

Министерство просвещения Российской Федерации  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №1» города Смоленска

Международный конкурс проектов школьников и студентов  
«Психология успеха»

Исследовательская работа

## **Методы театральной педагогики в преодолении коммуникативных трудностей подростков**

Выполнила: Иваничкина Карина Олеговна.

Ученица 10 класса

Руководитель: Петров Константин Григорьевич.

к.п.н., куратор психолого-педагогического класса

2024-2025 учебный год

**Аннотация:** данное исследование рассматривает проблему развития коммуникативных навыков у подростков, а также причины возникновения затруднений коммуникации в данном возрасте, которыми могут являться психологические барьеры. За основу развития коммуникативных компетенций взяты методы и приемы театральной педагогики, оказывающей позитивное личностное воздействие и способствующей развитию психологического и психосоматического контроля.

**Цель проекта:** изучение возможностей театрального искусства в развитии коммуникативных способностей обучающихся.

**Задачи проекта:**

1. Охарактеризовать влияние театральной деятельности на личностное развитие;
2. Изучить приемы актерского мастерства, которые могут быть применимы в работе с обучающимися;
3. Разработать систему упражнений и сценарии внеурочных занятий, способствующих развитию коммуникативных навыков.

**Объект исследования:** коммуникативные навыки.

**Предмет исследования:** развитие коммуникативных навыков средствами театральной педагогики.

**Гипотеза исследования:** поскольку методы и приемы театральной педагогики способствуют раскрытию личностного потенциала, самопознанию учащихся, их применение в рамках тренинговых занятий будет способствовать развитию коммуникативных навыков и преодолению трудностей коммуникации.

На основе применяемых театральных методик была разработана авторская программа тренинговых и развивающих занятий в рамках внеурочной деятельности общеобразовательной школы.

Наша жизнь буквально пронизана контактами с другими людьми. Потребность в общении – одна из самых важных человеческих потребностей. Общение является главным условием и основным способом жизни человека.

Современное образование выводит одним из ключевых результатов образовательной деятельности развитие коммуникативных навыков обучающихся, лежащих в основе как межличностного общения, так и процессов самопознания и самооценки, и развития когнитивных способностей [1]. В педагогической литературе и практике широкое распространение получил термин «коммуникативные навыки», под которым понимается способность человека эффективно обмениваться информацией и идеями с окружающими, используя для этого различные формы коммуникации, включая устное общение, письмо, жесты и мимику. Коммуникативные навыки включают в себя понимание и интерпретацию сообщений, а также умение выражать свои мысли и чувства ясно и адекватно [2].

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (в редакции от 31 мая 2021 года) определяет основными учебными коммуникативными действиями общение, включающее умения воспринимать суждения, выражать собственную точку зрения, вести диалог, публично представлять результаты своей работы и пр., а также совместную деятельность, ориентированную на принятие цели и умения организации работы в команде, распределения ролей и обязанностей [8].

Меняющиеся требования к личности выпускника общеобразовательной школы также обращают внимание на социальную и профессиональную значимость развития навыков коммуникации у учеников как ключевой составляющей человеческого капитала [5].

Развитие коммуникативности является важным основанием преемственности уровней образования, обеспечения успешности учебной деятельности, а также социально-личностного развития на каждом возрастном этапе. Помимо прочего, стоит отметить, что, согласно периодизации Д.Б. Эльконина, ведущей деятельностью подросткового возраста (11-14 лет) является именно интимно-личностное общение со сверстниками. Подросток сознательно экспериментирует с взаимоотношениями с другими людьми, самостоятельно ищет друзей, решает межличностные затруднения и проблемы. Основной его потребностью выступает поиск места в обществе, которое его окружает, занятие определенной позиции, ощущение значимости среди своих друзей и сверстников.

