

# РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ БУДУЩЕГО ВОЖАТОГО КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПОДРОСТКОВ<sup>1</sup>

## THE DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL RESOURCES OF THE FUTURE COUNSELOR AS A CONDITION FOR MAINTAINING THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF ADOLESCENTS<sup>2</sup>

**Yu. Vardanyan  
M. Kechina**

*Summary:* The effectiveness of the counselor's activity, measured by the quality of its implementation regarding the recreation and wellness of children and adolescents in a health camp, depends on many factors at work. The most important of them include the emotional stability of the counselor, which affects the organization of an emotionally positive atmosphere in the group of pupils, as well as leading to the restoration and preservation of psychological safety in stressful and conflict situations. The article offers an analysis of the training program, as a result of participation in which future counselors managed to develop their own emotional resources, which later became one of the most important conditions for maintaining the psychological safety of adolescents in a children's health camp.

The developed and implemented program consisted of modern interactive psychological and pedagogical technologies and techniques aimed at restoring and maintaining the resource state of the counselor. The formats and locations of the program implementation include educational workshops, preventive meetups, psychological intensive courses, preventive workshops, eco-art therapeutic activities. Participation in the program contributed to the improvement of emotional self-regulation, self-control and conflictogenic competence of future counselors in stressful situations, and further ensured the successful solution of the tasks of preserving the psychological safety of the groups of adolescents.

*Keywords:* psychological safety, children's recreation organization, adolescents, counselor, emotional resources.

**Варданян Юлия Владимировна**

доктор педагогических наук, профессор,  
ФГБОУ ВО «Мордовский государственный педагогический  
университет имени М.Е. Евсевьева», г. Саранск  
julia\_vardanyan@mail.ru

**Кечина Марина Александровна**

старший преподаватель, ФГБОУ ВО «Мордовский  
государственный педагогический университет  
имени М.Е. Евсевьева», г. Саранск  
kechina30@mail.ru

*Аннотация:* Результативность деятельности вожатого, измеряемая качеством ее реализации относительно отдыха и оздоровления детей и подростков в условиях оздоровительного лагеря, зависит от множества действующих факторов. К важнейшим из них можно отнести эмоциональную устойчивость вожатого, влияющую на организацию эмоционально позитивной атмосферы в отряде воспитанников, а также приводящую к восстановлению и сохранению психологической безопасности в стрессовых и конфликтных ситуациях. В статье предложен анализ тренинговой программы, в результате участия в которой будущим вожатым удалось развивать собственные эмоциональные ресурсы, ставшие в дальнейшем одним из важнейших условий сохранения психологической безопасности подростков в детском оздоровительном лагере.

Разработанная и реализованная нами программа состояла из современных интерактивных психолого-педагогических технологий и техник, направленных на восстановление и поддержание ресурсного состояния вожатого. Форматы и локации реализации программы – просветительские образовательные семинары, профилактические митапы, психологические интенсивы, профилактические семинары-практикумы, эко-арт-терапевтические активности. Участие в программе способствовало повышению эмоциональной саморегуляции, самоконтроля и конфликтологической компетентности будущих вожатых в стрессовых ситуациях, а в дальнейшем обеспечило успешное решение задач сохранения психологической безопасности вверенных им групп подростков.

*Ключевые слова:* психологическая безопасность, детская оздоровительная организация, подростки, вожатый, эмоциональные ресурсы.

1 Статья по гранту вузов-партнеров по сетевому взаимодействию (Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет и Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева) на тему «Методология и технологии развития психологической безопасности обучающихся в интернет-среде».

2 The study was supported by partner universities – South Ural State Humanitarian Pedagogical University and Evseviev Mordovia State Pedagogical University. The topic of the grant is “Methodology and technologies for development of psychological safety of students in the Internet environment”.

## Введение

Современные детские оздоровительные организации превратились из места краткосрочного каникулярного времяпрепровождения детей в настоящие центры приобретения воспитанниками жизненного опыта за счет их участия в многоплановой насыщенной деятельности воспитательно-развивающей направленности. Опыт Всероссийского «Орленка», знаменитого развитием лидерского потенциала своих воспитанников [1], многочисленных профильных центров определенной направленности (патриотической, спортивной, художественной, цифровой, этнокультурной и др.) или комплексного назначения – это пример интенсивных результатов, возможность достижения которых в значительной степени обусловлена подготовкой педагогического состава этих детских организаций.

