" с окружающими – сопереживать, соучаствовать. Эмоциональная отзывчивость в данном случае становится средством “вхождения” в энергетическое поле партнера. Понять его внутренний мир, прогнозировать поведение и эффективно воздействовать возможно только в том случае, если произошла эмоциональная подстройка к

эмпатируемому. Соучастие и сопереживание выполняют роль связующего звена, проводника от эмпатирующего к эмпатируемому и обратно.

Интуитивный канал эмпатии. Балльная оценка свидетельствует о способности человека видеть поведение партнеров, действовать в условиях нехватки объективной информации о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции формируются различные сведения о партнерах. Интуиция менее зависит от стереотипов, чем осмысленное понимание партнеров.

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно, облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов. Эффективность эмпатии снижается, если человек старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности, убедил себя спокойно относиться к переживаниям и проблемам окружающих. Подобные умонастроения резко ограничивают диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия. Напротив, различные каналы эмпатии действуют активнее и надежнее, если нет препятствий со стороны установок личности.

Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Каждый из нас своим поведением и отношением к партнерам способствует словесно эмоциональному обмену или препятствует ему. Расслабление партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности, неестественности, подозрительности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению.

Идентификация — еще одно неперемное условие успешной эмпатии. Это умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на место партнера. В основе идентификации легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию. Шкальные оценки выполняют вспомогательную роль и интерпретации основного показателя — уровня

эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться и пределах от 0 до 36 баллов.

Нормы теста Бойко на уровень эмпатии: 30 баллов и выше – очень высокий уровень эмпатии; 29-22 – средний; 21-15 – заниженный; менее 14 баллов – очень низкий [68].

2.2. Анализ результатов исследования

В проведенном исследовании мы использовали диагностики, которые были подобраны исходя из цели, которую мы ставили перед собой – определение уровня эмпатии у слушателей нашей программы. Но, прежде всего, нам предстояло выяснить, встречались ли они в своей профессиональной деятельности с детьми с ограниченными возможностями здоровья, какие чувства у них преобладают на данный момент, когда мы говорим про инклюзию и про детей с ограниченными особенностями здоровья и на сколько наши участники способны распознавать и вербализировать свои чувства.

Исходя из этого, нами для входной диагностики была предложена Анкета 1, целью которой являлось выяснить у сотрудников библиотеки, сталкивались ли они в своей профессиональной деятельности с детьми с ограниченными возможностями здоровья и какой опыт они извлекли. Так же, главной целью анкетирования было выяснение насущного эмоционального состояния участников программы, в отношении темы «инклюзии» и детей с ограниченными особенностями здоровья. Для достоверности результатов, было принято решение проводить анкетирование анонимно. Анкета была роздана всем участникам в распечатанном виде с предварительным пояснением о целях анкетирования.

Результат анкетирования показал, что из 100 человек, реально встречались с ребенком с ограниченными возможностями здоровья в своей

профессиональной деятельности, только 17 человек, но выстроить взаимодействие получилось не у всех. Основная трудность была связана с тем, что не понимали, как конкретно устанавливать контакт и выстраивать взаимодействие с этим ребенком. Респондентам, в количестве 15 человек, мешало чувство жалости к этим детям, им сложно было подходить к ним и выстраивать диалог. Для нас, как исследователей, наибольший интерес представлял вопрос, связанный с распознаванием и вербализацией своих чувств и звучал он следующим образом: «Какие чувства, эмоции Вы испытываете, когда слышите слова «инклюзия» и «дети с ограниченными возможностями здоровья»?» Предлагалось записать как минимум три чувства, которые возникли самыми первыми. Просьба была не оценивать эти чувства как плохие или хорошие, так как каждая наша эмоция это отклик на то, что с нами происходит. Как мы на это реагируем, что нам кажется нормальным, приемлемым и знакомым, либо наоборот. Время на ответы давалось достаточно, но наблюдая за респондентами, было заметно, что для некоторых возникла сложность и с распознаванием собственных чувств и с вербализацией этих чувств. Результаты анкетирования, для наглядности, представлены на рисунке 1.

Как видно из гистограммы, 46% (46 человек) на момент начала образовательной программы определили свои чувства как положительные. Если их сгруппировать и обобщить, то среди них, в основном, преобладали такие чувства как интерес и сочувствие.

У 40% (40 человек) чувства были определены как негативные с разными оттенками, но основными были: страх, тревога, растерянность и жалость, которую отметили большинство респондентов, даже если в их опыте прямого общения с такими детьми не происходило. Часто, люди бывают достаточно чувствительны в отношении к другим, оказавшимся в сложных жизненных обстоятельствах или испытывающие боль и страдание. Они считают, что жалость это приемлемое чувство, при подобных обстоятельствах, но жалость не способна дать силы тому, кого ты жалеешь.

Поэтому она не является жизнеутверждающей эмоцией, которой надо делиться и часто она оставляет бездейственным и того, кто эту жалость выказывает.

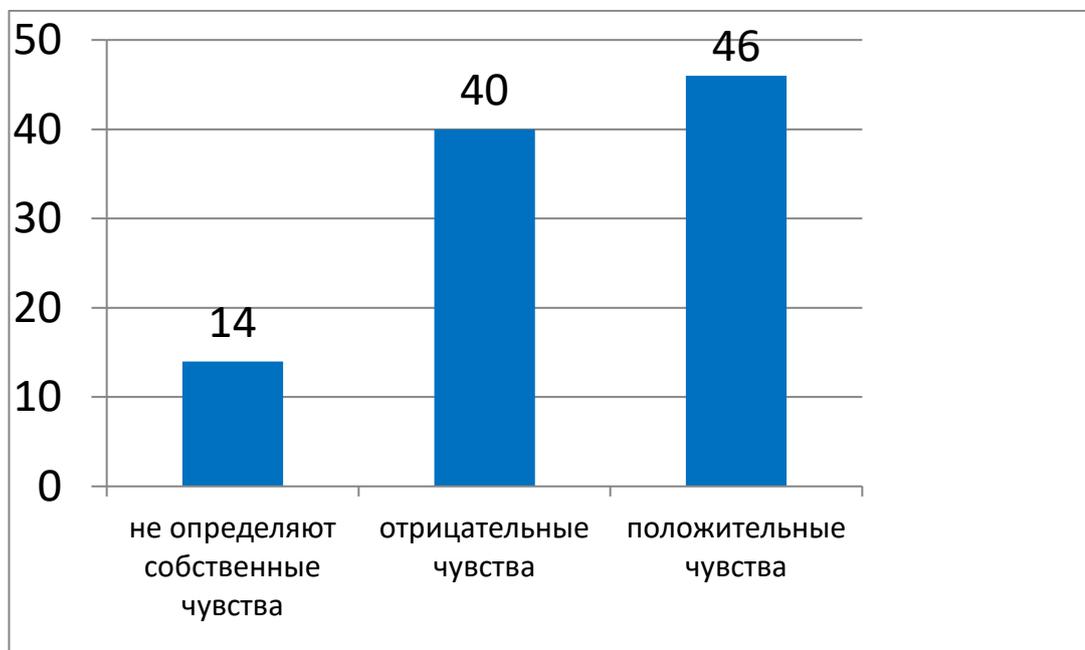


Рисунок 1 – Результаты изучения эмпатии работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методу анкетирования на определение собственных чувств

Остальные 14% (14 человек) не смогли определить свои чувства, хотя несколько раз, давая инструкцию, мы просили отразить в анкете именно чувства и эмоции. Оказалось, что для некоторых респондентов это вызвало реальные трудности. И их высказывания звучали следующим образом: «не знаю, что делать», «нагрузка на семью», «как он будет жить дальше», «неудобно», «непонятно», «облегчение, что не касается меня», «затрудняюсь ответить», «сумасшедшие дети», «неизвестность», «непредсказуемость», «еще не знаю, что это», «по-другому». То есть все высказывания касались их мыслей, то, что они думали по этому поводу, т.е. область чувств как будто закрыта для этих людей или они не могут распознать, те чувства, которые спрятаны где-то глубоко внутри.

Нами было принято решение объявить результаты анкетирования всем участникам до начала программы. Мы акцентировали внимание на том, что некоторым было трудно вербализировать свои чувства и предложили участникам высказать предположение, какими бы эти чувства могли быть. Не сразу, но путем наводящих вопросов, мы выяснили, что все эти мысли, так или иначе, вызывают тревогу и соответственно количество отрицательных эмоций выросло и достигло 54% (54 человек).

На протяжении всего времени написания программы мы изучали литературу по данному вопросу и знакомились с последними исследованиями по данной теме. Анализируя этот материал у нас возникло предположение, что на уровень эмпатии, может быть, зависим от уровня тревожности. Так как, если у человека повышен уровень личностной тревожности, то, как правило, он очень коррелирует с заниженной самооценкой. Заниженная самооценка говорит о том, что у человека не хватает внутренних ресурсов, чтобы справляться с жизненными ситуациями, а это, в свою очередь, не дает возможности проявиться эмпатии.

В связи с этим, нами была проведена диагностика на выявление уровня реактивной и личностной тревожности по методике Спилбергера-Ханина, результаты которой представлены на рисунке 2.

Анализ данных показал, что уровень реактивной (ситуативной) тревожности до начала программы, в среднем, составил 47 баллов, что соответствует высокому уровню тревожности. Скорее всего, это было связано с тем, что набор на программу, осуществлялся администрацией и желание сотрудников, в данных обстоятельствах не учитывался. Часть слушателей не понимали, зачем им эта информация, так как инклюзию, на тот момент, связывали только со школой.

Уровень личностной тревожности, в среднем, по группе составил 62 балла, что также определяется как высокий, но, в отличие от реактивной тревожности, которая может возникать ситуативно, личностная тревожность,

это устоявшееся качество личности, когда человек тревожится за будущее и видит вокруг много опасностей, но, зачастую, они таковыми не являются.

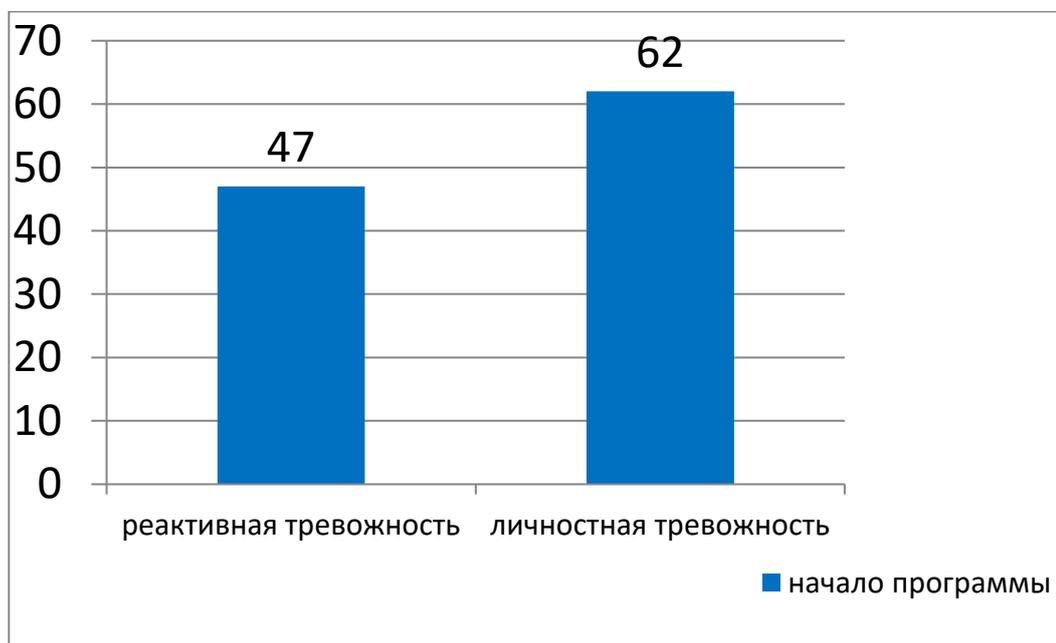


Рисунок 2 – Результаты изучения реактивной и личностной тревожности у работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методике Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина) на констатирующем этапе эксперимента

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко была выбрана, потому, что уровень эмпатических способностей определяется суммой результатов по 6 шкалам:

1. рациональный канал эмпатии;
2. Эмоциональный канал эмпатии;
3. Интуитивный канал эмпатии;
4. Установки, способствующие эмпатии;
5. Проникающая способность в эмпатии;
6. Идентификация в эмпатии.

