

О. А. Гульбс

канд. психол. наук, доцент

Краматорський економіко-гуманітарний інститут, м. Краматорськ

ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ВИКЛАДАЧА ВИЩОЇ ШКОЛИ ЯК КОМПОНЕНТА ПРОФЕСІЙНОЇ СВІДОМОСТІ

В статті розглядається проблема вивчення емоційного стану та його корекція викладача вищої школи. Емоційна сфера розглядається як компонент категоріальної структури професійної свідомості викладача вищої школи.

Ключові слова: емоційний стан, особистість викладача вищої школи, професійна свідомість, професійна діяльність, емоційна культура, корекція, категоріальна структура.

Постановка проблеми. Проблема формування емоційної сфери викладача вищої школи є однією з ведучих в галузі професійної освіти. Педагогічна діяльність через перенасиченість її стресогенними факторами вимагає від фахівця потужних резервів самовпорядкування і саме тому вона належить до найбільш напружених в емоційному плані видів професійної діяльності. Емоційний компонент свідомості є своєрідною внутрішньою мірою сприйнятливості особистості, виявлення її здатності переживати глибоке задоволення в зв'язку з поведінкою інших людей і своєю власною, в якій реалізуються норма або переживання незадоволення, обурення, коли ці норми порушуються.

В той же час емоційний фактор і його можливості в професійній діяльності викладачів вищих навчальних закладів все ще недостатньо обґрунтовані, слабо враховується необхідність емоційного розвитку викладача і його вплив на емоційне виховання майбутніх фахівців.

Аналіз останніх досліджень. В сучасних дослідженнях накопичений обширний матеріал відносно підходів до розвитку емоційної сфери особистості, формування емоційної культури, виділені показники і критерії даних феноменів (Бучек Л. І., Гозман Л. Я., Карамушка Л. М., Кириленко Т. С., Максименко С. Д., Рубінштейн С. Л., Санникова О. П., Семиченко Т. С., Сімонов П. В. та інші) [2; 3; 6; 7; 10; 12–16].

Спираючись на принцип єдності свідомості і діяльності, ряд дослідників відмічають, що свідомість особистості включає «не тільки знання, але й переживання того, що у світі значущого для людини, з огляду ставлення до її потреб, інтересів... Переживання обумовлено реальними життєвими взаєминами, у які включено життя індивіда, реальним контекстом його життя і діяльності» [1, с. 152]. В. Зибковець висловлює думку, що моральні почуття — симпатія і антипатія, обурення і схвалення, довіра і недовіра є первинним та основоположним рівнем структури свідомості, який відбиває моральну орієнтацію особистості» [4, с. 18]. Т. Титаренко вважає, що моральні почуття є первинним і основним елементом свідомості [17, с. 21].

Розглядаючи свідомість як єдність раціонального й чуттєвого, Ю. Сидоренко висловлює думку, що почуття виступають як психічні реакції і стани, у яких людина переживає свою залежність від суспільства, від інших людей, своє ставлення до своїх та чужих вчинків залежно від ступеня їх моральних цінностей [15, с. 83].

Відповідно до теорії емоцій П. Симонова емоції виникають у результаті усвідомленого або неусвідомленого зіставлення інформації про засоби, що необхідні для задоволення тієї або іншої потреби, з інформацією про реальні наявні засоби [16, с. 48].

Огляд досліджень показує, що емоції, з одного боку, виступають як внутрішні спонуки до діяльності, з іншого боку, емоції виражають стан суб'єкта і його відношення до об'єкту. При цьому вони носять оцінний характер [12, с. 193]. У структурі професійної свідомості викладача вищої школи «емоційний компонент несе на собі основне психологічне навантаження... тому, що у ньому виявлена сутність суб'єктивного ставлення особистості до норм та вимог» [5, с. 9].

