

О.Б. Дарвиш, Д.С. Рысбекова

## О ФОРМИРОВАНИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ

В данной статье рассмотрены теоретические аспекты психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов. На основе анализа психолого-педагогической литературы выделены внутренние и внешние факторы, негативно влияющие на педагогическую деятельность. Результатом исследования стало выделение условий, способствующих формированию психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов.

*Ключевые слова:* педагогическая деятельность, психоэмоциональная устойчивость, внешние факторы, внутренние факторы, условия.

O.B. Darvish, D.S. Rysbekova

## ON THE FORMATION OF PSYCHOEMOTIONAL STABILITY OF FUTURE TEACHERS

This article describes the theoretical aspects of psycho-emotional stability of future teachers. Based on the analysis of psychological and pedagogical literature, internal and external factors affecting teaching activities are highlighted. The result of this research is the selection of conditions, which conduct to the formation of psychoemotional stability of future teachers.

*Key words:* pedagogical activity, phychoemotional stability, external factors, internal factors, conditions.

Современная концепция образования предполагает постоянное повышение качества педагогического образования. Начало этого процесса – в профессиональной подготовке будущих педагогов, в формировании знаний, умений и навыков успешной педагогической деятельности. При такой подготовке начинающие педагоги образуют профессиональную среду, стимулирующую педагогов со стажем к переоценке и совершенствованию своей деятельности. В нормативных документах развития системы образования Республики Казахстан отмечено, что основной тенденцией развития высшего образования является повышение качества подготовки специалистов, обеспечение новых направлений подготовки.

Одним из важнейших профессионально значимых качеств будущего педагога, которое способствует адаптации и успешности в профессии, сохранению психологического здоровья и стабильности эмоционального состояния при реализации педагогической деятельности, позволяет предотвратить развитие синдрома эмоционального выгорания и деформацию личности, выступает эмоциональная устойчивость. Ведь значение психоэмоциональной устойчивости в успешной деятельности будущего педагога обуславливается влиянием эмоциональной сферы на познава-

тельные процессы, на качество этой деятельности. Особую актуальность приобретает проблема развития психоэмоциональной устойчивости для деятельности будущего педагога как одного из его профессионально важных качеств и личностных особенностей. Работе педагога характерна повышенная эмоциогенность, большое количество социальных контактов, необходимость регулярно формулировать проблемы и искать пути для их решения, определять конструктивные способы разрешения конфликтов и учитывать многомерность профессиональной деятельности, сочетающую задачи по обучению, развитию и воспитанию [1].

Проблема эмоциональной устойчивости является одной из наиболее сложных и актуальных в современной науке. Анализ психолого-педагогической литературы по изучаемой проблеме показывает, что данная проблема стало объектом исследования целого ряда зарубежных, российских и казахстанских ученых. Так, в работах G. Alessandri, J.T. Cacioppo, M. Crede, S. Chen, W. Dryden, J.E. Ormrod, A.P. Vanbreda и других с XXI века феномен «психоэмоциональная устойчивость» стал предметом пристального внимания. Педагогические проблемы эмоциональных состояний учителя достаточно подробно рассмотрены в работах таких ученых, как: А.А. Черни-

кова, А.В. Потапов, Л.М. Митина, Е.Ю. Никитина, Н.С. Пряжников и др.

В педагогических исследованиях казахстанских ученых нашли отражение отдельные аспекты поддержания и повышения психологической устойчивости: в процессе профессионального обучения будущего педагога (Н.В. Мирза) и профессионального развития учителя (Б.А. Ахметова, Р.В. Дюсембеков); студентов в учебно-познавательной деятельности (А.А. Толегенова, Г.Т. Толегенова, А.И. Шужебаева).

В рамках личностно-деятельностного подхода казахстанские ученые-психологи С.М. Джакупов, А.К. Сатова, Н.Б. Жиенбаева, О.С. Сангилбаев, А.Р. Ерментаева и другие рассматривали отдельные показатели психоэмоциональной устойчивости личности через анализ профессиональной и коммуникативной подготовки субъектов образовательного процесса. Большой вклад в разработку проблемы влияния эмоционального состояния на профессиональную деятельность преподавателей внесли психологи Н.С. Ахтаева, З.Б. Мадалиева, Б.Д. Байтукбаева, исследовавшие вопросы психоэмоциональной готовности к преподавательской деятельности как значимой составляющей педагога-профессионала; взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и нервно-психической устойчивости.

