

УДК 373.21

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЧУВСТВЕННАЯ ОСНОВА МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ

ГАВРИЛОВА КСЕНИЯ АНДРЕЕВНАСтудент магистратуры
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»

Аннотация: В данной статье рассматривается роль чувств и эмоций в межличностных отношениях. Приведены результаты экспериментального исследования, направленного на определение уровня развития эмоций и чувств которые влияют на межличностные отношения подростка воспитывающегося в семье и воспитанника детского дома.

Ключевые слова: эмоции, чувства, межличностные отношения, подросток, воспитанник детского дома.

EMOTIONAL-SENSORY BASIS INTERPERSONAL RELATIONSHIP

Gavrilova Kseniya Andreevna

Abstract: this article discusses the role of feelings and emotions in interpersonal relationships. The results of an experimental study aimed at determining the level of development of emotions and feelings that affect the interpersonal relationships of a teenager brought up in a family and a pupil of an orphanage are presented.

Key words: emotions, feelings, interpersonal relations, teenager, the pupil of children's home.

Человек как социальное существо не мыслит своей жизни без взаимодействия и общения с другими участниками общества. Согласно этому, социальная педагогика и психология, своей целью ставят изучение взаимодействия и общения между людьми, при этом формирует определенные социальные условия, которые влияют на поступки и действия людей.

Процесс становления личности рассматривается в контексте общества как целое. По мнению Карла Маркса, общество состоит из связей и взаимоотношений между индивидуумами. Поэтому полностью изолировать человека от общества не представляется возможным. Взаимодействуя с другими людьми, он развивается, обучается, воспитывается, то есть социализируется.

При межличностном взаимодействии у людей проявляются их интеллектуальные возможности, усвоенные нормы и правила, эмоциональные и волевые качества. Именно от активности человека, реализации своих потребностей, способности оценить себя в системе взаимоотношений с другими людьми зависит уровень межличностных отношений в социуме.

Одна из важнейших черт межличностных отношений это их эмоционально-чувственная основа. А это значит, что взаимоотношения между людьми основываются на совокупности определенных чувств.

Межличностные отношения, как психолого-педагогическая проблема, нашли свое отражение в трудах таких отечественных и зарубежных ученых, как А.А. Бодалева, И.П. Волкова, А.Н. Обозова, Б.Д. Парыгина, Р.Л. Кричевского, Б. Бейлза, Т. Лири, Я.Л. Морено.

Для педагогики данный вопрос, является актуальным, так как на современном этапе становления общества межличностные отношения в коллективе видоизменяются, тем самым появляется потребность в новых формах работы, которые учитывают физиологическое, психологическое и эмоциональное состояние человека в данном процессе, а также поддерживают благоприятный эмоциональный климат в коллективе.

Цель нашей работы изучить эмоционально-чувственную основу межличностных отношений. Для достижения поставленной цели были применены следующие психодиагностические методики: Методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности Л.А. Курганского – Т.А. Немчина [1], Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении (В.В.Бойко), Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО) [5].

Для исследования эмоциональных особенностей межличностных отношений подростков разных групп была сформирована выборка, состоящая из 40 респондентов: 20 воспитанников детского дома, которые составили контрольную группу и 20 детей живущих дома – экспериментальную. Данные и результаты полученные, при проведении различных методов и методик имеют субъективную оценку подростков, т.е. отражают их точку зрения.

Основываясь на методике «Методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности Л.А. Курганского – Т.А. Немчина» мы получили следующие результаты: низкий уровень присущ 30% воспитанникам детского дома и 20% подростков проживающих дома. Средний уровень – 40% опрошенных контрольной группы, 20% экспериментальной группы. Высокий уровень имеют 30% оптантов контрольной группы и 60% экспериментальной.

Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении (В.В.Бойко) показывает, что:

Низкий уровень – присущ 40% опрошенных контрольной группы и 10% респондентов экспериментальной группы. Это означает что, оптант плохо знает себя, либо его эмоции мешают устанавливать контакты с другими людьми.

Средний уровень – наблюдается у 30% представителей контрольной и 40% экспериментальной группы. Основываясь на этом можно сделать вывод, что опрошенные имеют некоторые эмоциональные проблемы в повседневном общении или эмоции в некоторой степени осложняют взаимодействие с партнерами.

Высокий уровень – 30% оптантов контрольной группы и 50% представителей экспериментальной группы. Что означает желание сблизиться с людьми на эмоциональной основе, адекватно проявлять свои эмоции, быть гибкими и выразительными в эмоциональной сфере, подавлять свои негативные эмоции.

Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО) помог определить: низкий уровень присущ 40% воспитанникам детского дома и 50% подросткам проживающих дома. Средний уровень – 40% опрошенных контрольной группы, 50% экспериментальной группы. Высокий уровень имеют 20% оптантов контрольной группы и 0% экспериментальной.

Таким образом, предложенный комплекс методов и методик позволил нам выявить особенности развития психического состояния, которые влияют на межличностные отношения воспитанников детского дома и подростков живущих дома. Высокий уровень развития эмоциональных барьеров позволяет человеку построить здоровые межличностные отношения.

Уровень здоровых межличностных отношений зависит от способности человека устанавливать эффективные эмоциональные контакты, потребности быть принятым остальными участниками группы и принадлежать к ним, а также возможности брать на себя ответственность, связанную с ведущей ролью.

