

К ПРОБЛЕМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ (НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП ОБУЧЕНИЯ)

УДК 159.92

Султанова И.В.

Эмоциональная устойчивость связана с рядом личностных характеристик и внешних условий, с которыми сталкиваются студенты на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении. Выявление этих характеристик возможно при использовании специально подобранного диагностического инструментария, позволяющего выявить особенности эмоциональной сферы студентов-первокурсников и причины возникающих трудностей, связанных с эмоциональной неустойчивостью.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, психическое и соматическое здоровье, психолого-педагогический эксперимент, диагностический инструментарий, методики.

Емоційна стійкість пов'язана з рядом особових характеристик і зовнішніх умов, з якими стикаються студенти на початковому етапі вчення у вищому навчальному закладі. Виявлення цих характеристик можливе при використанні спеціально підбраного діагностичного інструментарію, що дозволяє виявити особливості емоційної сфери студентів-першокурсників і причини труднощів, що виникають, пов'язаних з емоційною нестійкістю.

Ключові слова: емоційна стійкість, психічне і соматичне здоров'я, психолого-педагогічний експеримент, діагностичний інструментарій, методики.

Emotional stability is connected to the row of personality descriptions and external terms into which students run on the initial stage of teaching in the high educational establishment. The special diagnostic tool which is described in this article helps to find out the specific of emotional sphere of the first year students and reason of difficulties, related to emotional instability.

Key words: emotional stability, psychical and somatic health, psycho-pedagogical experiment, diagnostic tool, methods.

Актуальность исследования. Психическое и соматическое здоровье студентов зависит от их эмоциональной устойчивости на начальном этапе обучения, определяется наличием в их жизни и деятельности стрессогенных факторов таких, как: новая социальная среда, изменение личностного статуса, период адаптации к новым социальным условиям и новой социальной роли. С началом студенческой жизни возникает новый этап в становлении личностной позиции, которая отражается в стиле жизни, сопровождается действиями, направленными на признание своего более высокого статуса среди студентов-однокурсников. При наличии негативных внешних факторов, низкий уровень адаптированности, эмоциональной устойчивости может приве-

сти к дезадаптации студентов на начальном этапе обучения, что часто сопровождается использованием неадекватных способов поведения, неуспеваемостью и т.п. Данная ситуация негативно отражается на психическом и физическом здоровье студентов.

Как отмечает академик С.Д.Максименко, «Сосредоточение внимания на проблеме психогигиенического воспитания и здорового образа жизни среди молодежи является крайне важным» [1, с. 65]. В вопросах организации учебно-воспитательного процесса необходимо создавать условия по повышению эмоциональной устойчивости студентов, профилактики физического и нервно-психического здоровья, оптимального режима нервно-психического напряжения, которые бы способствовали развитию гармоничной личности.

Анализ исследований и публикаций. Проблема выявления стрессогенных факторов, становления и формирования эмоционально устойчивой личности студентов в процессе обучения в высшем учебном заведении нашла отражение в исследованиях таких отечественных психологов, как Л.Ф. Бурлачика, И.В. Вачкова, В.П. Захарова, С.Д. Максименко, В.А. Семиченко, Т.С. Яценко и др.

Целью данной статьи является обоснование диагностического инструментария для определения часто встречающихся причин снижения уровня эмоциональной устойчивости студентов, выявление осведомленности, степени выраженности и определения уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения

Изложение основного материала. Исследование проблемы эмоциональной устойчивости студентов на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении состоит из двух этапов: констатирующего и формирующего эксперимента. Психолого-педагогический эксперимент для трех однородных возрастных групп с начальным и итоговым тестированием. Эксперимент направлен на проверку гипотезы о том, что повышение уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении обеспечивается при условии своевременного выявления и определения, часто встречающихся причин снижения уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения; введения в учебно-воспитательный процесс высшего учебного заведения специальной деятельности, направленной на формирование и повышение эмоциональной устойчивости студентов-первокурсников.