Анализ исследований в психолого-педагогической науке позволил выделить значимость формирования психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов и ее обусловленность тремя факторами. Во-первых, высокий уровень психоэмоциональной устойчивости является условием эффективной преподавательской деятельности. Во-вторых, развитие психоэмоциональной устойчивости является профилактикой профессионального выгорания – состояния полного истощения, согласно Международной классификации болезней [2, с. 25]. В-третьих, развитие психоэмоциональной устойчивости педагога необходимо проводить на стадии обучения профессии, чем удается «достроить» ее у педагогов со стажем с уже сформировавшимся своим стилем преподавания.

Психоэмоциональная устойчивость выступает значимым фактором регуляции действий, обеспечивающим эмоционально-волевой компонент психологической готовности личности к разным видам деятельности. Она же определяет развитие и иных компонентов деятельности, в том числе оценочного, мотивационного и гностического.

Фактически психоэмоциональная устойчивость будущего педагога является одной из составляющих его профессиональной компетентности. При этом государственные стандарты к обязательному минимуму содержания образовательной программы будущих педагогов не ориентированы на формирование психоэмоциональной устойчивости студентов. Разрозненные аспекты упоминания об эмоциональном аспекте не позволяют вывести будущего педагога на развитие этого качества. Это обуславливает противоречие между реальной необходимостью в развитии психоэмоциональной устойчивости студентов и отсутствием психолого-педагогических условий для этого, в связи с чем проблема заключается в определении условий и включении их в процесс подготовки будущих педагогов.

Для характеристики специфики формирования психоэмоциональной устойчивости педагога необходимо выявить сущность его деятельности, которую можно отождествить с единством цели, операций, мотивации и результата.

Деятельность педагога – специфический вид социальной деятельности, нацеленный на передачу культуры и опыта от взрослого поколения молодому, на создание условий для развития личности представителей младшего поколения и их подготовку к выполнению выбранных социальных ролей [3].

Деятельность любого педагога связана с большим количеством эмоциогенных ситуаций и ситуаций когнитивной сложности общения с другими людьми. Как правило, педагогическую деятельность относят к классу профессий «человек-человек», поскольку объект, на изменение которого направлена деятельность, именно человек. Параллельно с этой позицией существует мнение, согласно которому деятельность педагога является многофункциональной и относится к классу «человек-оператор», так как связана с одновременным выполнением множества функций и действий в условиях неоптимальных для эффективной работы. Так, профессиональная необходимость подавать учебный материал аргументированно и лексически, и методически, и дидактически в течение жестко регламентированного промежутка времени большому по численности коллективу учащихся может рассматриваться как аналог полифункциональной операторской деятельности с большим числом объектов внимания [4, с. 27]. С другой стороны, трактовка понятия компетентности изменчива во

времени и подвижна: меняется чередой ситуаций, культурные шаблоны, нормы и цели, технологии преподавания и сами учащиеся, их способности, возможности и требования. Но запрос на компетентность педагога остается инвариантным и устойчивым именно благодаря подвижности на-полнения этого понятия.

Невысокий уровень психологической культуры, слабо развитые коммуникативные способности и отсутствие навыков саморегуляции – причины того, что очень многие педагоги (в процентном соотношении с остальными профессиями) имеют заболевания нервно-психического и соматического характера, вызванные стрессом. Эта ситуация становится причиной развития невротических расстройств у учащихся, которые проводят в напряженной среде значительную часть жизни, и создается эта среда в том числе педагогами [5, с. 59]. Психоэмоциональная устойчивость ослабляет негативное влияние эмоциогенных ситуаций, возникающих в процессе педагогической деятельности, и помогает предупредить крайний стресс, подготавливая человека к эффективному выполнению деятельности в напряженной обстановке.

А. Лэнгл отмечает, что в профессиональной деятельности педагога эмоциональные факторы, имеющие отношение не к общезначимым условиям, а к индивидуальности педагога и уникальному эмоциональному строю его личности, способны вызвать эмоциональное напряжение даже в неэмоциогенных ситуациях [6, с. 55]. Это связано с тем, что педагог может испытывать влияние внутренних факторов, вызывающих негативные эмоции, в том числе отсутствие ответа на вопрос как обучить данного учащегося. Для педагога важно быть двойным специалистом: в области преподаваемой науки (например, философии) и в области методики ее преподавания (собственно педагогические вопросы).