Вместе с тем именно в этот период жизни и учеными, и педагогами отмечаются проблемы межличностной коммуникации у школьников, причинами чего могут быть и увлечение гаджетами, и трудность самовыражения, и боязнь публичности. Отмечается значительное влияние социальных сетей, мессенджеров и онлайн-общения на специфику формирования традиционных коммуникативных компетенций. Замыкаясь и концентрируясь на дистанционном общении, подростки зачастую подвергаются развитию страха перед публичным высказыванием, который подкрепляется не только неумением строить грамотные речевые конструкты, но и психологическими зажимами и комплексами, мешающими развитию коммуникативных навыков в будущем.

За время обучения в психолого-педагогическом классе я проходила педагогические пробы, вела уроки в 5-7 классах и неоднократно отмечала, насколько тяжело ученикам даются ответы у доски, задания на высказывание своей точки зрения, попытки участия в обсуждении и дискуссии. Современные дети с трудом находят слова, чтобы уверенно выразить себя. В их головах роятся яркие мысли, но страх критики или неудачи сковывает их, мешая свободно делиться своим видением мира. Этот барьер, стоящий на пути к уверенному самовыражению, требует бережного и внимательного преодоления, чтобы помочь им раскрыть свой потенциал и обрести голос.

Наблюдения, сделанные в ходе педагогических проб, подкрепляются данными социометрических исследований, в частности тестированием коммуникативных умений по методике Л. Михельсона, методикой изучения коммуникативных и организаторских

склонностей (В.В. Синявский, В.А. Федорошин), диагностикой уровня эмпатии по методике И.М. Юсупова. Согласно полученным данным, большинство подростков имеют склонности к пассивным и агрессивным реакциям в тенденциях поведения, избеганию либоprovokacii конфликтных ситуаций (63% респондентов), отмечается низкий и очень низкий уровень коммуникативных и организаторских склонностей (48% респондентов), преобладает средний (59%) и низкий (20%) уровень эмпатии, затрудняющий установление межличностных контактов. Таким образом, полученные данные также позволяют судить о недостаточном развитии коммуникативных компетенций у учащихся подросткового возраста.

Как отмечалось выше, важным препятствием на пути развития коммуникативных навыков может стать страх публичных выступлений, как в широком смысле, подразумевающий взаимодействие с большой аудиторией слушателей, так и в частном, касающимся высказывания собственных мыслей, декламирования литературных произведений перед классом либо перед учителем, а также фронтальные ответы с места, формулирование устных вопросов, участие в беседе или дискуссии. Все эти необходимые элементы образовательной практики не могут достичь должного уровня развития при наличии данных психологических ограничений. Особенно остро психологические проблемы, затрудняющие взаимодействие с окружающими, мешающие установлению межличностных контактов и самовыражению, проявляются в подростковом возрасте, когда ценность мнения других людей о себе приобретает особую значимость, которая накладывается на еще формирующуюся неустойчивую к стрессовым реакциям психику. Возникновение проблем коммуникации в данном возрасте могут серьезно отразиться на социализации подростка в будущем [3].

Переживания перед общественной речью — это совершенно нормальное явление. Проблема начинается, когда наши переживания приобретают слишком большой масштаб, слишком сильно влияют на наше самочувствие. В таком случае речь идет уже не о волнении, а о страхе [7].

Страх публичных выступлений является одной из форм социальных фобий. В научной литературе такой страх называется глоссофобией [4]. В дословном переводе с греческого языка слово glossophobia означает «боязнь языка». Любой страх возникает в том случае, когда мы не можем контролировать какие-либо аспекты нашей жизни. Например, люди часто боятся летать на самолете, потому что они находятся высоко над землей, в замкнутом пространстве, совершенно не зная, что делать в случае опасности. Следовательно, для преодоления страха нужно взять ситуацию под контроль и обрести уверенность в своих силах [6].

Причинами подобного страха, как правило, выступают неудачный опыт выступления на публике и связанные с этим психологические травмы, низкий уровень самооценки, стрессовое расстройство, страх неодобрения и порицания [9].