Это дает возможность, увидеть какие шкалы имеют более высокий показатель, а какие более низкий. Количество баллов указывает на

значимость конкретного параметра в структуре эмпатии. Это позволяет в дальнейшем, корректировать программу и делать ее более гибкой. Интерес представляют результаты по каждой шкале отдельно, раскрывая особенности формирования и проявления эмпатии. Результаты диагностики отображены на рисунке 3.

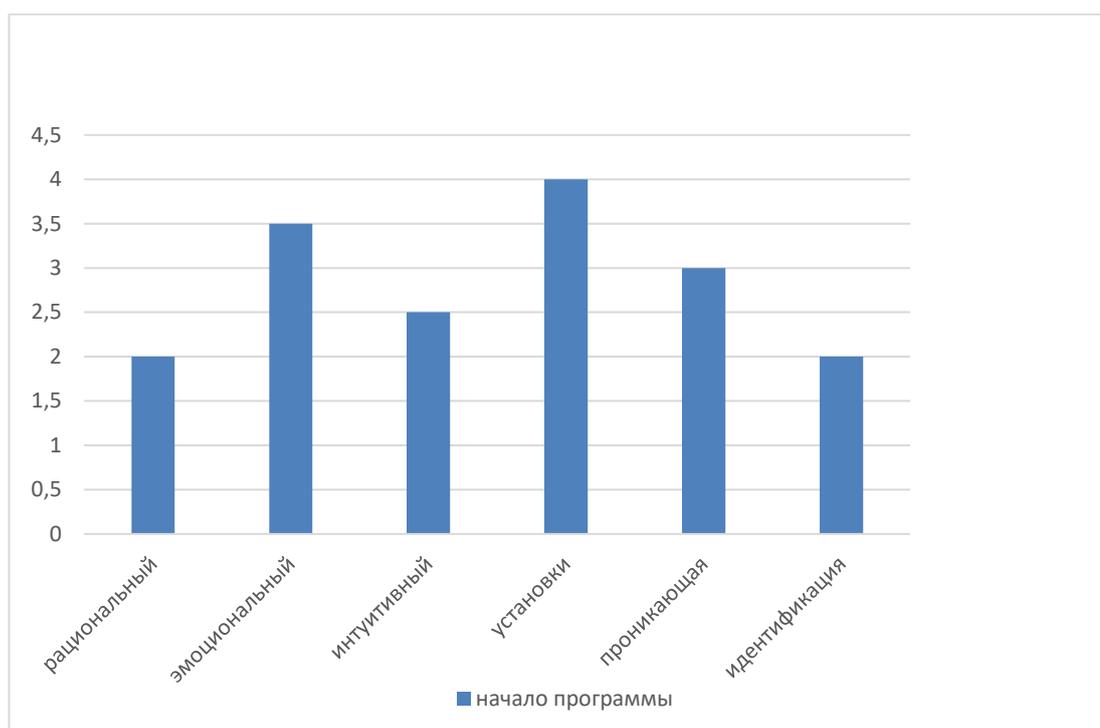


Рисунок 3 – Результаты изучения эмпатических способностей у работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методике «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко на констатирующем этапе эксперимента

Как было описано ранее, тест В.В. Бойко на определение уровня эмпатических способностей состоит из 6 шкал и оценки по каждой шкале указывают на значимость конкретного параметра в структуре эмпатии. Высокие уровни по всем шкалам дают, соответственно, высокий уровень эмпатических способностей, в целом.

Как видно из гистограммы наивысшие показатели имеют установки, способствующие эмпатии – 4 балла. Установки, способствующие эмпатии, позволяют человеку проявлять интерес к другой личности и быть равнодушным к переживаниям других людей. Если нет препятствий со стороны установок личности, то они способствуют эмпатическому восприятию другого человека.

За ними, по значимости, следует эмоциональный канал эмпатии – 3,5 балла. Это говорит о том, что респонденты, в основном, обладают эмоциональной отзывчивостью, а она выполняет связующую роль между людьми.

Однако, самые низкие показатели показали рациональный канал эмпатии и идентификация в эмпатии, по 2 балла каждая. Что характеризует невысокую направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека, и неумение понять другого на основе сопереживаний и неспособность поставить себя на место другого. В основе идентификации лежит легкость, подвижность и гибкость эмоций, а низкие показатели не дают этому проявиться в полной мере и человек не способен быстро реагировать на проявления эмоций партнеров по взаимодействию. Суммарный показатель по всем шести шкалам оказался невысоким и составил всего 17 баллов, что по диагностике уровня эмпатических способностей В.В. Бойко соответствует заниженному уровню.

Выводы по второй главе

1. Результаты анкетирования, которое было направлено на распознавание и вербализацию собственных чувств участников программы показали, что чуть меньше половины участников испытывают положительные чувства в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья и ориентированы на взаимодействие с ними, так как основные чувства, которые преобладали в этой группе участников, были интерес и сочувствие. Эти чувства являются хорошим основанием для выстраивания взаимодействия. Каждый седьмой участник не мог определиться с собственными чувствами и вербализовать их и поэтому, в своих ответах формулировали мысли, которые возникали как отклик на вопрос анкеты, но они носили тревожный, негативный характер. Остальные участники так же определили свои чувства как негативные и в основном, это был страх, тревога и жалость.

2. Следующая диагностика как раз и была подобрана на выявление уровня как реактивной, так и личностной тревожности. Результаты диагностики показали, что в среднем, по группе, действительно преобладал повышенный уровень тревожности. Анализируя повышенный уровень реактивной тревожности, мы предположили, что это, скорее всего, было связано с тем, что участники программы попали на обучение не по своему добровольному решению, а по решению администрации и на первых порах не понимали значимости этой программы для дальнейшей своей профессиональной деятельности. Если анализировать повышенный уровень личностной тревожности, то это уже сформировавшаяся черта личности, которая говорит о том, что человек либо переживает сложные моменты своей жизни и находится в трудных обстоятельствах, либо он принимает жизненные обстоятельства как трудные, но они таковыми не являются, просто человек не находит самостоятельно способов разрешить их. Так же, высокая тревожность, коррелирует с низким уровнем самооценки, что, в свою очередь, может снижать продуктивность

профессиональной деятельности и снижать эффективность межличностного взаимодействия.

3. Диагностика уровня эмпатических способностей по методике В.В. Бойко показала, что, в среднем, у участников программы оказался заниженный уровень эмпатических способностей. Но анализ результатов по шкалам показал, что установки, способствующие эмпатии, показали более высокие результаты, а это в свою очередь, свидетельствует о том, что большинство респондентов готовы проявлять интерес к другому человеку и не остаются равнодушными к переживаниям других людей. Так же большинство респондентов имеют лучшие показатели по эмоциональному каналу эмпатии, что свидетельствует о том, что они обладают эмоциональной отзывчивостью. Но низкие показатели по рациональному каналу говорят о том, что фокус внимания респондентов не обращен на другого человека, т.е. как будто его не видно, соответственно и восприятие этого другого становится как будто недоступным. Низкие показатели по идентификации в эмпатии свидетельствуют о том, что человек испытывает трудности в понимании другого. Эти трудности появляются потому, что человек не способен поставить себя на место другого. Все вместе взятое, как мы увидели, дает заниженный уровень эмпатических способностей.

ГЛАВА 3. РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ РАБОТНИКОВ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ИКЛЮЗИВНОЙ СРЕДЕ

3.1. Содержание программы развития эмпатии работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде

В быстро меняющемся мире, в ситуации все большей неопределенности возрастает необходимость наших внутренних изменений для решения все новых и новых задач. Тема инклюзии впервые прозвучала и некоторое время ассоциировалась только с системой образования, так или иначе, инклюзия в школе официально существует уже шестой год. Но оказалось, что инклюзии не может быть замкнута в рамках одной системы и опыт, полученный там, должен распространяться дальше, поэтому пришло время и наконец заговорили о том, что и другие сферы нашей жизнедеятельности тоже должны быть ей охвачены и это не может не радовать.

Так и произошло с нашей программой, которая изначально была разработана нами с целью подготовки будущих педагогов для работы в новых условиях инклюзивного образования. В сокращенном виде эта программа реализовывалась нами на курсах повышения квалификации для учителей общеобразовательных школ края и охватила около 400 участников.

В 2018 году к нам обратилась администрация Красноярской Библиотечной ассоциации с целью принять участие в реализации их проекта «Мир без барьеров», направленный на развитие инклюзивной культуры в обществе. Проектную деятельность планировалось проводить на базе Центральной детской библиотеки им. Н. Островского. Предполагалось, что работа по осуществлению этого проекта позволит преодолеть психологическую неготовность общества принять детей, имеющих отличия, создать условия для социализации детей с ОВЗ, чтобы они могли

почувствовать себя равными среди равных в кругу своих ровесников. Прохождение нашей программы позволит, впоследствии, сотрудникам детских библиотек быть не просто наблюдателями этого процесса, а стать активными его участниками. Для этого им тоже необходима помощь и поддержка, в том числе методическое сопровождение, которое готов был оказать наш педагогический колледж, обеспечив включенность в проект своих специалистов.

Красноярская Библиотечная ассоциация, при поддержке Красноярского педагогического колледжа N1 им. М. Горького, приняла участие в конкурсе на предоставление грантов Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества. Конкурс проводился в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации «Об обеспечении государственной поддержки некоммерческих неправительственных организаций, участвующих в развитии институтов гражданского общества, реализующих социально значимые проекты и проекты в сфере защиты прав и свобод человека и гражданина». Проект получил поддержку на столь высоком уровне и, впоследствии, был успешно реализован.

Наше участие в проекте заключалась в методическом сопровождении, в написании и реализации программы по развитию эмпатии, которую планировалось провести с сотрудниками детских городских библиотек. Нам предстояло на основе уже реализованной и эффективной программы для учителей, учитывая формат детской библиотеки и особенности профессиональной деятельности библиотекарей подготовить новую программу и продумать формат ее реализации. Единственное, что осталось неизменным – это гуманистическая парадигма, которой мы придерживаемся при реализации нашей профессиональной деятельности. Задачи, которые мы ставили перед собой – это приоткрыть «тайну» формирования психики человека, показать, что законы психики едины для всех. Отрыть для участников программы внутренний мир ребенка с ограниченными возможностями здоровья и показать, что он также необычен, как у каждого

из нас. Дать реальные инструменты, которые существуют, для того, чтобы иметь возможность помогать тем, кто в этом нуждается, с верой в то, что у них получится.

В предыдущих главах мы подробно рассматривали те изменения в библиотечной сфере, которые диктует нам нынешнее время, более того, чтобы им соответствовать, необходимо опережать события сегодняшнего дня, а не бежать за ними вдогонку. Изменяется не только пространство, в котором работают люди, изменяется привычный уклад, расширяются сферы деятельности и это все диктует необходимость меняться, самим сотрудникам. Тяга и способность к изменениям, заложена в самой природе человека, так как при любых обстоятельствах ему, прежде всего, необходимо выжить. Но если раньше, выживание, в прямом смысле, больше зависело от его физической формы, то сейчас, необходима трансформация сознания, расширение представления о себе, о людях, о мире, готовность меняться для того, чтобы внутренняя трансформация сделала успешной наше включение в реальную жизнь.