Таким образом, анализ литературы позволил выделить факторы негативного влияния на педагогическую деятельность: внешние (объективные) факторы, связанные с деятельностью педагога, и внутренние (субъективные) – это индивидуальные особенности личности профессионала.

К внешним факторам относятся недочеты в организации деятельности педагогов, ее жесткая регламентация, повышенная степень зависимости преподавателя от администрации, неправильно распределенная учебная нагрузка, непродуманное стимулирование труда, неопределенные

перспективы профессионального роста, «выпадение» педагога из управления образовательным учреждением, негативный психологический климат преподавательского коллектива, складывающийся под действием сложной системы отношений и выражающийся в соответствующем настрое коллектива. Учащенные конфликты во взаимоотношениях с коллегами и администрацией, недостаток поддержки и сплоченности в педагогическом коллективе отрицательно сказываются на психоэмоциональном состоянии его участников, порождают тягостные переживания. На этом фоне конфликты с учащимися, работа с группой субъектов различных характеров выливаются в критическую точку эмоциональной напряженности.

В качестве внутренних факторов выступают: значительный уровень нейротизма, выражающийся в повышенной возбудимости, в высокой степени реактивности, пониженном пороге переживания дистресса и превалировании эмоциональных состояний, окрашенных в негативные тона. Еще одним субъективным фактором являются разногласия в системах ценностей, приводящие к невозможности реализации преподавателем целей, образующих смысл жизни и важных для совершения профессиональной деятельности поведенческих стереотипов, действий или значимых личностных качеств. Третьим фактором является неформальность принципов самоконтроля в эмоциональной и поведенческой сфере личности педагога [1].

При сформированной психоэмоциональной устойчивости педагог не пропускает эмоцию через себя (не переживает ее), а анализирует ее интеллектуально. Для ответной реакции на внешний негативный фактор педагог использует свой эмоциональный интеллект: реакция подбирается для конструктивного разрешения ситуации. В случае, если источником негативного фактора выступает учащийся, эмоциональность ответа подбирается «во благо учащегося»

Таким образом, под психоэмоциональной устойчивостью следует понимать способность будущего педагога не подвергаться деструктивному влиянию внутренних и внешних факторов на уровне психического отражения объекта влияния, а также совершенствование содержательных компонентов психоэмоциональной устойчивости (мотивационного, когнитивного, эмоционального, поведенческого) будущих педагогов. Психоэмоциональная устойчивость педагогов выступает необходимой детерминантой

профессиональной компетентности педагога, коммуникативности и является профилактикой профессиональной деформации и синдрома эмоционального выгорания.

Наше исследование, проведенное на базе Государственного университета имени Шакарима города Семей Республики Казахстан, позволило выделить следующие условия формирования психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов:

- формирование психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов должно проводиться на основе модели, что обеспечит организацию,

комплексность, непрерывность, устойчивость развития личности в целом;

- оптимизация системы освоения будущими педагогами способов оценки негативной, вызванной личными ошибками и поражениями, ситуации с позиции отстраненного созерцания, а также научиться ассоциировать себя с памятью о тех обстоятельствах, когда удастся успешно решать поставленные задачи посредством практических занятий, тренингов и т. д.;

- включение комплекса дисциплин, предполагающих развитие психологической устойчивости педагогов к внешним факторам.

### Библиографический список

1. Байтукбаева, Б. Д. Психолого-педагогические условия формирования психоэмоциональной устойчивости будущих педагогов вуза : дис. ... д-ра философии (PhD) / Б. Д. Байтукбаева. — Алматы, 2014.
2. World Health Organization. The ICD-10 Classification of Mental and Behavioral Disorders: clinical descriptions and diagnostic guidelines. — Geneva : WHO. — 1992. — Z. 73.
3. Никитина, Е. Ю. Теория и практика подготовки будущего педагога к управлению дифференциацией образования : монография / Е. Ю. Никитина. — Челябинск : Изд-во ЧГПУ, 2000. — 285 с.
4. Мадалиева, З. Б. Психологические основы управления эмоциональным состоянием учителя : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / З. Б. Мадалиева. — Алматы, 2002. — 158 с.
5. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — 2-е изд. — Москва : Academia, 2005. — 205 с.
6. Langle, A. Existential meaning and Possibilities of Prevention / A. Langle // European Psychotherapy. — 2004. — Vol. 4. — № 1. — P. 54–56.