Емоційна сфера професійної свідомості є віддзеркаленням відношення суб'єкта або в цілому до професійної діяльності викладача, до себе як фахівця, або до окремих професійно значущих сторін своєї особистості і діяльності у зв'язку з своїми потребами і мотивами. Зміст афективної складової професійної свідомості викладача можна представити у вигляді професійного інтересу, професійного самовідношення, професійної самооцінки. Самовідношення виступає як потужна стимул-реакція професійного і особистісного саморозвитку і самоудосконалення. Професійна самооцінка викладача виражає оцінку потенціалу з точки зору певної системи цінностей. Залежно від характеру стосунків до різних об'єктів соціальної дійсності викладачі проявляють моральні, праксичні, інтелектуальні і естетичні відчуття [11, с. 71; 18, с. 57].

До змісту емоційної складової професійної свідомості викладача дослідники відносять емпатію і емоційну стійкість як професійно значущі особистісні якості і переживання, що відділяють особистісно-значиме від всього пізнаваного в педагогічній реальності і в самому собі, і які є особистісно-мотиваційним планом професійної свідомості викладача. В основі переживань лежить ціннісно-сміслова перебудова свідомості викладача. Результатом дії емоційно-ціннісної складової професійної свідомості є переживання суб'єктом своїх досягнень як успішних або неуспішних, прагнення до досягнення цілей тієї міри складності, на яку викладач вважає себе здатним [2; 5; 8; 9; 11].

Формування мети статті і постановка задачі. Вивчення емоційного стану викладача вищої школи як компонента категоріальної структури професійної свідомості та його корекція.

Виклад основного матеріалу. При вивченні категоріальної структури професійної свідомості викладача нами було проведено теоретичне і емпіричне дослідження: аналіз особливостей професійної свідомості викладача; професіографічний аналіз структури професійної діяльності викладача; вивчення еталонів професійної свідомості викладача. На основі цих

досліджень розроблені: загальна схема професійної діяльності викладача; схеми-моделі професіограми і психограми діяльності викладача. Такий підхід дозволив нам виявити важливі компоненти професійної свідомості особистості викладача, що характеризують: когнітивні процеси, мотиваційно-цільову сферу, напрямки професійної спрямованості, особливості емоційного стану, емоційну та комунікативну культуру.

У дослідженні взяли участь викладачі гуманітарних дисциплін. Вони були розділені на чотири групи за ознакою професійного досвіду: магістри — майбутні викладачі вищої школи, викладачі зі стажем роботи до десяти років, викладачі зі стажем десять-двадцять років і вище двадцяти років.

У дослідженні використовувалися психодіагностичні методики: методика К. Замфір у модифікації А. О. Реана, оцінка мотивації педагогічної діяльності, яка дозволяє виявити на основі виразності конкретних мотивів педагогічної діяльності мотиваційні компоненти: внутрішню мотивацію, зовнішню позитивну мотивацію, зовнішню негативну мотивацію, а також ступінь оптимального мотиваційного комплексу; тест «Дослідження рівня суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, що дозволяє визначити екстернальність-інтернальність як узагальнену характеристику особистості; особистісний опитувальник FPI (форма B), що дозволяє визначити такі стани і властивості особистості, які мають значення для регуляції поведінки у скрутних ситуаціях: емоційну стійкість, врівноваженість, невротичність, дратівливість; тест самоактуалізації Л. Л. Гозмана, М. В. Кроза, М. В. Латинської.