Программа для работников культуры не может и не должна повторять программу, предназначенную для учителей. Деятельность учителя строго регламентирована, а результаты работы официально закреплены и постоянно проверяемы. Библиотекарь, как представитель культурной сферы, выполняет, скорее просветительскую, социально-культурную функцию, от библиотекаря не требуют представить образовательный результат. У нас всех одна и та же цель – расширение инклюзивной среды и формирование инклюзивной культуры, но все мы по-своему вносим вклад в это благое дело. В конечном итоге, целевая аудитория, определяет способы, методы и формы подачи информации и поэтому важно, трансформировать программу, для конкретно аудитории, чтобы повысить эффективность ее реализации.

Ранее, уже говорилось, что наша программа явилась одной из составных частей проекта «Мир без барьеров», направленный на развитие инклюзивной культуры в обществе. И наша задача была в том, чтобы

подготовить программу развития эмпатии как необходимой составляющей инклюзивной культуры в рамках этого проекта, начав с самих сотрудников детских городских библиотек.

Реализация программы и сопутствующая ей входная и повторная диагностика проводились на базе Центральной детской библиотеки им. Н. Островского. В освоении программы приняли участие 100 библиотекарей, сотрудников детских библиотеке из разных районов города Красноярска. Для более эффективной работы, исходя из количества участников, было принято решение, распределить их на четыре группы, по 25 человек в каждой. Количество времени, которое отводилось на проведение программы, составило 30 академических часов, которые были распределены на пять занятий, по 6 академических часов каждое. Эти пять занятий проводились с интервалом в 1-3 дня, в течение двух недель и согласовывались с планом организации и с расписанием всех участников программы.

Целью программы было развитие эмпатии работников культуры (библиотекарей) для эффективного осуществления их профессиональной деятельности в инклюзивной среде.

Важным моментом явилось то, что занятия были организованы в библиотеке, и в процессе реализации программы была возможность моделировать различные жизненные ситуации непосредственно на их привычном рабочем месте, что придавало наибольшую реалистичность всему тому, что происходило в рамках, предусмотренных программой. Это были: интерактивные лекции, ролевые игры, групповые дискуссии, просмотр видео-кейсов и фильмов, тренинговые упражнения, обучение в деятельности, через выполнение специальных заданий, по теме программы. В отличие от программы, предназначенной для студентов и учителей, программа для сотрудников библиотеки подавалась, в неформальной, непринужденной форме и даже сложные теоретические положения, представлялись, в виде небольших блоков, а информация была оформлена в более популярной, просветительской форме. Иногда, приводились примеры на основе

школьного опыта и учителей, так как в сфере образования уже накоплен определенный опыт, но при обсуждении обязательно разворачивали слушателей на их сферу деятельности и их место работы. Это существенно облегчало восприятие и понимание материала людям, которые в силу своей профессии не сталкиваются ежедневно с подобной информацией.

Теоретические блоки были представлены участникам в виде презентаций, с последующим пояснением к слайдам. Видеоматериал, используемый в работе, показывался с внешнего носителя, чтобы не зависеть от непредвиденных обстоятельств. Раздаточный материал для занятий раздавался непосредственно во время занятия и представлен в приложении к магистерской работе.

Перед началом занятий совместно с Красноярской Библиотечной ассоциацией был составлен и напечатан информационно-методический сборник «Эмпатия как базовая составляющая формирования инклюзивной культуры в обществе». Упомянутый сборник был распространен по детским городским библиотекам под грифом ББК 78.37. [112].

Все занятия проходили в групповом формате и это было продиктовано целью нашей программы. Групповая работа одновременно решает три **основные задачи:**

- конкретно-познавательную, которая связана с непосредственным освоением теоретического материала;
- коммуникативно-развивающую, в процессе вырабатываются основные навыки общения внутри и за пределами данной группы;
- социально-ориентационную, воспитывающую и развивающую гражданские и личностные качества человека, необходимые для адекватной социализации индивида в сообществе.

Функции, необходимые для успешной деятельности:

- решение поставленных задач;
- оказание поддержки членам группы в ходе совместной деятельности.

Все вышеперечисленное легло в основу нашей программы. Ниже представлен план занятий в той последовательности, в которой реализовывалась программа развития эмпатии работников культуры.

План занятий

Занятие №1

Возрастная психология и еще, кое-что.

«Подводные камни» психики – как «не сесть на мель».

Правовая база – как «не заблудиться».

Инклюзия – что за «зверь»? - как не испугаться.

На занятии будут рассмотрены:

1. Знакомство и вводная часть с входной диагностикой.
2. Структура психики и ее связь с физиологией:
 - основные моменты развития психики;
 - физиологические основы формирования психики;
 - основные репрезентативные системы или наш способ познания мира;
 - особенности формирования детской психики в разные возрастные периоды;
 - влияние социальной среды на формирование психики ребенка.
3. Основные официальные документы разного уровня, закрепляющие права ребенка, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья.
4. Просмотр и анализ видео интервью с директором Института проблем инклюзивного образования при Московском психолого-педагогическом университете С.В. Алехиной, с групповым обсуждением про препятствия на пути реализации инклюзии и ресурсы, которые необходимы, чтобы эти препятствия преодолеть.
5. Презентация сказочной истории «Школа животных». Обсуждение, кто и как понял сказочную метафору и что происходит с индивидуальными особенностями каждого, если подходить ко всем с общими требованиями.

6. Просмотр фильма «Школа для всех» одного из серии документальных фильмов про Красноярский край проекта «Непотерянный рай» Красноярского телевидения. Обсуждение про обобщение ресурсов, как материально-технических, так и человеческих. Где взять и что делать, когда на всех не хватает.

7. Рефлексия дня.

Раздаточный материал для занятия №1 представлен в Приложение Е,

Занятие №2

Эмоциональная сфера человека.

Эмоции – основа жизни. Какой?

1. Отсроченная рефлексия предыдущего занятия, что осталось и что изменилось.

2. Базовые и вторичные (социальные) эмоции и их значение. В конечном счете, они определяют качество нашей жизни.

3. Просмотр документальных фильмов, с последующим обсуждением:

– «Как бабочка» – удивительная история про Прземека, необычного мальчика, с необычной судьбой. Фильм, который нужно «прожить», а не просто посмотреть;

– «О любви» – потрясающая и трогательная история, наполненная любовью, потому, что каждый достоин любви, даже, если он – не такой как все;

– «Пройди этот путь» – история про маленького мальчика, которому не суждено было ходить, но который достойно шел по дороге своей жизни;

– Ник Вуйчич – история становления личности, когда тела почти нет, но есть воля и вера, в то, что все получится и... все получилось!

– Пабло Пинеда – история о «глупом» мальчике с синдромом Дауна, который всех «перехитрил» и стал преподавателем ВУЗа.

4. После каждого фильма групповое обсуждение. Занятие, наполненное разнообразным спектром чувств и эмоций. Занятие, где есть возможность безопасно поделиться чувствами с другими участниками программы.

Занятие, где можно увидеть, что есть что-то, что объединяет всех этих людей, таких непохожих на других. Почему им удалось реализовать задуманное, хотя, изначально, у них было гораздо меньше шансов и больше барьеров, чем у каждого из нас.

5. Рефлексия дня.

Занятие №3

Психология общения.

Влиять или взаимодействовать? Решать Вам.

1. Отсроченная рефлексия предыдущего занятия, что осталось и что изменилось.

2. В формате тренинга будут предложены упражнения, моделирующие различные жизненные ситуации, с возможностью «встать на место другого» и обрести новый опыт ощущений, который был до этого недоступен:

- Упражнение «плохо-хорошо»;
- Упражнение «разговор по телефону»;
- Упражнение «вертушка»;
- Упражнение «колодец»;
- Упражнение «геометрические фигуры» и т.д.

3. После каждого упражнения обсуждение в кругу, про то, что чувствовали, про то, что думали и про то, как все это делалось. Если были сложности, то выясняем, что мешало и какие чувства, при этом испытывал.

4. Рефлексия дня.

Описание тренинговых упражнений к занятию №3 представлено в Приложении Ж.

Занятие №4

Эмпатия – основа экологических отношений.

Хочу, чтобы ребенок был ... (каким?).

1. Отсроченная рефлексия предыдущего занятия, что осталось и что изменилось.

2. Знакомство с невероятной историей Хелен Келлер и Анны Саливан. Или история о том, как помочь слепоглухонемому ребенку стать известным писателем и общественным деятелем, если у тебя, на момент первой встречи нет ни знаний, ни опыта, но есть, невероятное желание, эмпатия, наблюдательность и вера в неограниченные человеческие возможности.

3. Просмотр фрагментов фильма «Сотворившая чудо» (первый контакт, за обедом, «плохая-хорошая» девочка).

4. Узнаем про невербальные каналы общения и их влияние на выстраивание экологичных отношений.

5. В дополнение к фильму и теоретическому блоку, через выполнение тренинговых упражнений, прикоснемся к эмпатии – чувству, которое каждого из нас делает Человеком.

6. Просмотр фильма «Хористы», история, в которой показано, как важно, чтобы появился кто-то, когда ты практически «на дне» и протянул тебе руку. Как важно, когда все живут в темноте, чтобы появился кто-то и указал тебе дорогу к свету. И все это – благодаря внутренней чуткости и доброму сердцу.

7. Рефлексия дня.

Описание тренинговых упражнений к занятию №4 представлено в Приложении 3.

Занятие №5

Воспитание чувств.

Человек человеку друг? Миф или реальность.

1. Отсроченная рефлексия предыдущего занятия, что осталось и что изменилось.

2. Просмотр фильма «Я – Сэм» история, которая разрушает стереотипы и заставляет задуматься, что считать нормой и что значит быть «нормальным»? Через анализ и групповое обсуждение, появляется возможность взглянуть со стороны на себя, на ребенка и на взаимоотношения.

3. Рефлексия дня и программы.
4. Заключительная часть и повторная диагностика.
5. Обратная связь от участников программы.

Данная программа была проведена последовательно для четырех групп, каждая по 25 человек. В каждой группе были разновозрастные сотрудники и сотрудники с разным стажем работы. Все материалы программы были переданы желающим. Дополнительно к программе прилагался список книг, как научно-популярных, так и художественных, который соответствовал теме реализуемой программы, который находится в Приложение И.

3.2. Контрольный эксперимент и его анализ

После завершения программы развития эмпатии работников культуры, была проведена повторная диагностика теми же методами, что и первичная, а именно: групповое анкетирование; методика диагностики реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина; диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.

Для повторного анкетирования была разработана Анкета 2 (Приложение Б), в которой были заданы вопросы: «Узнали ли Вы что-то новое о детях с ограниченными возможностями здоровья?» и «Поменялось ли Ваше отношение к детям с ограниченными возможностями здоровья?». Практически все участники программы на этот вопрос ответили положительно и отметили, в своих высказываниях, что они увидели детей с ограниченными возможностями здоровья совершенно с другой стороны. Оказалось, что это просто дети и хотят они тоже, самое, что и обычные дети. Последний вопрос анкеты мы оставили прежним: «Опишите Ваши чувства, эмоции по отношению к детям с ограниченными возможностями здоровья на сегодняшний день?»

Результаты повторной диагностики на выявление собственных чувств представлены на рисунке 4.