Вожатый как значимый педагогический субъект воспитательной системы несет в себе большую ответственность и определенный перечень обязанностей. Достаточно распространенным явлением является наличие психолого-педагогического и методического дефицита профессиональной подготовки будущего вожатого. Желание потенциальных вожатых работать с детьми часто сочетается с низким уровнем компетентности, что негативно отражается на качестве работы в условиях детских оздоровительных организаций.

Заметим, что вожатый, оказываясь в детском оздоровительном лагере, сталкивается с множеством проблем не только содержательно-методического характера, но и психолого-педагогического. Организуя деятельность временного детского коллектива, он испытывает интеллектуальную и эмоциональную напряженность. Решение этой проблемы необходимо начинать на этапе подготовки будущих вожатых к предстоящей деятельности за счет организации их профессионального обучения, вовлечения в процесс освоения дополнительных образовательных программ, организации стажёрской практики в условиях образовательных организаций, в ходе которых проектируются и реализуются разнообразные активности, приобретается опыт методического и психолого-педагогического сопровождения деятельности обучающихся. На данном этапе каждому вожатому-стажеру предоставляется возможность оказаться в «ситуации успеха», попробовать свои силы в новой социальной роли.

Психолого-педагогическая подготовка вожатого требует в организациях высшего образования творческого образовательного пространства, в основе которого выстраивается креативное взаимодействие между участниками профессионального обучения. После прохождения профессионального обучения наиболее часто будущий вожатый реализует свою деятельность

в процессе педагогической практики, которая, в свою очередь, должна основываться на формирование активного профессионально-педагогического мышления, раскрытие творческого начала педагогической работы, накопление индивидуального опыта взаимодействия с детским коллективом в процессе воспитательной работы.

В настоящее время широко обсуждается вопрос обучения вожатых поколения Z, когда необходимо развивать их готовность к выбору нового стиля общения и взаимодействия, при котором цифровая среда, социализация молодых людей в цифровом мире будет сопровождаться позитивным ресурсом воспитания [2]. При организации профессионального обучения будущих вожатых достаточно эффективны технология библиотерапии, с помощью которых достигается уподобление с переживаниями героев отобранных сюжетов, а возникающая при этом возможность косвенного отражения собственных психоэмоциональных состояний углубляет рефлексивные компетенции [3]. Подобные технологии способствуют конкретизации идеальных представлений и их переводу в плоскость освоения профилактических и развивающих компетенций, необходимых в предстоящей деятельности. Главным признаком этой деятельности признана нацеленность на здоровьесбережение воспитанников [4].

Современная практика работы детского оздоровительного лагеря содержит в себе успешный опыт интеграции вожатского корпуса и педагогического коллектива посредством активного участия вожатых в научно-практических конференциях, игровом практикуме, продуктивной творческой деятельности, когда появляются новые виды кураторства и наставничества «методисты лагеря – вожатые». Эффективное взаимодействие осуществляется в системе работы «вожатый – воспитатель», где совместное осуществление воспитательной работы с детьми способствует раскрытию талантов ребенка, успешной адаптации и дальнейшей его социализации, бесконфликтному поведению в детском коллективе [5].

Необходимо, заметить, что психолого-педагогическое сопровождение временного детского коллектива осуществляется посредством успешной адаптации детей в отряде, развития сплоченности, конструктивного разрешения конфликтов в отряде, организации психологически безопасной и комфортной среды детского оздоровительного лагеря. Психологическая безопасность подростков в условиях детского оздоровительного лагеря содержит в себе активную творческую деятельность, результативность которой во многом зависит от представленности в профессиональной стратегии будущего вожатого психологически безопасных ориентаций [6]. При их сформированности возникает возможность

создания вожатым психолого-педагогической ситуации успеха, задействования эмоциональных ресурсов для конструктивного преодоления конфликтных и стрессовых ситуаций.

Для вожатого должны быть характерны такие личностные компетенции, которые одновременно являются профессионально значимыми эмоциональными ресурсами, востребованными при необходимости сохранения (поддержания и / или восстановления) и приумножения психологической безопасности в детской оздоровительной организации. Это умение выстраивать эффективный коммуникативный диалог, саморегуляция эмоциональной сферы в условиях неопределенности, личная ответственность и самообладание в ситуациях конфликта, вызванные персональной ответственностью за жизнь и безопасность воспитанников. Соответственно, возрастает интерес к возможности обеспечить полноценное развитие этих эмоциональных ресурсов в структуре подготовки будущего вожатого.