На основі отриманих результатів за методикою К. Замфір у модифікації А. О. Реана із усієї вибірки досліджуваних викладачів різного стажу роботи була виділена група викладачів з оптимальним мотиваційним комплексом: висока вага внутрішньої і зовнішньої позитивної мотивації і низька вага зовнішньої негативної. Важливою інтегральною характеристикою особистості є локус контролю, який показує взаємозв'язок ставлення до себе і ставлення до навколишнього світу. Дослідження показують, що поведінка людини багато у чому залежить від рівня суб'єктивного контролю, або локусу контролю, — базової особистісної характеристики, по якій можна судити про те, у якому ступені людина вважає себе активним суб'єктом своєї власної діяльності, а у якому ступені — пасивним об'єктом дії інших людей і зовнішніх обставин [18, с. 143]. Проведене дослідження дозволило виявити ступінь прояву емоційної сфери викладачів різних стажевих груп за наступними параметрами: інтервальний локус контролю як показник здатності особистості до конструктивного вирішення психологічних труднощів; гнучкість поведінки як ступінь усвідомленості емоційної поведінки, спрямованої на подолання бар'єрів при високому рівні кореляції з інтернальністю; врівноваженість, що відображає стійкість до стресу, де високі показники свідчать про великий ступінь захищеності від впливу стрес-факторів звичайних життєвих ситуацій; емоційну лабільність; невротичність, що збільшує труднощі знаходження виходу зі скрутних станів і підвищену заклопотаність людини власними переживаннями;

дратівливість як показник нестійкого емоційного стану зі схильністю до афективного реагування; показник за шкалою реактивної агресивності, що відображає схильність до фрустраційних станів, у результаті яких і проявляється агресивність; спонтанна агресивність як показник підвищеного рівня психопатизації, що створює передумови для імпульсивної поведінки. Порівняльний аналіз за виділеними показниками свідчить про низький ступінь прояву емоційної гнучкості поведінки у групах викладачів зі стажем роботи до десяти років та магістрів. Високий рівень емоційної лабільності, емоційно нестійкої поведінки, відзначений у цих групах викладачів, відображає часту схильність до напружених емоційних станів і низьку здатність справлятися з ними.

В дослідженні встановлено низький ступінь прояву реактивної і спонтанної агресивності у викладачів зі стажем роботи десять-двадцять років і вище двадцяти років. Ці групи викладачів краще вміють регулювати свою поведінку. Наявність позитивного кореляційного зв'язку між реактивною агресивністю і проявами бар'єрів — дратівливістю, невротичністю, емоційною лабільністю — свідчить про високу схильність до фрустраційних станів магістрів і викладачів зі стажем роботи до десяти років.

Дані дослідження свідчать про те, що по локалізації суб'єктивного контролю у невдачах (на рівні значимості не менш 0,01) магістрам та викладачам, що пропрацювали у навчальному закладі зі стажем роботи до десяти років, властива більш висока виразність інтернальності порівняно з викладачами зі стажем роботи десять-двадцять років, що відображає їхню більшу схильність пов'язувати причини своїх професійних невдач із власними діями, але усе ж таки рівень локусу контролю у цих групах є на рівні статистичної норми.

Невисокі показники за шкалою реактивної агресивності у викладачів зі стажем роботи вище двадцяти років, порівняно з викладачами інших груп, підтверджують факт їхньої меншої схильності до фрустраційних станів. Магістри та викладачі зі стажем роботи до десяти років більше піддані фрустраційним станам і погано вміють справлятися з ними. Це положення підтверджується наявністю позитивного кореляційного зв'язку у вибірці цих груп між реактивною агресивністю і дратівливістю ($r=0,41$, $p<0,01$), між реактивною агресивністю і невротичністю ($r=0,27$, $p<0,05$), між реактивною агресивністю та емоційною лабільністю ($r=0,45$, $p<0,01$), між реактивною агресивністю і депресивністю ($r=0,26$, $p<0,05$).

Дані порівняльного аналізу рівня емоційної лабільності показали, що магістри та викладачі зі стажем роботи до десяти років мають високий рівень емоційної лабільності порівняно зі своїми колегами зі стажем роботи десять-двадцять років ($t=5$ при $p<0,001$) і мають частіше інших нестійкість емоційного стану, що проявляється у частій зміні настрою, підвищеній збудливості, недостатній саморегуляції, вони гірше вміють володіти собою. При аналізі взаємин гнучкості поведінки з локусом контролю у порівнюваних групах відсутня значима позитивна кореляційна залежність. У той же час спостерігаються різноманітні значимі кореляційні зв'язки між депресивністю та інтернальністю в професійній

діяльності — у викладачів зі стажем роботи до десяти років $r=-0,28$ при $p<0,05$.