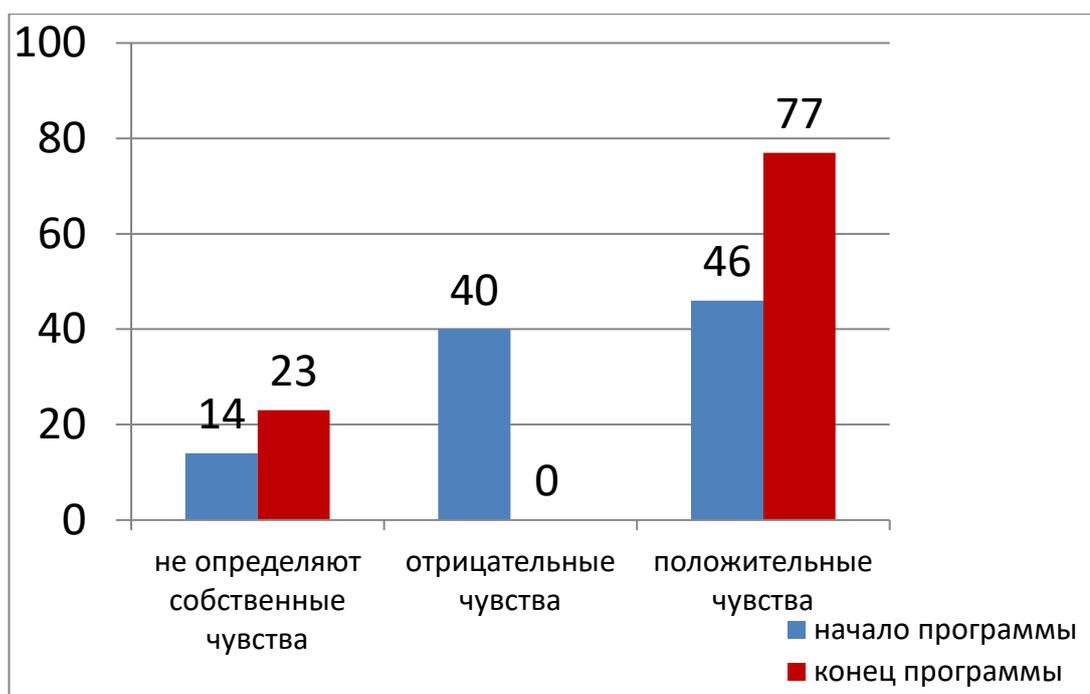


Рисунок 4 – Сравнительные результаты изучения эмпатии работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методу анкетирования на определение собственных чувств до и после реализации программы

Как видно из гистограммы рисунка 4, процент положительных высказываний увеличился и достиг 77%, против прежних 46%. К положительным чувствам, обозначенным на входном анкетировании как: «интерес» и «сочувствие», добавились такие как: «любовь», «симпатия», «уважение» и «принятие».

После повторного анкетирования отрицательных чувств не оказалось вообще, часть из них перешла в группу с положительными чувствами, а другая часть перешла и немного увеличила процент неопределившихся с собственными чувствами с 17 % до 23 %. Самое интересное, что в этой группе характер высказываний поменялся и стал носить конструктивный характер: «ощущаю глубину внутреннего мира ребенка», «нужны методы, чтобы работать», «появилось желание помочь».

После завершения программы, была проведена повторная диагностика на выявление уровня реактивной и личностной тревожности по методике Спилбергера-Ханина, результаты которой представлены на рисунке 5.

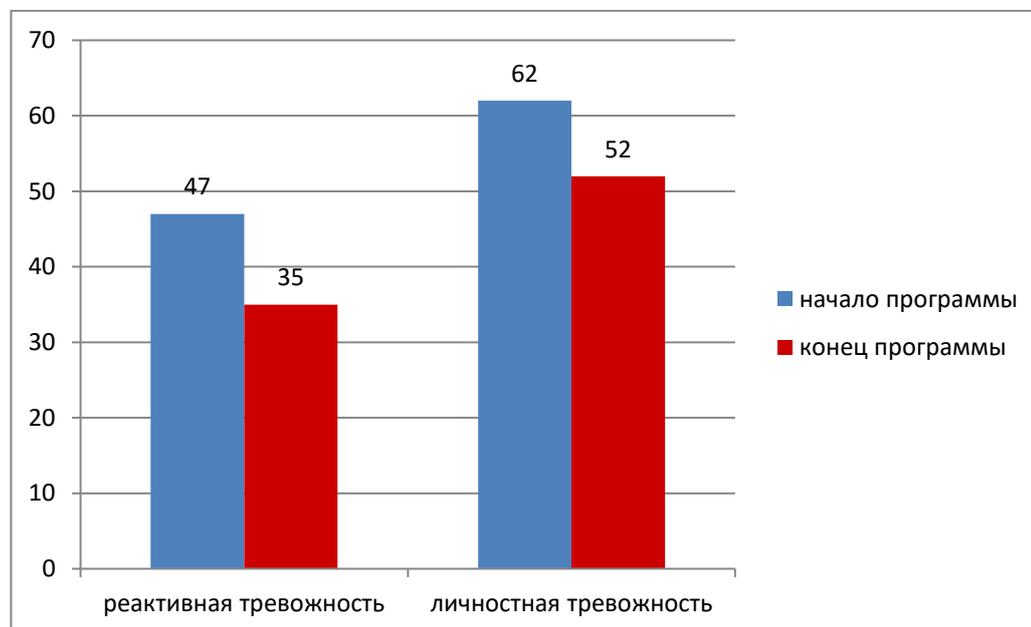


Рисунок 5 – Сравнительные результаты изучения реактивной и личностной тревожности у работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методике Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина) до и после реализации программы

Анализ данных показал (рисунок 5), что уровень реактивной (ситуативной) тревожности после завершения программы снизился и составил 35 баллов, что соответствует умеренному уровню тревожности. Скорее всего, это было связано с тем, что участники адаптировались к новым условиям участия в программе и прониклись положительной атмосферой, которая сопутствовала обучению. Уровень личностной тревожности после повторной диагностики в среднем по группе снизился и составил 52 балла, однако, также определяется как высокий.

Проведение повторной диагностики уровня эмпатических способностей по методике В. В. Бойко показала, что по всем 6 шкалам

уровни результатов стали выше. Результаты диагностики отображены на рисунке 6.

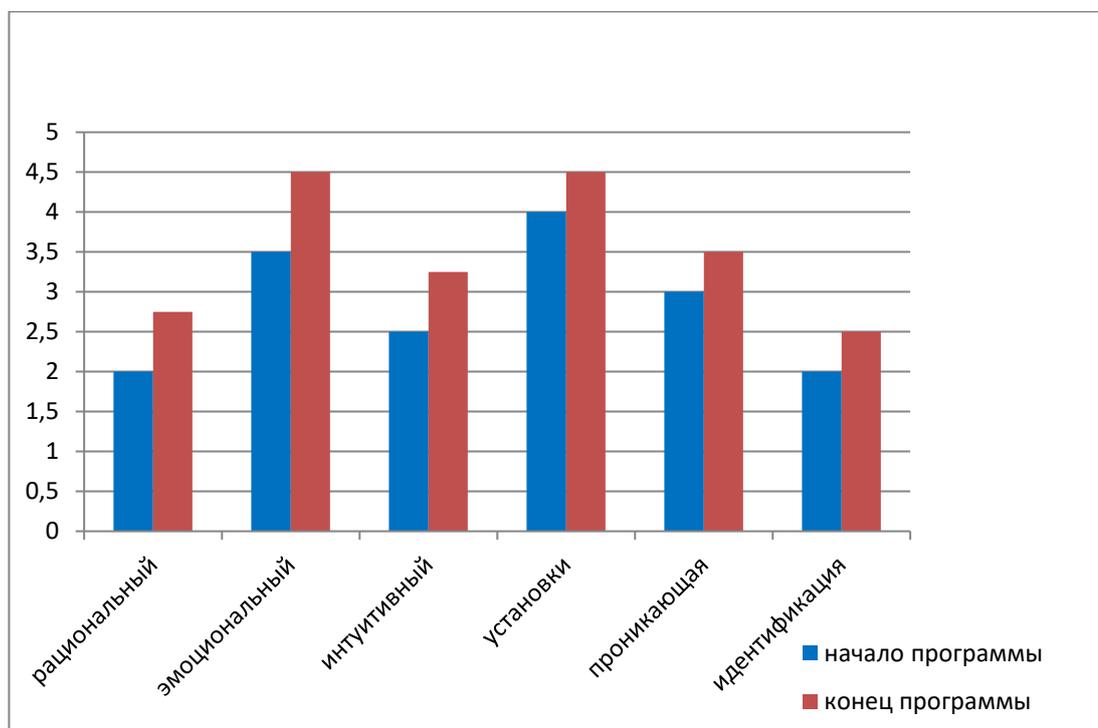


Рисунок 6 – Сравнительные результаты изучения эмпатических способностей у работников культуры для осуществления профессиональной деятельности в инклюзивной среде по методике «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко до и после реализации программы

Как видно из гистограммы рисунка 6, наивысшие показатели имеют эмоциональный канал эмпатии и установки, способствующие эмпатии по 4,5 балла каждый. Установки, способствующие эмпатии, позволяют человеку проявлять интерес к другой личности и быть равнодушным к переживаниям других людей. Если нет препятствий со стороны установок личности, то они способствуют эмпатическому восприятию другого человека и респонденты, в основном, обладают эмоциональной отзывчивостью, а она выполняет связующую роль между людьми.

Положительная динамика по всем шкалам эмпатических способностей влияет на повышение уровня эмпатии в целом. Суммарный показатель по всем шести шкалам составил всего 21 балл, что по диагностике уровня эмпатических способностей В.В. Бойко, так же, как и в первичной диагностике, соответствует заниженному уровню, но показатель сдвинулся к верхней границе, ближе к среднему значению.

Выводы по третьей главе

1. Сравнительные результаты анкетирования, которое было направлено на распознавание и вербализацию собственных чувств участников программы показали, что на момент окончания программы не осталось ни одного участника, у которого бы были отрицательные чувства в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья. На момент окончания программы увеличилось количество участников с положительными чувствами и эмоциями, более того, их спектр значительно расширился. Наряду с «интересом» и «сочувствием» появились: «любовь», «симпатия», «уважение» и «принятие» и это благоприятная почва для развития эмпатии и выстраивания гармоничных, дружественных отношений. Несколько увеличилось количество участников, которые не смогли вербализовать свои чувства, но характер и содержание мыслей, которые они высказывали поменялся: «ощущаю глубину внутреннего мира ребенка», «нужны методы, чтобы работать», «появилось желание помочь». Это может свидетельствовать о том, что люди избавились от негативных, тревожных чувств в отношении детей с ограниченными возможностями здоровья, но еще не успели определить те чувства, которые у них случились. Но важно то, что они видят перспективу своих действий и они носят созидательный характер.

2. Сравнительный анализ результатов, полученных по методике Спилбергера-Ханина, показал, что уровень реактивной тревожности снизился с высокого на умеренный. На наш взгляд, участники группы адаптировались к участию в программе, этому способствовала атмосфера доброжелательности, которая достаточно быстро сформировалась в группе, подача материала, который был обращен к чувствам и понимание значимости полученной информации для своей профессиональной деятельности. Уровень личностной тревожности, в целом, по группе снизился, но остался в пределах повышенного уровня. Личностная тревожность – достаточно устойчивая характеристика человека и требует

специальной психокоррекции и более длительного времени для ее проработки, а это не вписывалось в цели и условия проведения нашей программы.

3. Сравнительная диагностика уровня эмпатических способностей по методике В.В. Бойко дает нам возможность увидеть, что, в целом, показатели по всем шкалам эмпатических способностей имеют положительную динамику. Это, в свою очередь, дает оптимистичный прогноз на повышение уровня эмпатии в целом. Суммарный показатель по всем шести шкалам стал выше, но не вышел за пределы заниженного уровня, хотя сдвинулся к верхнему краю, на границу со средним уровнем. У участников программы укрепились установки, способствующие эмпатии, это говорит о том, что они равнодушны к переживаниям других людей, то есть, они способны к эмпатическому восприятию другого человека и обладают эмоциональной отзывчивостью. Однако, фокус внимания респондентов на другого человека остается недостаточным, что может быть обусловлено личностной тревожностью, когда человек находится в своих внутренних переживаниях. Эти же причины могут создавать трудности в реализации способности поставить себя на место другого, чтобы этого другого почувствовать. Все это усложняет возможность реализации эмпатических способностей в целом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современные условия стремительно меняющейся жизни создают предпосылки для изменения каждого из нас. Социальная ситуация постепенно разворачивается в сторону человека, все больше социальных институтов провозглашают гуманистическую концепцию ведущей для будущего человечества. В современном информационном обществе главным достоянием становится человек во всем многообразии его индивидуальных особенностей. Но принимая эти индивидуальные особенности, необходимо научиться взаимодействовать с ними, поскольку через это взаимодействие у нас появляется шанс для собственного развития, а это – бесконечный процесс.