Нами были разработаны следующие рекомендации для педагога-психолога работающего в детском доме и родителей, чьи дети испытывают трудности в формировании эмоционально-чувственной составляющей межличностных отношений:

1. Социальные роли должны стать ядром для формирования эмоционально-чувственной составляющей межличностных отношений. Способность отождествлять себя с тем или иным полом, или участником того или иного процесса, позволяет правильно определить свою ключевую роль. Именно от правильно усвоенного образца поведения и зависят положительные эмоциональные взаимоотношения. У детей находящихся в полной семье, социальные роли формируются в процессе взросления. Если семья не полная, то одну из ролей могут занять (сыграть) другие взрослые. Многие социальные роли ребенок познает в процессе жизнедеятельности в социуме (школе, дополнительной образовательной организации, на улице). Для воспитанников детского дома, такой способ развития представления о

социальных ролях не представляется возможным. Педагог-психолог должен проводить семинары и тренинги для подростков, цель которых – знакомство с ролями, которые будут представлены во взрослой жизни.

2. Межличностные отношения формируются постепенно в процессе взаимодействия людей, поэтому необходимо рассказать детям о том, что первое впечатление может быть обманчиво. Необходимо длительное общение чтобы, сформировать полное представление о партнере по взаимодействию.

3. Личности в процессе межличностных отношений выступают как неповторимые индивидуальности со своими уникальными особенностями характера и эмоциональной сферы, поэтому следует принимать человека таким, какой он есть, со всеми достоинствами и недостатками.

4. Межличностные отношения динамичны и могут меняться с течением времени даже на совершенно противоположные, а также в процессе взаимодействия (даже если оно носит формальный характер) со временем возникает эмоциональное отношение к партнеру. Так как в основе межличностных отношений заложены чувства и эмоциональные оценки, то участники взаимодействия должны в полной мере ориентироваться в мире эмоций. Взрослый должен сформировать у детей представление о той или иной эмоции, помочь выявлять ее и функционировать с ней.

5. Большую роль в эмоциональных отношениях играет эмпатия – эмоциональная реакция одного человека на переживания другого. На высшем уровне эмпатия предполагает не только понимание чувств партнера и сопереживание ему, но и стремление помочь, поддержать, взять часть груза на свои плечи. Основываясь на этом, возникает потребность в формировании у детей такого качества как эмпатия, так как современное общество утратило способность к поддержке и сопереживанию.

6. Подростку, необходимо дать представление о психологическом климате, как особой атмосфере, которая является важнейшим условием существования человека в социуме. В семье психологический климат складывается на основе взаимопонимания, доверия, эмоциональной привязанности и взаимной заботы. Благоприятная эмоциональная атмосфера в семье чувствуется даже посторонним человеком. В таком доме отдыхаешь душой и чувствуешь защищенность, даже если просто пришел в гости. Качество психологического климата в коллективе можно определить с помощью тестов, но достаточно и того ощущения тепла и дружелюбия, которое можно почувствовать, попав в подобную группу. Сразу хочется стать частью этого дружного сообщества. И напротив, взаимная неприязнь и отчуждение создают неблагоприятную психологическую атмосферу, которая гнетет, душит, вызывает чувство тревоги и желание держаться подальше от этой группы.

Благодаря проведенному теоретическому исследованию, можно сделать вывод о том, что чувства и эмоции выступают одним из основных катализаторов для развития межличностных отношений человека со своим окружением. Также было определено, что для развития межличностных отношений в детском и подростковом возрасте играют огромную роль эмоции и чувства, так как они способствуют тому, что ребенок становится более коммуникабельным, у него появляется чувство долга, совершенствуется речевой аппарат, развиваются интеллектуальные и моральные качества. В данном случае по выражению эмоций и чувств можно судить о физическом и психическом здоровье ребенка. Что касается периода, когда индивид выходит из подросткового возраста и становится взрослой сформировавшейся личностью, то в данном случае для его межличностного взаимодействия также играют существенное значение чувства и эмоции. Находясь в коммуникативном взаимодействии с кем-либо, человек подвержен выражению положительных и отрицательных эмоций и чувств. И те и другие откладывают отпечаток на межличностные отношения.

Список литературы

1. Барканова О.В. (сост.) Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. [серия: Библиотека актуальной психологии]. – Вып. 2 – Красноярск: Литера-принт, 2009. — 237 с.
2. Брекина О. В. Актуальные проблемы эмоционального развития современных российских детей // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2015.

№4 (36). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/aktualnye-problemy-emotsionalnogo-razvitiya-sovremennyh-rossiyskih-detey> (дата обращения: 19.05.2019).

3. Мацевич К.П. Особенности межличностных отношений подростков, проживающих в условиях детского дома // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XV междунар. студ. науч.-практ. конф. № 15. URL: [http://sibac.info/archive/guman/9\(12\)](http://sibac.info/archive/guman/9(12)) (дата обращения: 23.05.2019).

4. Полюшкевич О.А. Социальная эмпатия: вопросы консолидации российского общества // Мониторинг. 2015. №6 (130). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnaya-empatiya-voprosy-konsolidatsii-rossiyskogo-obschestva> (дата обращения: 23.05.2019).

5. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. — 490 с.

© К.А. Гаврилова, 2020