Выбор методов исследования основывается на поставленной цели и общих требованиях к проведению психологических исследований. На наш взгляд, исходя из цели и задач исследования, целесообразно использовать такие методы:

1. Теоретический анализ: исследование проблемы на основе изучения и систематизации научной психолого-педагогической, методической литературы с целью определения состояния разработанности по проблеме эмоциональной устойчивости;

2. Теоретического моделирования: обоснование содержания основных направлений по формированию навыков эмоциональной устойчивости у студентов-первокурсников;

3. Эмпирические методы исследования: изучение продуктов учебной деятельности - анализ учебных планов, программ с целью выявления наличия материала по тематике эмоций и эмоциональных состояний в дисциплинах учебных программ; анкетирование с целью определения критериев и уровня осведомленности студентов об эмоциональной устойчивости; беседа с целью выявления уровня осведомленности студентов об эмоциональной устойчивости и способах ее повышения в процессе обучения в высшем учебном заведении.

4. Экспериментальные методы исследования: констатирующий эксперимент с целью выявления осведомленности, степени выраженности и определения уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения; тестовые диагностические методики: Л.И. Вассермана - для изучения уровня невротизации у студентов; Холмса и Раге – для определения стрессоустойчивости и социальной адаптации; В.В. Бойко для диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды; методика, разработанная Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крыловой для изучения адаптированности студентов в вузе, а также выявление группы студентов, нуждающихся в специальной деятельности, направленной на формирование и повышение уровня их эмоциональной устойчивости на начальном этапе обучения (формирующий эксперимент).

5. Методы обработки и интерпретации полученных данных - сравнительный и статистический методы; количественный и качественный анализ - с целью получения достоверных данных относительно эффективности разработанной программы по повышению уровня эмоциональной устойчивости у студентов-первокурсников.

В исследовании приняло участие 297 студентов высших учебных заведений, из них 101 студент филиала Московского государственного университета им. М.В.Ломоносова в г. Севастополе, 99 студентов Республиканского высшего учебного заведения «Крымский гуманитарный университет» (г.Ялта) и 97 студентов «Севастопольского городского гуманитарного университета» (г. Севастополь).

Подбор диагностического инструментария для исследования осведомленности, степени выраженности и определения уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения довольно сложный. На сегодняшний момент нет специальных, универсальных методик, которые позволили бы комплексно решить поставленную задачу исследования. Сложность состоит в том, что комплексное изучение эмоциональной устойчивости должно быть одновременно направлено как на диагностику общего уровня эмоциональной устойчивости, так и на диагностику конкретного состояния личности, ее эмоционального потенциала. Рассмотрим диагностические методики, которые наиболее адекватны целям и задачам исследования проблемы эмоциональной устойчивости:

Методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействии стимулов окружающей среды В.В.Бойко используется для диагностики общих социально-психологических тенденций, характеризующих особенности эмоциональной системы личности при столкновении с окружающей действительностью. Опросник содержит 39 оценочных суждений с тре-

мя вариантами ответов, в которых необходимо выбрать лишь один подходящий параметр. Данные показывают, что чистые формулы преобразования энергии воздействий встречаются редко и обычно их демонстрируют личности с акцентуациями в характере, с признаками невротичности [2]. При обработке данных подсчитывается количество показателей каждого типа преобразования энергии, суммируется общее число и выводится среднее статистическое.

Выбор методики В.В.Бойко как диагностического инструментария исследования эмоционального реагирования на стимулы окружающей среды студентов-первокурсников обусловлен несколькими обстоятельствами:

- данная методика позволяет выявить тип эмоционального реагирования студентов на новые социальные условия, с которыми сталкивается молодой человек, попадая в новую социальную среду.

- использование методики В.В. Бойко позволяет проанализировать основные эмоциональные особенности личности, выявить доминирование эйфорической, рефракторной, либо дисфорической поведенческой реакции на стимулы окружающей среды.

- методика способствует выявлению уровня эмоциональной устойчивости студентов-первокурсников, что позволяет при составлении психолого-педагогических характеристик личности, переживающей эйфорические либо дисфорические поведенческие реакции, объяснить те особенности, которые характеризуют личность в новой социальной обстановке.