Несомненно, что в век тотальной цифровизации профессиональные качества имеют важное значение. Но необходимо помнить, что весь технический прогресс создается человеком, ради человека, что качество нашего взаимодействия создает условия для развития личностных качеств, партнера по взаимодействию, а это дает нам возможность тоже личностно расти. В природе человека заложен целый спектр эмпатических способностей, человек вообще очень способный от рождения, но разовьются эти способности или нет, зависит от многих обстоятельств.

Пока ребенок маленький он не может ничего с этими обстоятельствами сделать, особенно если этот ребенок с ограниченными возможностями здоровья. И тогда на помощь ему приходят взрослые и это не только родители. Важно, чтобы люди, профессиональная сфера которых лежит в «субъект-субъектных» отношениях, были достаточно осознанны, чтобы понимать собственные дефициты и находить способы устранять их. Библиотекари — это как раз те взрослые, которые могут оказать влияние на развитие ребенка, на расширение его возможностей. Инклюзивной среда – это та территория, в которой есть условия, благодаря которым, развитие сможет произойти, и она раздвигает свои границы. Важно, чтобы эта

территория не оставалась замкнутым пространством, за которым инклюзия заканчивается, а, следовательно, заканчивается возможность развиваться.

Отношение к ребенку в библиотеке отличается от отношения в школе тем, что от ребенка не требуют результата, ему не ставят оценки, не сравнивают с другими. В библиотеке все ориентировано на познание мира, на знакомство с тем, что еще находится в сфере непознанного и от этого становится захватывающим и интересным. И, чтобы этот интерес не пропал, рядом должен быть увлеченный, равнодушный взрослый, который отправится вместе с ребенком в это увлекательное путешествие. «Неподдельный искренний интерес к другой личности как таковой, к ее субъектной реальности – основная предпосылка глубокой эмпатии» - это цитата из статьи В.В. Бойко «Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других» [15].

Так просто, всего лишь искренний интерес. Но почему же так сложно этому интересу проявиться? И у нас есть ответ на этот вопрос, и есть инструмент для его решения. Но, чтобы этот инструмент сработал, необходима самая малость, чтобы у каждого из нас появился интерес к себе самому, к тем чувствам, которые мы часто закрываем не только от других, но и от самого себя. Способность к эмпатии – врожденная и наша ответственность перед детьми в том, чтобы не утратить ее с годами и помочь им ее развить.

Наша программа была разработана с опорой на теоретические знания в области психологии и педагогики, на те научно-исследовательские работы эмпатии, которые многократно увеличились за последние десять лет и это говорит в пользу актуальности нашей работы.

Программа, в рамках нашей магистерской диссертации, была проведена в четырех группах, по 25 человек в каждой. Для подтверждения эффективности это было важно, так как программа «обкатывалась» четыре раза, с разным набором участников и по факту имела похожие результаты, которые в обобщенном виде отражены в соответствующих главах. По

окончанию программы мы наблюдали явное улучшение эмоционального состояния участников, что также было подтверждено диагностиками. Однако, мы задумались над тем, как можно было бы организовать такой формат сопровождения участников программы, чтобы поддерживать их в дальнейшем. Нам не известно насколько долго может сохраняться результат, полученный после прохождения программы, будет ли он устойчив, когда участники вернуться к своим привычным делам и заботам.

Но на момент окончания программы обратная связь, полученная от участников, показывает, что они иначе стали относиться к детям с ограниченными возможностями здоровья, которые изначально вызывали у них тревогу. Таким образом, первый шаг к развитию эмпатии случился, значит, инклюзивная среда, пусть немного, но расширилась и расширилась инклюзивная культура, которая стала выходить за порог школы, с нашей помощью.

Уже после реализации нашей программы, в проекте «Мир без барьеров», мы были приглашены администрацией детской библиотеки им. С. Михалкова, победителя конкурса «Создание центра культурных коммуникаций на базе детской библиотеки». По запросу директора библиотеки, мы приняли участие в организации коммуникационной площадки для мигрантов (детей и родителей), проживающих в Кировском районе г. Красноярска, проведя с сотрудниками библиотеки коммуникативный тренинг на основе нашей программы и оказалось, что эмпатия – это универсальное качество человека, которое преодолевает все барьеры.

Фрагменты этой же программы легли в основу мастер-классов, которые были представлены нами на Международных фестивалях инклюзивных практик в 2019 году в Грузии и Армении. Мастер-классы были ориентированы на родителей детей с ограниченными возможностями здоровья с целью показать им как важно их эмпатическое участие в развитии собственного ребенка и как хрупок наш внутренний мир, в котором не

должно быть места страха, потому что он съедает все наши ресурсы. Положительные отзывы родителей были услышаны организаторами фестивалей, и к нам поступил запрос на организацию серии дистанционных просветительских встреч для родителей, которые мы планируем осуществить в ближайшем будущем.

Как видно из вышесказанного, наша программа достаточно эффективна, вариативна и построена таким образом, что может быть реализована под разные целевые аудитории, в разных форматах и в различных временных режимах. Инклюзивная среда - это общество, в котором каждому есть место, где тебя понимают, сочувствуют и поддерживают. Где понятие «инклюзивная культура» - не просто слова, а жизненная позиция. Это образ мыслей, чувств и действий не про «мы» и «они», а про нас всех вместе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алаева, М.В. Эмпатия как один из инструментов понимания психического состояния другого человека // Вестник Мордовского университета. 2011. № 2. С. 102-105.
2. Алехина, С.В. Интервью [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://yandex.ru/video/search?filmId=7657695991730041355&text>
3. Алехин, А. Н. Индивидуальные отношения. Теория и практика эмпатии[Текст] : монография / А. Н. Алехин, А. В. Курпатов. - Олма Медиа Групп, 2007.
4. Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекознания / Б.Г. Ананьев. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.
5. Андреева, Г.М. Эмоциональные компоненты социального познания / Г.М. Андреева // Мир психологии. - 2002. - № 4. - С. 11- 21.
6. Астафурова Н.Г. Экспериментальное исследование синдрома эмоционального выгорания у лиц с высоким творческим потенциалом Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 2(84) – 2012.
7. Ахмедзянова, А.Э. Актуализация эмпатии личности средствами кинотренинга (на примере студентов гуманитарного профиля) //диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Казан. (Приволж.) федер. ун-т. Казань, 2011.
8. Ахрямкина, Т. А. Формирование эмпатии студентов в процессе обучения в педагогическом вузе: Диссертация канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / Т. А. Ахрямкина. – Самара, 2003.
9. Басова, А.Г. Понятие эмпатии в отечественной и зарубежной психологии//Молодой ученый. 2012. № 8. С. 254-256.
10. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 211 с.

11. Битянова, М.Р. Социальная психология. / М.Р. Битянова. – М.: Эксмо-пресс, 2001. - 576 с.
12. Богдан, Н.Н. Специальная психология / Н.Н. Богдан, М.М. Могильная, ред. Л.И. Александрова. - Владивосток: Изд-во ВГУЭС, 2013. – 220 с.
13. Бодалев, А.А. Психология общения. Избр. психолог. труды / А.А. Бодалев. – М. – Воронеж, 1996. – 255 с.
14. Бодалев, А.А. Проблемы гуманизации межличностного общения и основные направления их психологического изучения [Текст] /А. А. Бодалев // Вопросы психологии. – 1989. – № 6. – С. 74-80.
15. Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других М: Информационно-изд. дом "Филинь", 1996. – 472 с.
16. Большая психологическая энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rus-big-psyho.slovaronline.com/>
17. Большой психологический словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psychological.slovaronline.com/2081-ЕМПАТИЯ>
18. Бомбицкий, Ю. Г. Изучение эмпатии в психолого-педагогических экспериментальных исследованиях [Текст] // Актуальные проблемы психологического знания: Сб. науч. трудов. 2006, вып. 1.
19. Бондаренко А. Г. Социологическое исследование: методика опроса / А.Г. Бондаренко // Учеб. пособие ВолгГТУ, – Волгоград, 2006 – 64 с.
20. Василькова, А. П. Эмпатия как один из специфических критериев профессиональной пригодности будущих специалистов-медиков: диссертация канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / А. П. Василькова. – СПб., 1998.
21. Вартамян В.М. Эмпатия как ключевой фактор успешной профессиональной деятельности психолога / В.М. Вартамян // Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы. Вып. 4. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. – С. 67-73.

22. Вартамян В.М. Эмпатия в структуре индивидуально-психотипологических особенностей личности: диссертация канд. психол. наук. – Ставрополь, 2007. – 172 с.
23. Василюк Ф.Е. Семиотика и техника эмпатии // Вопросы психологии. 2007. № 2. С. 3-14.
24. Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система: диссертация докт. психол. наук. – М., 2007. – 407 с.
25. Гаврилова, Т.П. Эмпатия как специфический способ познания человека человеком // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. Краснодар, 1975. С. 17-19.
26. Головина, А.А. Развитие эмпатического общения психолога с клиентом: диссертация канд. психол. наук. – Тамбов, 2004. – 202 с.
27. Гиппенрейтер, Ю.Б. Феномен конгруэнтной эмпатии [Текст] / Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. Д. Карягина, Е. Н. Козлова // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 62-67.
28. Горбатова, Е.А. Исследования в области практической психологии сборник [Текст] // Ученые записки СПб ГИПСР Выпуск 1. Том 21. - 2014. - С. 23-29.
29. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; М.: АСТ; Владимир: ВКТ, 2009. - 478 с.
30. Даудова, Д.М. Эмпатия как механизм профессионального саморазвития будущих педагогов: диссертация канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / Д. М. Даудова. – Махачкала, 2005. – 155 с.
31. Долгова В. И., Мельник Е. В., Петрова Н. М. Феномен эмпатии в психологических исследованиях // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 86–90. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm>
32. Долгова В.И., Мельник Е.В. Эмпатия / Монография. – М. Издательство «Перо», 2014. – 185 с.

33. Долгова В. И., Мельник Е. В., Петрова Н. М. Феномен эмпатии в психологических исследованиях // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 86–90. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95524.htm>
34. Елеференко, И.О. Подготовка специалистов социометрических профессий с учётом рациональности эмпатии [Текст] // Фундаментальные исследования. – 2010. – № 12 – С. 11-19.
35. Зеер, Э.Ф. Психология профессий / Э.Ф. Зеер. - М.: Академия, 2003. - 320 с.
36. Знаков, В.В. Понимание в познании и общении / В.В. Знаков. – Самара: СамГПУ, 2000. – 188 с.
37. Исследование взаимосвязи эмоционального выгорания и эмпатии педагога // Т.И. Александрова, Е.М. Суслов // Сборник научных трудов: «Мотивация и рефлексия личности: теория и практика» - 2018. С. 41-44.
38. Калюжный, А.А. Психология формирования имиджа учителя [Текст] / А.А. Калюжный. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 222 с.
39. Карягина, Т.Д. Эволюция понятия «эмпатия» в психологии: дисс. ...канд. психол. наук. – Москва: 2013. – 175 с.
40. Карягина, Т.Д., Иванова, А.В. Эмпатия как способность: структура и развитие в ходе обучения психологическому консультированию // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 4 (79). С. 182-207.
41. Климов Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – Воронеж НПО «МОДЭК»; Издательство «Институт практической психологии», 1996. – 180 с.
42. Козина, А.В. Процесс эмпатии как эмоциональный фон педагогического общения / А.В. Козина // Материалы VII региональной научно-технической конференции «Вузовская наука – Северо-Кавказскому региону». – Ставрополь: СевКавГТУ, 2003. С. 123-128.