Одним из возможных путей решения данной проблемы может стать применение принципов и подходов театральной педагогики, активно вовлекающей детей в различные формы речевого общения и внедряющей театральные приемы и методы в образовательный процесс. Огромную роль театральной педагогики в раскрытии творческого потенциала учащихся отмечали многие зарубежные и отечественные исследователи (А. Маслоу, В. Франкл, В.И. Загвязинский, А.Г. Спиркин). Методы театральной педагогики способствуют эффективному формированию творческого воображения ученика, развития эмпатии, избирательности и произвольности восприятия, что стимулирует развитие навыков самоорганизации и самокоррекции поведения. Однако внедрение театральных методик в образовательную практику предоставляет широкие возможности в развитии умений снятия эмоциональных и психологических зажимов, развития самоконтроля и, как следствие, самооценки, осуществления коммуникации в различных формах, как вербальной, так и невербальной, что в совокупности стимулирует развитие коммуникативных навыков обучающихся. Помимо этого, участие в подобных занятиях развивает способности к самовыражению, позволяет учащимся регулировать свое психическое состояние, что оптимистично сказывается и на учебной деятельности, и на развитии процессов межличностной коммуникации, как в школе, так и за ее пределами.

Исходя из обозначенной проблематики, нами были изучены возможности театрального искусства в развитии коммуникативных способностей обучающихся. Помимо литературных и публицистических источников, к исследованию был привлечен собственный опыт занятий в любительской театральной студии «Вишнёвый пирог» и участия в собраниях любительского театра «Беседа» Областного Дворца культуры профсоюзов, которые я посещаю на протяжении трех лет. Приемы, которые применяются в обучении в актерских школах, могут быть полезны для развития коммуникативных навыков, поскольку они учат уверенно выражать эмоции и мысли, взаимодействовать с компаниями и преодолевать страхи и стеснения.

Поскольку работа в театральных студиях ориентирована, в первую очередь, на раскрытие актерского потенциала, а не на развитие коммуникативных компетенций, изученные приемы и техники не могли быть перенесены в неизменном виде в образовательную практику, поскольку нашей задачей являлась не организация театрального кружка в реалиях общеобразовательной школы, который предполагает изначальное стремление к выступлениям и участию в постановках, что проявляется далеко не у всех подростков, а осуществление методического сопровождения развития коммуникативных компетенций и преодоления эмоциональных речевых барьеров учащихся в игровой и тренинговой формах. Поэтому с учетом специфики применяемых в актерских школах упражнений, а также возрастных особенностей учащихся нами были разработаны авторские методики и приемы для организации занятий по развитию коммуникативной компетентности у подростков.

Результатом данной работы стала программа внеурочной деятельности по развитию коммуникативных навыков, рассчитанная на 17 академических часов. В содержание программы вошли:

игровые занятия, целью которых стало раскрепощение тела и воображения, развитие импровизационных навыков, способности выражать эмоции без слов и создавать спонтанные, убедительные истории, обогащая коммуникативные способности и уверенность в себе;

занятия, тренирующие воображение и расширяющие кругозор, способствующие осознанию собственного тела и формированию умения использовать его для создания выразительного образа, повышающие возможности использования невербальной коммуникации, развивающие эмоциональный интеллект;

теоретические уроки о театре, позволяющие приблизить детей к осознанию театра как древнего искусства, отражающего ценности и историю разных эпох. Помимо этого, изучение истоков театра может побудить у обучающихся фантазию и интерес к творчеству и многообразию профессий мира театра;

тренинговые занятия, содержащие комплексы упражнений для снятия эмоциональных и мышечных зажимов, управления состоянием мышечного напряжения и расслабления, развития артикуляции, а также сплочения детского коллектива.

Уход от теоретического изучения вопросов коммуникации в рамках данной программы позволяет максимально привлечь активные формы обучения, что демонстрирует более высокую результативность и эффективность проведения занятий. Вместе с тем обоснование значимости тех или иных тренинговых упражнений, объяснение механики их действия на практике позволяют сделать изучаемый материал доступнее для подростков, что будет стимулировать дальнейшее применение ими полученных знаний. Таким образом, содержание занятий выстраивается в форме свободного общения, самовыражения и коммуникации, с привлечением игровых методик, сопровождающихся теоретическими пояснениями выполняемых действий.