### Материалы и методы исследования

Исследовательский материал собран с помощью методов теоретического анализа источников, сбора и обработки эмпирических данных, изучения отчетной документации по педагогической (вожатской) практике, анализа и обобщения собственного опыта подготовки будущих вожатых к работе с подростками в детских оздоровительных организациях. Для выявления уровня эмоциональных ресурсов будущих вожатых и его изменения были использованы диагностические методики (диагностика коммуникативного контроля (М. Шнайдер)<sup>3</sup>, диагностика состояния стресса (А.О. Прохоров)<sup>4</sup>, экспресс-диагностика выявления уровня конфликтности (О.Л. Гончарова)<sup>5</sup>). С целью развития эмоциональных ресурсов будущего вожатого, востребованность которых в предстоящей оздоровительной деятельности способствовала бы сохранению и приумножению психологической безопасности подростков, в марте – сентябре 2024 года нами было проведено экспериментальное исследование в МГПУ имени М.Е. Евсевьева и детских оздоровительных организациях – базах практики. Общая численность принявших участие в исследовании – 32 будущих вожатых.

### Результаты исследования

Обобщение данных, полученных путем анализа тематических публикаций и отчетной документации по педагогической (вожатской) практике, позволило выделить перечень эмоциональных ресурсов будущих вожатых,

способствующих сохранению психологической безопасности подростков. Рейтинг наиболее значимых из них включает коммуникативный контроль, способность к регуляции в стрессовой ситуации и способность компетентно действовать в конфликтной ситуации. Рассмотрим данные исходной оценки уровня эмоциональных ресурсов будущих вожатых (таблица 1).

Проанализировав полученные данные, установили, что высоким уровнем ресурсов, необходимых при эмоциональном взаимодействии в коммуникативной и / или стрессовой ситуации, обладает лишь примерно шестая часть, а ресурс, обеспечивающий компетентное поведение в конфликтной ситуации, сформирован примерно у третьей части обследованных будущих вожатых. Дефицит ресурсов, обеспечивающих коммуникативный контроль и стрессоустойчивость, предстояло наращивать у 84,4 % будущих вожатых со средним и низким уровнем этих свойств, а конфликтоустойчивость – у 68,7 % с высоким и средним уровнем конфликтности.

Для восполнения обнаруженных дефицитов мы спроектировали и реализовали психологический тренинг «Эмоциональная компетентность вожатого», направленный на развитие психологических ресурсов будущих вожатых, программа которого включала 18 занятий. Модульные блоки программы состояли из трех частей: информационно-образовательной, организационно-технологической и контрольно-измерительной.

*Информационно-образовательная часть* программы была представлена анализом электронных ресурсов и дальнейшим психолого-педагогическим анализом. Будущими вожатыми осваивались ресурсы образовательных практик, которые могли быть использованы ими в дальнейшем при работе с подростками в детских оздоровительных лагерях.

*Организационно-технологическая часть программы была представлена такими занятиями, как:* эко-арт-терапевтический тренинг «Цветная гармония», психологический квест «Мой путь к успеху», тренинг softs kills компетенций «Искусство жить в ладу с собой и миром», психологический коучинг «Профессионал будущего», психологический нетворкинг «Успех в нас», психологический митап «Я учусь владеть собой», психологический коучинг «Учимся решать конфликты конструктивно...», профилактический интенсив «В поисках своего призвания», тренинг психологической безопасности «Краски эмоций», тренинг с элементами арт-терапии «Арт-House», профилактический арт-интенсив «Общаться как ...», психологический аква-клуб «Карта конструктивных

3 [https://yar80sh.edu.yar.ru/sotsialno\\_psihologicheskaya\\_sluzhba/shsm/diagnostikakommunikativnogokontrolya.pdf](https://yar80sh.edu.yar.ru/sotsialno_psihologicheskaya_sluzhba/shsm/diagnostikakommunikativnogokontrolya.pdf)

4 <https://library.shsu.am/wp-content/uploads/2018/12/Psikhodiagnostika-stressa.pdf>

5 [https://ypok.pf/library/ekspressdiagnostika\\_viyavleniya\\_urovnya\\_konfliktnosti\\_205815.html](https://ypok.pf/library/ekspressdiagnostika_viyavleniya_urovnya_konfliktnosti_205815.html)

Таблица 1.

Уровень эмоциональных ресурсов будущих водителей.