43. Краткий педагогический словарь / Под ред. Г.М. Андреевой и др. – М., 2005. – С. 68.
44. Кулаков А.П. Измерение в социологии: учебное пособие-Новосиб. гос. архитектур.-строит. ун-т. - Новосибирск: НГАСУ (Сибстрин), 2005. - 124 с.
45. Кузьмина, В.П. Эмпатия как условие развития способности к социально-перцептивному предвидению у студентов // учебное пособие для студентов вузов / Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф. образования "Вятский гос. гуманитарный ун-т". Киров, 2012.
46. Лабунская В А. Интерпретация невербального поведения в межличностном общении; Дис.... д-ра психол. наук. М., 1989.
47. Липпс, Теодор Руководство к психологии / [Теодор Липпс]; Пер. с нем. М.А. Лихарева. – Санкт-Петербург: О.Н. Попова, 1907. - 394, IV с.; 20. <https://dlib.rsl.ru/viewer/01003741624#>
48. Лопсан, Ч.И. Социально-психологические условия формирования эмпатии социального педагога в учебно-воспитательном процессе в вузе: Дис. ...канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / Ч. И. Лопсан. – М., 2003. - 193 с.
49. Макарьев, И.С. Краткий словарь системы понятий инклюзивного образования: терминологический словарь. – СПб.,: СПб ГБ ПОУ «Охтинский колледж», 2015. – 84 с.
50. Малофеев, Н.Н. Инклюзивное образование в контексте современной социальной политики [Текст] / Н.Н. Малофеев // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития: методический и практический журнал № 6, 2009. – С. 3 – 8.
51. Марасанов, Г. И. Социально-психологический тренинг / Г.И. Марасанов. – М.: «Совершенство», 1998. – 208 с.
52. Марков, С.В. «Эдвард Титченер – Основатель структурной психологии» [Текст] [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://geniusrevive.com/edvard-titchener-osnovatel-strukturnoj-psihologii/>

53. Маслоу, А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2008 г. – 352 с.
54. Медведева, И.А., Байбародских, О.С. Роль тренера при развитии способности к эмпатии в ходе социально-психологического тренинга // Вестник Шадринского государственного педагогического института. 2010. № 4 (9). С. 159-162.
55. Митчелл, Д. Эффективные педагогические технологии специального и инклюзивного образования // Стратегии командного сотрудничества в реализации инклюзивной практики образования: сб. материалов РООИ «Перспектива». – СПб., 2008.
56. Михнова, И., Пурник, А. Эффективная библиотека: как обустроить библиотеку и сделать ее нужной людям // Практическое руководство / Российская государственная библиотека для молодежи – М., 2018 – 426 с.
57. Мозговая, Н. А. Формирование педагогической установки учителя на эмпатию во взаимодействии с учащимися: Дис. ...канд. педагогич. наук / Н. А. Мозговая. – Москва, 2000. – 274 с.
58. Морозов, В.Л., Васильева, А.Г. Невербальный слух и эмпатия // Труды Ин-та психологии РАН. 1995. Сер. 1. № 2. С. 253—260.
59. Мошинская, Р.В. Этапы реализации развития эмпатии будущих педагогов профессионального обучения в вузе // Обучение и воспитание: методика и практика. 2012. № 1. С. 327-331.
60. Обозов, Н.Н. Межличностные отношения / Н.Н. Обозов. – Л.: Изд-во Ленинградского ун-та, 1979. – 151 с.
61. Орлов, А. Б. Феномены эмпатии и конгруэнтности [Текст] / А. Б. Орлов, М. А. Хазанова // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 68-73.
62. Пашукова, Т.И., Троицкая, Е.А. Механизмы и функции эмпатии // Вестник Московского государственного лингвистического университета. 2010. № 586. С. 197-209.
63. Педагогический терминологический словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://gufo.me/dict/pedagogy_terms/

64. Петровская, Л.А. Активные методы социально-психологического воздействия на коммуникативные процессы / Л.А. Петровская Л.А., Г.М. Андреева, Я. Яноушек // Общение и оптимизация совместной деятельности. – М.: Изд-во МГУ, 1987. С. 74-85.
65. Полякова, О.Б. Эмпатия как фактор предупреждения профессиональных деформаций психологов и педагогов // Alma mater (Вестник высшей школы). 2011. № 3. С. 50-54.
66. Пономарева, М.А. Психологическая диагностика личности: теория и практика / М.А. Пономарева. – Минск: Изд-во Гречева, 2008. – 240 с.
67. Практика формирования педагогической эмпатии как базовой составляющей инклюзивной культуры / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Специальное образование XXI века: от ранней помощи до профессиональной подготовки: сб. науч. тр. / отв. ред. Л. М. Кобрина. – СПб.: ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2020. – С. 161 – 166.
68. Практическая психодиагностика: методики и тесты. / Под ред. Райгородского Д.Я. // Бахрах-М Самара, 2015 – С. 672.
69. Профессиональная подготовка педагогов для реализации инклюзивного образования / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Сборник материалов VI Всероссийской научно-практической конференции «Инновационная деятельность педагога в условиях реализации образовательных и профессиональных стандартов», 2018. С. 37 – 41.
70. Профессиональный стандарт Педагог [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.zakonprost.ru/article/317>
71. Психологическая готовность учителя к индивидуализации обучения в современном образовательном пространстве / Е.И. Буева, Л.С. Максимова // Сборник материалов III Межрегиональной конференции «Вариативные формы образования для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных организациях: опыт и перспективы развития», г. Белгород, 2018. С. 114 – 120.

72. Психологическая готовность учителя к работе в современном образовательном пространстве / Е.И. Буюева, Л.С. Максимова // Сборник материалов Второй всероссийской научно-практической конференции с международным участием: Социальная психология в образовательном пространстве, г. Москва, 24 – 25 октября 2017. – М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2017. – С. 294 - 296.

73. Психологические тесты [Текст] / под. ред. А.А. Карелина: в 2 т. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Т. 2. – 248 с.

74. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко и Б.Г. Мещерякова. – 2-е изд. – М.: АСТ, 2004.

75. Психотерапевтическая энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_psychotherapeutic/

76. Развитие инклюзивного образования: сборник материалов [Текст] / сост. Ю. Симонова, С. Прушинский, М.: РОИ «Перспектива», 2007. – С. 15-22.

77. Ратнер, Ф.Л. Интегрированное обучение детей с ограниченными возможностями в обществе здоровых детей [Текст] / Ф.Л. Ратнер, А.Ю. Юсупова. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006. – 175 с.

78. Риццолатти, Д., Синигалья, К., Зеркала в мозге: о механизмах совместного действия и сопереживания / Пер. с англ. О. А. Кураковой, М. В. Фаликман. – М.: Языки славянских культур, 2012. – 208 с.

79. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека: пер с англ. / К. Роджерс, общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной. – М.: Изд-во Прогресс, 1994. – 278 с.

80. Роджерс, К. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984.

81. Рубинштейн, С.Я. О переживаниях... [Текст] // Психология личности: Хрестоматия. В 2-х т / Д.Я. Райгородский. – Самара, 2006.

82. Руководство для публичных библиотек России по обслуживанию молодёжи / Рос. библ. ассоц. – Санкт-Петербург: Российская национальная библиотека, 2012 – 48 с.

83. Руководство по инклюзии: обеспечение доступа к образованию для всех [Текст] / ред. М. Перфильева, Владимир: ООО «Транзит-ИКС». 2009. – 62 с.

84. Салдеева, В.В. Эмпатия как профессионально значимое качества педагога // сборник материалов III Международной научно-практической конференции: Новое слово в науке: стратегии развития. Редколлегия: О.Н. Широков [и др.] – 2017. С. 79-81.

85. Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2003. – 208 с.

86. Сизикова, М. В. Эмпатия как личностная черта и профессиональное качество психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности: диссертация на соискание учёной степени кандидата психологических наук: Дис. ...канд. психол. наук [Электронный ресурс Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики»] / М. В. Сизикова. – Москва, 2018. – 165 с.

87. Скляр, Н. А. Психолого-акмеологические условия формирования профессионально-педагогической эмпатии у будущих специалистов по физической культуре и спорту: Дис. ...канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / Н. А. Скляр. – Кострома, 2005. – 232 с.

88. Словарь практического психолога [Текст] / сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1998. – 800 с.

89. Словарь терминов по общей и социальной педагогике [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rus-general-social-pedagog-terms.slovaronline.com/>

90. Смольянинова, Е.Ф. Развитие эмпатии как фактора профессиональной мобильности // Актуальные проблемы психологического знания. 2010. № 4. С. 114-121.

91. Современная модель образования, ориентированная на решение задач инновационного развития экономики до 2020 года [Электронный ресурс] // www.info.ru.

92. Солодкова, Т. И. Эмоциональный интеллект как личностный ресурс преодоления синдрома выгорания и его развитие у педагогов: Дис. ...канд. психол. наук [Электронный ресурс] код доступа: <https://www.dissercat.com/content/emotsionalnyi-intellekt-kak-lichnostnyi-resurs-preodoleniya-sindroma-vygoraniya-i-ego-razvit>

93. Специальная педагогика [Текст] / под ред. Н.М. Назаровой. – М.: Академия ИЦ – 2007. – 352 с.

94. Стайн, С., Бук Г., Преимущества EQ: Эмоциональная культура и ваш успех [Электронный ресурс] код доступа: <http://lib.ru/DPEOPLE/eq.txt>

95. Степанов, С.С. Электронный журнал «Школьный психолог». 2002. №21. [Электронный ресурс] код доступа: <https://psy.1sept.ru/topic.php?TopicID=29>

96. Структура показателей эмпатии во взаимосвязи с личностными характеристиками будущих педагогов инклюзивного образования // Е.В. Мельник, Т.В. Киселева // Научные труды Республиканского института высшей школы – 2018. № 18-2. С. 238-246.

97. Сухарева, Г.Е. Стойкие психические нарушения в отдалённом периоде органических поражений головного мозга [Текст] / Г.Е. Сухарева // Хрестоматия под ред. В.М. Астапов, Ю.В. Микадзе, 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – С. 196 – 207.

98. Троицкая Е.А. Концепция эмпатии в зарубежной психологии конца XX - начала XXI века // Вестник Московского государственного лингвистического университета. 2011. № 613. С. 52-64.

99. Тюлин, М.Ю. Эмпатия как важнейшее качество педагога в искусстве внутренних трансформаций субъектов образования // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2013. № 2. С. 51-56.

100. Формирование инклюзивной культуры как необходимая составляющая подготовки учителя в современной образовательной реальности / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // сборник материалов всероссийской научно-практической конференции: Системно-деятельностный подход в педагогическом образовании: опыт реализации и перспективы развития». – Белгород: Тип. «Принт-Мастер», 2018. - Часть 2. – 408 С. 185 – 187.

101. Формирование педагогической эмпатии как основа духовно-нравственной позиции будущего учителя / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // Сборник материалов Межрегиональной научно-практической конференции «XIX Красноярские краевые рождественские образовательные чтения "Молодёжь: свобода и ответственность", Красноярск, 2019.

102. Формирование у будущих педагогов эмпатии как профессионального качества / Е.В. Карпова, С.И. Коптева, Ярославский педагогический вестник. 2019. № 2 (107). С. 114-121.

103. Формирование эмпатии как базовой составляющей инклюзивной культуры: исследование и анализ / Л.С. Максимова, Е.И. Родоманская // сборник: Актуальные проблемы развития инклюзивных сообществ на постсоветском пространстве, 2019.

104. Хьелл, Л. Теории личности. Основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2012. - 608 с.

105. Чистохина, А.В. Психолого-педагогические условия становления готовности педагогов к инклюзивному образованию: магистерская дисс. – Красноярск, 2020.

106. Шакуров, Р.Х. Психология эмоций: новый подход / Р.Х. Шакуров // Мир психологии. – 2002. – № 4. – С. 30-44.