Негативний зв'язок відзначається у групі викладачів зі стажем вище двадцяти років між врівноваженістю ($r=-0,28$ при $p<0,05$) і інтернальністю у невдачах, невротичністю ($r=-0,28$ при $p<0,05$) і депресивністю ($r=-0,39$ при $p<0,01$) та інтернальністю у досягненнях, невротичністю ($r=-0,29$ при $p<0,05$), депресивністю ($r=-0,44$ при $p<0,01$), дратівливістю ($r=-0,24$ при $p<0,05$) і загальною інтернальністю.

Ступінь здатності приймати своє роздратування, гнів та агресивність як природний прояв людської природи у викладачів порівнюваних груп є приблизно однаковим. Відсутність кореляційного зв'язку зі шкалою інтернальності і рівнем прийняття агресивності не дозволяє визначити наявність тенденції до усвідомлення бар'єру та адекватному до нього ставленню у порівнюваних групах. Результати дослідження рівня позитивної самооцінки викладачів показали високий рівень здатності цінувати свої досягнення, позитивні властивості характеру, поважати себе за них у групі викладачів зі стажем десять-двадцять років роботи порівняно з їх колегами, які мають стаж роботи до десяти років ($t= 5,4$ при $p<0,01$). Наявність значимих зв'язків між позитивною самооцінкою і усіма проявами бар'єростійкої поведінки свідчить про великий вплив здатності цінувати свої достоїнства і поважати себе на ступінь бар'єростійкості викладачів зі стажем десять-двадцять років і вище двадцяти років, що відображається у наступних коефіцієнтах кореляції у цих групах викладачів: $r=0,25$ ($p<0,05$) — прямий зв'язок із гнучкістю поведінки; $r=0,40$ ($p<0,01$) — прямий зв'язок з врівноваженістю позитивної самооцінки викладачів; $r=-0,41$ ($p<0,01$) — негативна залежність між невротичністю і самоповагою, $r=-0,38$ ($p<0,01$) — негативна залежність між депресивністю і самоповагою; $r=-0,34$ ($p<0,01$) — зворотно пропорційна залежність між дратівливістю і самоповагою викладачів. Отримані результати говорять про активну включеність цих викладачів в процес подолання труднощів.

Практична реалізація програми конструктивної зміни поведінки викладача, розвиток його емоційної культури здійснювалися нами у формах науково-практичних семінарів, тренінгів і психотехнологій. На науково-практичному семінарі здійснювалось знайомство викладачів з методами зняття напруження. На тренінгах формували вміння викладачів управляти своїм психофізичним станом, контролювати свою поведінку. Використовувалися наступні методики: релаксаційні заняття, що допомагають зняти психічне напруження і сприяють зниженню негативних емоцій, гніву, роздратування, підвищеної тривожності та агресії; психотехнічні вправи, ділові ігри і тренінги, які допомагають підвищити професійну майстерність, навчитися знімати стомлення і напруження, відновлювати працездатність, оптимально будувати спілкування з оточуючими; психоаналітична методика «Символдрама» дозволила провести сеанси діагностики та психотерапії емоційного стану викладачів; технології тілесної терапії та танцетерапії, що підвищували емоційний настрій, знімали втому та негативізм.