Уровень ресурса	Диагностируемый ресурс (в %)		
	КК	РпС	К
<b>Высокий</b>	15,6	15,6	31,3
<b>Средний</b>	46,9	46,9	37,4
<b>Низкий</b>	37,5	37,5	31,3

**Условные обозначения:** **КК** – коммуникативный контроль, **РпС** – регуляция при стрессе, **К** – конфликтность.



Рис. 1. Изменение уровня коммуникативного контроля будущих водителей

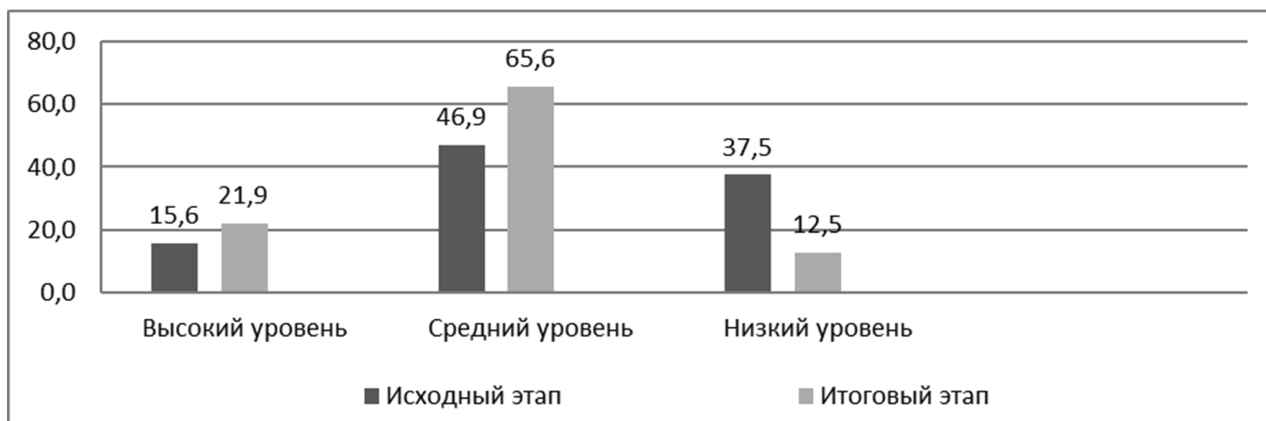


Рис. 2. Изменение уровня регуляции в стрессовых ситуациях будущих водителей

отношений», тренинг с элементами музыкотерапии «Уверенность в будущем», профилактический интенсив «Здоровое поколение – это мы».

Предложенное тематическое разнообразие позволило использовать современные технологии (библиотерапию и песочную анимацию, музыкотерапию, мандалотерапию, маскотерапию, изотерапию, танцевально-двигательную терапию), а также интересные форматы и локации реализации программы (психопросветительские образовательные семинары, профилактические митапы, психологические

интенсивы, профилактические семинары-практикумы, эко-арт-терапевтические активности).

В начале занятий по этому блоку акцент делался на освоение более простых и универсальных техник (азбука эмоций, азбука общения, фразы поддержки и др.). По мере погружения в тренинг стали доступными более сложные арт-терапевтические приемы и техники («Мой мир», «Запутанная история», «Мостик к желаемому состоянию», «Комикс-терапия», «Самопознание и самопомощь», «Я спокоен», «Необитаемый остров», «Волшебная

губка», «Термометр чувств», «Чувствуй! Говори! Доверяй!» и др.). Большинство из них ценны тем, что обладали двойным назначением: в ходе подготовки к вожатской практике применялись для саморазвития, а в процессе предстоящей оздоровительной деятельности предназначались для сохранения (поддержания и / или восстановления) психологической безопасности подростков.

*Контрольно-измерительная часть* представляла собой диагностику основных эмоциональных ресурсов будущих вожатых на исходном и итоговом этапах подготовки в предстоящей деятельности с подростками. Сопоставление результатов диагностики на этих этапах реализации программы представлены на рисунках 1-3.

Анализ рисунка 1 показывает, что наиболее заметно изменилось количество будущих вожатых с низким уровнем коммуникативного контроля, которое снизилось на 21,9 %. Это способствовало увеличению доли будущих вожатых с более качественным уровнем исследуемого ресурса (высоким – на 6,3 %, а со средним – на 15,6 %). Достигнутый результат привел к наращиванию возможности компетентного осуществления ими межличностного общения и взаимодействия, снижению уровня эмоциональной агрессии в общении.

Сопоставление результатов диагностики регуляции в стрессовых ситуациях будущих вожатых представлены на рисунке 2. Анализ рисунка 2 показывает, что наиболее заметно изменилось количество будущих вожатых с низким уровнем регуляции в стрессовых ситуациях, которое снизилось на 25 %. Это способствовало увеличению доли будущих вожатых с более качественным уровнем исследуемого ресурса (высоким – на 6,3 %, а со средним – на 18,7 %).