107. Шамухаметова, Е.С. Эмпатия как основа эмоциональной чувственности человека // Европейский журнал социальных наук. 2012. № 9-2 (25). С. 292-298.

108. Щербакова, Н. А. Развитие эмпатических способностей студентов-психологов средствами художественной литературы: Дис. ...канд. психол. наук [Электронный ресурс Государственной универсальной научной библиотеки Красноярского края] / Н. А. Щербакова. – Курск, 2003. – 201 с.

109. Шибутани, Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – Ростов н/Д: Феникс, 1999. – 544 с.

110. Эльконин, Д.Б. Детская психология: Учебное пособие / Д.Б. Эльконин. – 4-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 384 с.

111. Эмоциональное выгорание педагогов школы в зависимости от особенностей проявления у них эмпатии // О.В. Лысевская, К.В. Варыханова К.В. // Молодежный вестник ИрГТУ. 2016. № 3. С. 15.

112. Эмпатия как базовая составляющая инклюзивной культуры // информационно – методический сборник / Красноярская библиотечная ассоциация, Централизованная библиотечная система для детей имени Н. Островского, КГБПОУ «Красноярский педагогический колледж № 1 им. М. Горького». – Красноярск: 2018. – 41 с.

113. Эмпатия как основа педагогической деятельности // О.В. Гостеева О.В. // сборник статей Международной научно-методической конференции: Проблемы управления качеством образования – 2018. С. 90-93.

114. Эмпатия как профессионально значимое личностное качество педагогов / И.Н. Иванова, Т.И. Аврамова // Межвузовский сборник научных трудов: Приоритетные направления развития гуманитарных и экономических наук, Воронежский институт (филиал) автономной некоммерческой организации высшего образования Московского гуманитарно-экономического университета (АНО ВО МГЭУ); науч. ред. Д.Н. Литвинов. Воронеж, 2017. С. 81-84.

115. Эмпатия как профессионально значимое личностное качество педагогов // И.Н. Иванова, Т.И. Аврамова // сборник научных статей VII Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием: Медико-биологические и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни. 2018. С. 200-202.

116. Юсупов, И.М. Психология эмпатии: Теоретические и прикладные аспекты: Дис..... д-ра психол. наук. СПб., 1995.

АНКЕТА 2

Анкета анонимная, пожалуйста, отвечайте на вопросы развернуто и искренне

1. Узнали ли Вы что-то новое о детях с ограниченными возможностями здоровья?

2. Поменялось ли Ваше отношение к детям с ограниченными возможностями здоровья?

3. Опишите Ваши чувства, эмоции по отношению к детям с ограниченными возможностями здоровья на сегодняшний день?

Спасибо за сотрудничество!

Бланк 1

Методика диагностики реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

Инструкция: прочитайте каждое из приведенных предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

Бланк 1. Шкала реактивной тревожности (РТ)

№	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжённости	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбуждён, и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Бланк 2

Методика диагностики реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина

Инструкция: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Бланк 2. Шкала личной тревожности (ЛТ)

№пп	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
21	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Я чувствую себя незащищенным	1	2	3	4
34	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я бываю доволен	1	2	3	4
37	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Методика диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко

Инструкция: Оцените, свойственны ли вам следующие особенности, согласны ли вы с утверждениями (ответ "да" или "нет").

1. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.
2. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.
3. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.
4. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев.
5. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.
6. Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу» в новом человеке.
7. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете.
8. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
9. Моя интуиция - более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.
10. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности - бестактно.
11. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.
12. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.
13. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.
14. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.
15. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.
16. В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.
17. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.
18. Мне легко удается копировать интонацию, мимику людей, подражая им.
19. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.
20. Чужой смех обычно заражает меня.
21. Часто, действуя наугад, я, тем не менее, нахожу правильный подход к человеку.
22. Плакать от счастья глупо.
23. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.
24. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.
25. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.
26. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.
27. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, «разложив по полочкам».
28. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.
29. Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.
30. У меня творческая натура - поэтическая, художественная, артистичная.
31. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.
32. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.
33. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.
34. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.
35. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.
36. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей

Репрезентативные системы

Отличительные признаки	Визуальный тип	Аудиальный тип	Кинестетический тип
Способ получения информации	Посредством зрения – благодаря использованию наглядных пособий или непосредственно наблюдая за тем, как выполняются соответствующие действия	Посредством слуха – в процессе разговора, чтения вслух, спора или обмена мнениями со своими собеседниками	Посредством активных движений скелетных мышц – участвуя в подвижных играх и занятиях, экспериментируя, исследуя окружающий мир, при условии, что тело постоянно находится в движении
Восприятие окружающего мира	Восприимчивы к видимой стороне окружающего мира; испытывают жгучую потребность в том, чтобы мир вокруг них выглядел красиво; легко отвлекаются и впадают в беспокойство при виде беспорядка	Испытывают потребность в непрерывной слуховой стимуляции, а когда вокруг тихо, начинают издавать различные звуки – мурлычат себе под нос, свистят или сами с собой разговаривают, но только не тогда, когда они заняты учебой, потому что в эти минуты им необходима тишина; в противном случае им приходится отключаться от раздражающего шума, который исходит от других людей	Привыкли к тому, что вокруг них кипит деятельность; им необходим простор для движения; их внимание всегда приковано к движущимся объектам; зачастую их отвлекает и раздражает, когда другие люди не могут усидеть на месте, однако им самим необходимо постоянно двигаться
На что обращают внимание при общении с людьми	На лицо человека, его одежду и внешность	На имя и фамилию человека, звук его голоса, манеру его речи и сказанные им слова	На то, как другой себя ведет; что он делает и чем занимается
Речь	Описывают видимые детали обстановки – цвет, форму, размер и внешний облик вещей	Описывают звуки и голоса, музыку, звуковые эффекты и шумы, которые можно услышать в окружающей их обстановке, а также пересказывают то, что говорят другие люди	Широко применяют слова, обозначающие движения и действия; говорят в основном о делах, победах и достижениях; как правило, немногословны и быстро переходят к сути дела; часто используют в разговоре свое тело, жесты, пантомимику
Движения глаз	Когда о чем-нибудь размышляют, обычно смотрят в потолок; когда слушают, испытывают потребность смотреть в глаза говорящему и хотят, чтобы те, кто их слушают, также смотрели им в глаза	Обычно смотрят то влево, то вправо и лишь изредка и ненадолго заглядывают в глаза говорящему	Им удобнее всего слушать и размышлять, когда их глаза опущены вниз и в сторону; они практически не смотрят в глаза собеседнику, поскольку именно такое положение глаз позволяет им учиться и одновременно действовать; но если поблизости от них происходит суета, их взгляд неизменно направляется в ту сторону
Память	Хорошо запоминают зримые детали обстановки, а также тексты и учебные пособия, представленные в печатном или графическом виде	Хорошо запоминают разговоры, музыку и звуки	Хорошо запоминают свои и чужие поступки, движения и жесты

Приложение Ж

Комплекс тренинговых упражнений для проведения занятия № 3

Упражнение 1. Цель: определить эмоцию. Инструкция «Сейчас, некоторые из вас получают карточки, на которых написаны эмоциональные состояния или чувства. Каждый обладатель карточки невербально изобразит это состояние или чувство. Задача остальных – определить, какое чувство или состояние было изображено» (радость, печаль, удивлени, гнев, нетерпение, страх, беспокойство).

После каждого воспроизведения наблюдатели высказывают свои предположения относительно изображенного состояния или чувства, а тренер, помогает наводящими вопросами «На какие признаки вы ориентировались, определяя состояние» и потом, называет его.

Упражнение 2. «Я тебя понимаю» Цель: формировать умение давать обратную связь и выработка навыков прочтения состояния другого человека по невербальным проявлениям.

Участники группы садятся полукругом. Перед ними, в центре, стоит стул.

Инструкция: «Сейчас, на этот стул, по очереди, будут садиться некоторые из вас и «говорить» по воображаемому телефону. При этом, они не будут произносить ни одного слова вслух. (предварительно, тренер договаривается с 4 участниками группы «поговорить по телефону с ребенком, с начальником, с другом и с любимым человеком»). Задача остальных участников постараться понять с кем и о чем идет разговор.

Тренер может задавать вопросы: «На какие признаки вы ориентировались, определяя, с кем говорит участник?». Основным ориентиром для определения были состояния и невербальные сигналы, которые можно было наблюдать, прежде всего мимические и пантомимические.

Упражнение 3. «Вертушка» Цель: формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты, развитие эмпатии и рефлексивного анализа. Инструкция: «Легко войти в контакт, поддержать разговор и по сигналу - проститься».

Члены группы, разбиваются на две группы и образуют два круга. Участники внутреннего круга встают спиной к центру, а участники внешнего круга, встают лицом, к участникам внутреннего круга. Внутренний круг остается неподвижным, а внешний, по сигналу тренера, каждый раз смещается на одного участника по ходу часовой стрелки.

Время на установление контакта и проведение беседы 1 минута. По сигналу тренера, участники прощаются и переходят к по часовой стрелке к следующему, до тех пор, пока не совершат полный круг.

После этого, группа садится в круг и каждый высказывает, что с ним происходило по ходу выполнения упражнения, акцентируя внимание на изменениях в эмоциональном состоянии.

Упражнение 4. Глаза в глаза. Цель: отследить изменения в эмоциональном состоянии, в зависимости от контекста, который задает ведущий и через рефлексивный анализ, заметить, что на это повлияло.

Все свободно перемещаются по комнате с закрытыми глазами. По команде тренера все останавливаются и открывают глаза, встать лицом к тому члену группы, который оказался ближе всех. «Представьте, что перед вами незнакомый человек, просто постоит и молча посмотрите друг другу в глаза». После этого все снова закрывают глаза и ходят по комнате. Тренер снова всех останавливает, и все открывают глаза и с тем, кто стоит рядом, образуют пары. Потом все садятся в круг и обмениваются впечатлениями.

Упражнение 5. «Колодец» Цель: научиться выстраивать взаимодействие в группе, чувствуя друг друга и «договариваться» без слов.

Участникам предлагается разбиться на группы по 4-5 человек в каждой. На стол, перед каждой группой высыпается несколько коробков спичек и предлагается, молча, всем вместе построить колодец.

Инструкция: «Перед вами лежат спички, ваша, задача договориться без слов, о совместном строительстве «колодца». В строительстве должна участвовать вся группа, результат будет оцениваться исходя из потраченного времени и качества выполненных работ. Приступайте!»

На выполнение задания дается 10 минут. По сигналу тренера стройка завершается, и каждая группа анализирует и представляет свой способ, который они выработали, а качество объекта показывает на сколько он был эффективен. Каждый участник, внутри группы, также может рассказать о собственных переживаниях во время совместной работы, насколько комфортно и продуктивно это получилось, либо, наоборот, что мешало.

Раздаточный материал для проведения занятия № 4

Предикаты репрезентативных систем

Дискретные	Визуальные	Аудиальные	Кинестетические
Обдумать	Осветить	Обговорить	Прочувствовать
Тщательно продумывать, доказывать	Высматривать, вглядываться, разъяснять	Вслушиваться, растолковывать	Добиваться, упорствовать, держаться
Ход мысли, мнение	Перспектива, точка зрения	Комментарий	Направленность, уклон
Доказать, утверждать	Показать, проиллюстрировать	Растолковать	Дать почувствовать
Быть пустоголовым, глупым, невнимательным	Быть невидимым, ослеплённым	Быть оглушённым, безмолвным	Быть неподвижным, замереть
Вдумываться	Вглядываться	Вслушиваться	Старательно ощущать, отдаться ощущениям
Делиться мыслями	Сиять, лучиться, искриться	Звучать, резонировать	Дрожать, вибрировать
Простой, несложный	Тусклый, серый	Однозвучный, приглушённый	Вялый, дряблый, безвкусный
Ещё раз продумать, припомнить	Ещё раз просмотреть, обзреть	Проговорить, пересказать	Пройтись по..., прогнать
Полагать	Показать	Рассказать	Провести
Пренебрегать	Не видеть	Не слышать	Не почувствовать
Придумать, помыслить	Вообразить	Озвучить	Ухватить, охватить
Остроумный	Яркий, цветастый, бросающийся в глаза	Громкий, оглушительный	Ощутимый, прилипчивый
Наводить на мысль	Указать	Намекнуть	Коснуться
Вдумываться	Увидеть	Услышать	Почувствовать
Сделать остроумным, значимым	Объявить, проявить	Провозгласить, оглашать	Выдвигать вперёд, выставлять
Обдумаем, проанализируем	Рассмотрим	Обговорим	Разберём, прикинем

Глупый	Слепой	Глухой	Бесчувственный
Напомнить о чём-либо	Выглядеть знакомым	Согласовываться с чем-либо, быть созвучным	Состыковаться, соприкасаться
—	Жесты на верхнем уровне	Жесты на среднем уровне	Жесты внизу

Примеры наиболее часто используемых сенсорно-определенных слов и выражений.