Для апробации нашей разработки мы организовали проведение составленных тренингов в 5 классе МБОУ «Средняя школа №1» города Смоленска. Также нами был проведен тренинг с учениками 8-х классов школ города Смоленска, базой проведения которого выступил Центр опережающей профессиональной подготовки. Результаты обоих мероприятий показали высокую эффективность, активную вовлеченность и раскрытие учеников. Упражнения, направленные на развитие четкости речи и правильного дыхания, оказались особенно полезными. Дети почувствовали, как сила голоса напрямую зависит от дыхания, как важно артикулировать слова, чтобы быть понятным. Они стали замечать, что четкая речь и правильная постановка голоса помогают им чувствовать себя увереннее в повседневной жизни – во время ответов на уроках, общения с друзьями и даже просто при

разговоре с родителями. А простота и запоминаемость разработанных нами упражнений позволит теперь каждому применять их в ответственных и стрессовых ситуациях.

Материалы разработки были представлены на XVIII открытой гимназической научно-практической конференции с международным участием НОУ «Эврика», а также на областной научно-практической конференции студентов и обучающихся «Шаг в науку», где получили положительные отзывы и удостоились призовых мест.

В настоящее время нами продолжается работа по составлению сценариев занятий и расширению географии их апробации.

Проведенное исследование демонстрирует, что театральная деятельность оказывает глубокое и многогранное влияние на формирование личностных качеств обучающихся. Преодолевая страх сцены, погружаясь в мир перевоплощений и работая в команде, ребята не просто осваивают актерское мастерство, но и развиваются ключевые навыки, необходимые для успешной жизни в современном обществе.

Театральная деятельность способствует раскрытию творческого потенциала, развитию воображения и нестандартного мышления. Она учит эмпатии, умению понимать и сопереживать другим людям, видеть мир с разных точек зрения. Кроме того, театральная деятельность играет важную роль в формировании коммуникативных навыков и умения работать в команде, являясь эффективным инструментом личностного роста и развития обучающихся, способствуя формированию гармоничной, уверенной в себе и социально адаптированной личности.

## Литература

1. Габеркорн И.И. Формирование коммуникативных умений школьников посредством групповой учебной деятельности // Известия ВГПУ. 2018. №1 (124). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-kommunikativnyh-umeniy-mladshih-shkolnikov-posredstvom-gruppovoy-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 23.10.2024).
2. Иванов, И.И. Развитие эмоционального интеллекта у школьников / И.И. Иванов // Педагогика. 2021. № 4. С. 65–72.
3. Садовская В.С. Основы коммуникативной культуры. Психология общения : учебник и практикум для вузов / В. С. Садовская, В. А. Ремизов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. 169 с.
4. Семенович А.В. В лабиринтах развивающегося мозга. Генезис. 2010. 432 с.
5. Смирнова, А.А. Технологии формирования коммуникативных навыков в образовательной среде / А.А. Смирнова // Вестник образования. 2020. № 7. С. 34–41.

6. Страх публичных выступлений. Что делать, если боишься открыть рот даже среди друзей. URL: <https://psynavigator.ru/publikacii/strah-publichnih-vistupleniy.-chto-delat-esli-boishsya-otkrit-rot-dazhe-sredi-druzey> (дата обращения: 27.10.2024)

7. Фабер А. и Мазлиш Э. Как говорить с детьми, чтобы они учились. Эксмо-Пресс. 2020. 288 с.

8. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (ФГОС ООО) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [Приказ-№-287-от-31.05.2021-ФГОС\\_ООО.pdf](#).

9. Юрьева Т.В. Сценическая тревога и ее коррекция у учащихся // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». 2022. Т. 21. №2. С. 106-113.