Таким образом, реализация тренинговой программы для будущих вожатых способствовала развитию высокого и среднего уровня стрессоустойчивости при одновременном снижении ее низкого уровня.

Сопоставление результатов диагностики конфликтности будущих вожатых представлены на рисунке 3. Анализ рисунка 3 показывает, что наиболее заметно изменилось количество будущих вожатых с высоким уровнем конфликтности, которое снизилось на 15,7 %. Это способствовало увеличению доли будущих вожатых с более качественным уровнем исследуемого ресурса (низким – на 3,1 %, а со средним – на 12,6 %).

Исходя из полученных результатов, понятно, что участие в тренинговой программе способствовало развитию конфликтологической компетентности будущих вожатых.

Как показал анализ отчетной документации, представленной после завершения практики, участие в

тренинге способствовало повышению эмоциональной саморегуляции, самоконтроля и конфликтологической компетентности будущих вожатых в стрессовых ситуациях. Это позволило в ходе вожатской практики предотвратить возникновение у них синдрома эмоционального и профессионального выгорания, применять и развивать общее ресурсное состояние, успешно решать задачи сохранения психологической безопасности вверенных им групп подростков.

## Выводы

Современный вожатый является субъектом воспитания, качество реализации деятельности которого непосредственно влияет на результативность пребывания подростков в детской оздоровительной организации и испытываемую ими психологическую безопасность. Это повышает планку его ответственности как за психологическую безопасность подростков, так и за наращивание собственных эмоциональных ресурсов (умения осуществлять эффективный коммуникативный контроль, регулировать эмоциональную сферу при стрессе, проявлять личную ответственность и самообладание в ситуациях конфликта), дефицит которых был обнаружен в ходе исходной диагностики, сдерживал возможность конструктивного разрешения конфликтных и стрессовых ситуаций и нуждался в восполнении.

Для разрешения выявленной проблемы нами была разработана и реализована программа психологического тренинга «Эмоциональная компетентность вожатого», которая состояла из современных интерактивных психолого-педагогических технологий и техник, направленных на восстановление и поддержание ресурсного состояния вожатого. В процессе реализации программы подтвердили свою эффективность такие технологии вовлечения вожатых в процесс наращивания собственных эмоциональных ресурсов, как психологический тренинг, библиотерапия и песочная анимация, музыкотерапия, мандалотерапия, маскотерапия, изотерапия, танцевально-двигательная терапия, пейзажные эко-арт-терапевтические техники. Эффективными оказались предложенные форматы и локации реализации программы – просветительские образовариумы, профилактические митапы, психологические интенсивы, профилактические семинары-практикумы, эко-арт-терапевтические активности.

Как подтвердила итоговая диагностика и отчетная документация, представленная после завершения практики, участие в программе способствовало повышению эмоциональной саморегуляции, самоконтроля и конфликтологической компетентности будущих вожатых в стрессовых ситуациях, а в дальнейшем обеспечило успешное решение ими задач сохранения психологической безопасности подростков в детских оздоровительных организациях.

---

ЛИТЕРАТУРА

1. Варданян Ю.В., Бородастова Ю.В. Модель развития универсальных лидерских компетенций воспитанников оздоровительного детского центра // Проблемы современного педагогического образования. 2024. № 82-1. С. 74-77.
2. Кулаченко М.П. Готовность студенческой молодежи к вожатской деятельности: современный взгляд // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2024. № 2. С. 114-125.
3. Кечина М.А., Шукшина Л.В., Акашкин М.М. Проектирование и реализация технологий библиотерапии в профилактической работе с молодежью // Учебный эксперимент в образовании. 2024. № 2(110). С. 19-25.
4. Орехова И.Л., Тюмасева З.И., Быстрой Е.Б. Профессиональная подготовка будущих педагогов к оздоровительно-воспитательной работе с детьми в летних лагерях // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2021. № 4 (164). С. 111-133.
5. Манаенкова М.П. Эмоциональное выгорание вожатых: психолого-педагогические особенности профилактики // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. 2023. Т. 22. № 1. С. 110-117.
6. Варданян Ю.В., Варданян Л.В., Лежнева Е.А. Развитие мотивационной основы профессиональной стратегии студента в процессе тренинга психологической безопасности // В мире научных открытий. 2015. № 1 (61). С. 364-378.

---

© Варданян Юлия Владимировна (julia\_vardanyan@mail.ru), Кечина Марина Александровна (kechina30@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»