Визуальные:

смотреть; глядеть; картина; фокус; воображение; прозрение; сцена; слепой; визуализировать; перспектива; блестеть; блестящий; с блеском; светящийся; очертить; отражать; прояснять; рассматривать; глаз; фокусировать; прозреть; предвидеть; иллюзия; иллюстрировать; замечать; вид; взгляд; вспыхнуть; показывать; казаться; появиться; видеть; видимо; обзор; обозрение; обозревать; ослеплять; зрение; зрелище; мерцать; наблюдать; яркий; ясно; ясный; неясный; туманный; графический; темный; все слова, обозначающие цвет.

Я вижу, что Вы имеете в виду; точка зрения; ясно видеть; картина происходящего; уловить проблеск; я внимательно рассматриваю эту идею; с глазу на глаз; мы смотрим глаза в глаза; глянуть одним глазком; я имею смутное представление; покажите мне; мысленный взор; как на картинке; давайте посмотрим на это с другой точки зрения; представлять в выгодном свете; в четких рамках; луч надежды; вы посмотрите на это; осветить вопрос; это прольет немного света на существо вопроса; осветить проблему; не люблю оглядываться назад; в свете (чего-либо); он смотрит на жизнь сквозь розовые очки; это прояснилось для меня; без тени сомнения; смотреть скептически; будущее выглядит светлым; решение возникло перед глазами; приятное зрелище; никаких перспектив; прожить яркую жизнь; в жизни никаких проблесков; не люблю оглядываться назад; выглядит достаточно мрачно; все померкло; получить представление.

Аудиальные:

говорить; рассказывать; акцентировать; аккорд; рассказ; петь; рифма; громкий; тон; резонировать; звук; монотонный; глухой; звонок; высказывать; спрашивать; оговаривать; ударение; гулко; внятный; журчание; мелодичный; слышать; крик; дискуссия; заявлять; прислушаться; звенеть; замолчать; неразговорчивый; вокальный; звучать; голос; говорит; тишина; диссонанс; звучный; созвучный; неслышанный; гармоничный; пронзительный; грохотать; тихий; немой; скрипящий; призывать; настраивать; свистеть; безмолвие; перекликаться; созвучный.

На той же длине волны; жить в гармонии; обратиться в слух; вызывать отклик; говорить на тарабарском языке; пропускать мимо ушей; сказанным нагнать тоски; звонить в колокол; задавать тон; слово за слово; делать замечание; я прекрасно слышу, о чем Вы говорите; ясно выраженный; давать аудиенцию; давай дальше – я слушаю; прожужжать все уши; звучит неплохо; придержать язык; держать язык за зубами; манера говорить громко и отчетливо.

Кинестетические:

хватать; вручать; коснуться; контактировать; чувствовать; почувствовать; толкать; ухватиться; удержать; уловить; тереть; жесткий; теплый; холодный; жаркий; горячий; шершавый; толстокожий; взяться; сдавить; сжать; напрячься; опираться; осязаемый; ощущать; ощутимый; выскользнуть; напряжение; твердый; мягкий; нежный; ласкать; зажимать; подбивать; держать; задевать; сносить; легкий; тяжелый; гладкий; влажный; сильно; слабо; окунуться.

Я связался с вами; ухватил эту идею; решительно взяться; задержаться на секунду; войти в контакт; я своей печенкой чувствую; сдвинуться с места; человек с холодным сердцем; крепкая опора; под давлением; сбросить бремя; на ровном месте; твердое решение; обращаться к лучшему; дрожь берет; дела идут гладко; хладнокровный человек; взять в свои руки; руки чешутся; рука об руку; взвешенная позиция; пальцем не тронуть; палец о палец не

ударил; твердое основание; ухвачена суть проблемы; загореться желанием; мурашки по коже; прохладные отношения; не хватать звезд с неба; плавно регулировать; коснуться этой темы.

Обонятельные (ольфакторный подвид кинестетической системы представлений):

душистый; ароматный; дымный; спертый; свежий; благоухающий; вонючий; пряный; едкий; обнюхать; пронюхать; разнюхать; снюхаться; чуют недоброе; дурно пахнет; чужой дух; душная темнота; шел на запах; соблазнительный запах; чуют нутром; дело пахнет керосином; запах денег; нос по ветру; нос к носу; на улице запахло весной.

Вкусовые (густаторный подвид кинестетической системы представлений)

кислый; соленый; сладкий; сочный; вкус; привкус; горький; аппетит; аппетитный; горькая пилюля; вкус к хорошей жизни; вкусить плоды <чего-то>; слащавый человек; кислая мина; соленый пот; пресная жизнь; оставляет неприятный привкус; сладкая женщина.

Нейтральные (неопределенные, внемодальные, рациональные, аудиально-дискретные):

анализировать; решать; решение; думать; обдумывать; цифровой; вопросы; дискретный; теория; разузнавать; рационально; отсутствующий; помнить; повторять; знать; медитировать; релаксация; позиционировать; сознавать; понимать; экспозиция; намереваться; считать; побуждать; полагать; воспринимать; осознавать; оценивать; последовательно; работать; определять; учить; мотивировать; изменять; сознательный; относиться; завершать; убедительно; способом исключения; собранный человек; разумная идея.

Фрагменты текстов для закрепления материала по репрезентативным системам

Фрагмент 1

Невилл Долгопупс был завален письмами, содержащими противоречивые советы родных колдунов и колдуний, какие предметы больше всего пригодятся в жизни. Растерянный, сбитый с толку, он читал список предметов, высунув язык, и смущенно спрашивал окружающих, что труднее – кабалистика или изучение древних рун. Дин Томас, который как и Гарри, вырос среди маглов, поступил просто: закрыв глаза, тыкал волшебной палочкой в список и помечал те предметы, на которые угодил. Гермиона ничьих советов не слушала, а взяла и записалась сразу на все новые курсы.

Фрагмент 2

Внизу лежали куски белого мрамора — это свалилась верхушка одной колонны и разбилась на три куска, — между мраморными обломками росли большие белые цветы.

Ласточка спустилась и посадила девочку на широкий лепесток. Но что за чудо! В чашечке цветка сидел маленький человечек, беленький и прозрачный, как будто он был из стекла. За плечами у него дрожали лёгкие крылышки, а на голове блестела маленькая золотая корона. Ростом он был не больше нашей Дюймовочки. Это был король эльфов.

Фрагмент 3

Наступила непроглядная тьма. Лиза хотела что-то сказать, но Лева наступил ей на ногу, призывая к молчанию. Несколько секунд спустя за дверью послышался топот множества ног, непонятный громкий шелест и звяканье. «Что вы здесь делаете, Ваше Высочество? Мутабор ждет вас!» — отчетливо произнес чей-то резкий голос. «Да, разумеется, я иду, я иду сию минуту...» — отозвался Инго уже знакомым Лизе вялым, сонным,

завороженным тоном. Любопытный Лёвушка на цыпочках подбежал к двери и приник к замочной скважине. Звуки за дверью постепенно утихли.

Фрагмент 4

Два громовых рычания угрожающе звучат впереди и позади него. Там, в багровом свете заходящего солнца, четко обрисовывается силуэт черного льва. Исполинская фигура выходит ему навстречу из темной глубины пещеры. Два гигантских прыжка, царапанье могучих когтей по базальту, страшное щелканье зубов — и пещерный лев уже торжествует победу. Черный хищник перевернулся через голову, скатился вниз и удаляется ползком: из глубокой раны на левом плече течет струя горячей крови, обрызгивая зеленые травы... Стоя у входа в логовище, пещерный лев, высоко подняв свою царственную голову, смотрит, как убегает дерзкий враг, и громовой рев победы вырывается из его могучей груди.

Внимание!

Практическое задание

Подобрать, из библиотечных фондов книгу ребенку, исходя из его ведущей репрезентативной системы.

Комплекс тренинговых упражнений для проведения занятия № 4

Упражнение 1. Цель: отследить изменения в эмоциональном состоянии, в зависимости от контекста, который задает ведущий и через рефлексивный анализ, заметить, что на это повлияло.

Экспрессия эмоционального переживания. Разбиться на пары и передать невербально переживания следующих ситуаций, эмоций и чувств:

- 1) друг не позвонил и не пришел на день рождения;
- 2) неожиданный сюрприз, подарок;
- 3) гордость за себя;
- 4) высокомерие;
- 5) подозрительность;
- 6) враждебность;
- 7) гнев;
- 8) любовь;
- 9) радость;
- 10) обида.

После выполнения упражнения проводится обсуждение. Можно сделать обобщения о том, каким образом выражаются те или иные чувства и что влияет на то, что мы их начинаем испытывать.

Упражнение 2. «Рукопожатие» Цель: приобретение чувственного опыта, при осуществлении в ситуации выбор, когда нет когнитивных подсказок.

Инструкция: «Один из вас встанет и закроет глаза, остальные, по очереди будут тихо подходить к нему и пожимать руку. Воспринимающий участник делает свой выбор, основываясь, только на рукопожатии и если согласен выбрать партнера, для сотрудничества, то отправляет его на право, если нет, то – налево».

Рекомендации. Упражнение выполняется молча. После его окончания, воспринимающий открывает глаза и смотрит результат своего выбора. Затем, все садятся вкруг, и идет обсуждение. Сначала, от лица воспринимающего,

на что он ориентировался, осуществляя свой выбор. Затем высказываются остальные участники, как они ощущали себя, в зависимости от того, выбрали их или нет. Упражнение повторяется несколько раз, каждый раз меняя воспринимающего.

Упражнение 3. «Контакт глаз» Цель: отследить изменение собственного состояния во время выполнения упражнения.

Участникам группы предлагается разбиться на пары и сесть друг напротив друга. Установить контакт глаз.

Инструкция: «Сядьте напротив друг друга, установив контакт глаз не упускайте его. Ваша задача не пересмотреть друг друга, а именно, установить контакт и на протяжении всего упражнения его удерживать, отслеживая собственное состояние. Упражнение выполняется молча».

Рекомендуемое время проведения упражнения 10 минут.

По сигналу тренера, упражнение прекращается и все садятся в круг. Каждый высказывается, по поводу собственных ощущений и как они менялись на протяжении всего упражнения. Что было комфортно и легко, а что вызывало напряжение и трудности.

Упражнение 4 «Послушай меня» Цель: отследить собственное эмоциональное состояние во время разговора и слушания, в зависимости от заданных условий.

Группе предлагается разбиться на пары и сесть напротив друг друга.

Инструкция: «Каждый из вас по очереди будет слушающим и рассказывающим, именно по очереди, говорить будет только один. Другой, внимательно его слушает, показывая это всеми невербальными способами. Затем, по команде тренера, говорящий, продолжает говорить, а слушающий всеми невербальными способами показывает, что ему не интересно. Затем, вы меняетесь ролями». По команде тренера идет смена ролей. После окончания упражнения, все садятся в круг и каждая пара рассказывает как все у них происходило и как менялось их состояние, в зависимости от заданного контекста.