Після корекційних занять в експериментальній групі переважали наступні висловлювання: зосереджуюся на проблемі і думаю, як її можна вирішити; намагаюся вникнути у ситуацію; обмірковую те, що трапалося, і своє ставлення до цієї події; аналізую проблему, перш ніж реагувати на неї; вирішую, що важливіше треба робити; контролюю ситуацію; розробляю декілька різних рішень проблеми; намагаюся зібратися, щоб вийти переможцем із ситуації; визначаю курс дій і дотримуюся його. Викладачі контрольної групи: звинувачую себе за нерішучість; відчуваю роздратування; турбуюся про те, що я буду робити; переживаю, що не можу впоратися із ситуацією; відчуваю нервові напруження; звинувачую себе, що опинився у даній ситуації.

Порівнюючи відповіді викладачів експериментальної та контрольної груп, зазначимо, що у відповідях більшості викладачів експериментальної групи після проведеної корекційної програми відзначається самостійне продовження роботи над розвитком у себе вмінь актуалізувати і підтримувати позитивно забарвлені емоційний, вольовий, інтелектуальний стани. У ситуації емоційних труднощів викладачі експериментальної групи після корекційної роботи адекватно сприймають важкі події, аналізують їх, контролюють свій власний стан, беруть на себе відповідальність за вирішення складних ситуацій. Викладачі контрольної групи у ситуаціях емоційних труднощів відчувають негативно забарвлені емоційний, вольовий, інтелектуальний стани: роздратування, напруження, емоційний шок, нездатність діяти, небажання осмислювати і вирішувати ситуацію, відхід від труднощів. У ситуаціях емоційних труднощів викладачі, з якими була проведена робота з розвитку стійкості поведінки до емоційних навантажень, адекватно сприймають важкі події, аналізують їх, контролюють свій власний стан, беруть на себе відповідальність за вирішення ситуації, тобто у них вище бар'єростійкість і більше можливостей щодо підвищення професіоналізму.

Висновки

1. Узагальнення досліджень щодо проблеми емоційних станів викладачів вищої школи, дає можливість визначити що негативними проявами в емоційній сфері викладача можуть бути: емоційне вигорання, виснаження, скорочення особистісних досягнень в викладацькій діяльності, погіршення психічного і фізичного здоров'я, порушення системи міжособистісних стосунків, зниження ефективності професійної діяльності, розвиток негативних установок по відношенню до колег та студентів.

2. Емоційну культуру викладача вищої школи характеризує врівноваженість, емоційна стійкість, адекватне сприймання ситуації психологічних труднощів особистістю, яка упевнена у собі, задоволена своєю професійною діяльністю. Конструктивному подоланню психологічних труднощів перешкоджають низький ступінь позитивної самооцінки, незадоволеність власними можливостями, негативні характеристики емоційного стану: невротичність, депресивність, дратівливість, агресивність.

3. Викладачі вищої школи мають середній ступінь прояву бар'єростійкості. Найбільш виражена здатність регулювати свою поведінку у викладачів зі стажем роботи десять-двадцять років. Магістри — майбутні викладачі вищої школи і викладачі зі стажем роботи до десяти років піддаються активній корекції емоційного стану, підвищенню психологічної стійкості до стресів та розвитку емоційної культури.

4. Дослідження показало, що викладачі усіх груп мають оцінки за шкалами інтернальності на рівні статистичної норми. У професійній діяльності викладачів гуманітарних спеціальностей переважає зовнішній локус контролю, що дозволяє адаптуватися до напружених ситуацій і зберігати впевненість у собі, у своїх здібностях і переборювати психологічні труднощі.

5. Проведений кореляційний аналіз емоційних станів викладачів з різним стажем роботи свідчить про здатність до конструктивного подолання психологічних труднощів викладачами зі стажем роботи до десяти років. У викладачів зі стажем роботи понад двадцяти років встановлено низький ступінь прояву реактивної і спонтанної агресивності, і ці викладачі у меншому ступені проявляють імпульсивність і краще вміють регулювати свою поведінку. Викладачі з низьким ступенем прояву емоційної культури неадекватно сприймають важкі ситуації, оцінюють психологічний бар'єр як подію, спрямовану проти них, як погрозу особистісному благополуччю.

Література

1. Абульханова К. А. Психология и сознание личности. Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности / К. А. Абульханова. — Воронеж: НПО «МОДЭК», 1999. — 216 с.
2. Бучек Л. І. Аналіз емоційної стійкості як прояву особливостей саморегуляції особистості: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Бучек Лев Ігнатович. — К., 1993. — 111 с.
3. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений / Л. Я. Гозман. — М., 1987. — 257 с.
4. Зыбковец В. Ф. Происхождение нравственности / В. Ф. Зыбковец. — М.: Политиздат, 1974. — 126 с.
5. Кайрис Е. Д. Развитие эмпатии в профессиональном становлении студентов высших педагогических учебных заведений: дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / Кайрис Евгений Данилович. — К., 2002. — 244 с.
6. Карамушка Л. М. Психология управління закладами середньої освіти: Монографія / Л. М. Карамушка. — К.: Ніка-центр, 2000. — 332 с.
7. Кириленко Т. С. Психология: емоційна сфера особистості. Навч. посіб. / Т. С. Кириленко. — К. : Либідь, 2007. — 256 с.
8. Косенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія / Е. Л. Косенко, Н. В. Коврига. — К. : Вища школа, 2003. — 125 с.
9. Макаревич О. П. Психология регуляції поведінки особистості у складних ситуаціях: монографія / О. П. Макаревич. — К.: Оріони, 2001. — 233 с.
10. Максименко С. Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития в психологии) / С. Д. Максименко. — М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 2000. — 320 с.
11. Орищенко О. А. Диференційно-психологічний аналіз емпатії: дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 / Орищенко Олег Анатольович. — Одеса, 2004. — 202 с.
12. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. — Т. 1 / С. Л. Рубинштейн. — М. : АПН СССР. — 1989. — 528 с.

13. Санников О. П. Эмоциональность в структуре профессиональных свойств личности (на примере представителей социэкономических профессий): дис. ... д-ра психол. наук: спец. 19.00.01 / Санников Остап Петрович. — К., 1996. — 407 с.
14. Семиченко В. А. Моделювання структури педагогічної діяльності. — КДПГ. — Ялта: НМЦ «Надія», 2000. — 76 с.
15. Сидоренко Ю. И. Психофизиологическая база морального сознания / Ю. И. Сидоренко // Вестник Костромского гос. ун-та им. Н. А. Некрасова. — 2005. — № 9. — С. 87–92.
16. Симонов П. В. Потребностно-информационная теория эмоций / П. В. Симонов // Вопросы психологии. — 1982. — № 6. — С. 44–56.
17. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування / Т. М. Титаренко. — К.: Главник, 2004. — 96 с.
18. Чебыкин А. Я. Проблема эмоциональной устойчивости /А. Я. Чебыкин. — Одесса, 1995. — 195 с.

О. А. Гульбс

канд. психол. наук, доцент

Краматорский экономико-гуманитарный институт

ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ КАК КОМПОНЕНТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ

Резюме

В статье рассматривается проблема изучения эмоционального состояния преподавателя высшей школы и его коррекция. Эмоциональная сфера рассматривается как компонент категориальной структуры профессионального сознания преподавателя высшей школы.

Ключевые слова: эмоциональное состояние, личность преподавателя высшей школы, профессиональное сознание, профессиональная деятельность, эмоциональная культура, коррекция, категориальная структура.

O. A. Gulbs

candidate of psychological sciences, assistant of professor

Kramatorsk economico-humanical institute

THE RESEARCH OF THE EMOTIONAL STATE OF TEACHER OF HIGHER SCHOOL AS COMPONENT OF PROFESSIONAL CONSCIOUSNESS

Summary

The problem of study of the emotional state of teacher of higher school is examined in the article. An emotional sphere is examined as a component of category structure of professional consciousness of teacher of higher school.

Key words: emotional state, personality of teacher of higher school, professional consciousness, professional activity, emotional culture, category structure.