Использование методики В.В.Бойко проводится в сочетании с диагностической беседой, которая позволяет уточнить и конкретизировать результаты.

Методика диагностики уровня невротизации Л.И.Вассермана. Цель методики выявление уровня невротизации студентов-первокурсников, который характеризует эмоциональную сферу личности. Уровень невротизации определяет выраженность эмоционального возбуждения личности, коммуникативные особенности, отношения личности к окружающей среде, другим людям, самому себе в новом социальном окружении. Методика Л.И. Вассермана состоит из 40 оценочных суждений, на которые необходимо дать ответ «да» или «нет». При обработке данных подсчитывается количество показателей положительных ответов, в последующем суммируется общее число и выводится среднее статистическое определяющее уровень невротизации студентов на начальном этапе обучения.

Методика Л.И. Вассермана позволяет оценить не только степень выраженности эмоционального состояния, но и исследовать направленность личности, коммуникативных особенностей, социальной значимости личности в новой социальной среде. Объединяя показатели с внешне - статистическими характеристиками (материально-жилищные условия, успешность обучения, социальная значимость, возраст), можно увидеть общую картину уровня эмоционального реагирования студентов-первокурсников, которая далее раскрывается в анализе показателей по каждому высшему учебному заведению.

Методика исследования адаптированности студентов в вузе Т.Д. - Дубовицкой. Методика используется для выявления студентов испытываю-

щих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности. Методика содержит 16 оценочных суждений, на которые необходимо выбрать подходящий вариант ответа «Да» - 2, «Трудно сказать» - 1, «Нет» - 0. Обработка результатов осуществляется путем перевода цифр в баллы в соответствии с ключом и последующего суммирования полученных баллов отдельно по каждой шкале и методике в целом [2]. Выбор методики Т.Д. Дубовицкой как диагностического инструментария исследования адаптированности студентов-первокурсников обусловлен несколькими обстоятельствами:

- данная методика позволяет выявить трудности испытываемые студентами на начальном этапе обучения при адаптации к учебной группе и к учебной деятельности;

- использование методики для исследования эффективности коррекционно-развивающей и воспитательной работы со студентами, в практике преподавания психолого-педагогических дисциплин в высших учебных заведениях.

Использование методики Т.Д.Дубовицкой в сочетании с диагностической беседой, анкетированием позволяет изучить явление эмоциональной устойчивости, связанное с процессом адаптированности студентов-первокурсников к учебной группе и учебной деятельности на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении.

Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге. Данная методика позволяет исследовать зависимость эмоционального реагирования от различного рода стрессогенных жизненных ситуаций. Шкала стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге состоит из таблицы 43 примеров жизненных ситуаций, каждому жизненно-му событию соответствует определенное число баллов в зависимости от степени его стрессогенности. Обработка результатов осуществляется суммированием общего числа баллов. Количество баллов (их сумма) выражает степень стрессовой нагрузки личности. В соответствии с этим авторами установлено, что 150 баллов означают 50% вероятности возникновения психических и физических заболеваний. При сумме баллов 300 эта вероятность увеличивается до 90%.

Методика Холмса и Раге выбрана с целью оценки стрессовой нагрузки студентов в зависимости от реагирования на различного рода стрессогенные жизненные ситуации. Исходя из того, что данная методика дает возможность оценить не только степень выраженности эмоциональной устойчивости, но и показать студентам, что не отдельные незначительные события в жизни являются причиной возникновения стрессовой ситуации, а их комплексное воздействие. Интенсивность и длительность переживаний негативно влияет на изменение поведения человека, его физическое и психическое здоровье, эмоциональный фон и деятельность.

Анкетирование. Анкетирование проводится с целью выявления трудностей, с которыми сталкиваются студенты-первокурсники, попав в новую социальную среду. Анкетирование представлено 15 вопросами, позволяющими охарактеризовать отличительные психологические особенности студентов-первокурсников испытывающих трудности связанные с изменением социальной среды, требованиями, предъявляемыми высшим учебным заведени-

ем, а также новой социальной роли. Обработка результатов осуществляется подсчитыванием общего количества ответов по каждому вопросу, затем выводится общая картина. Выбор анкетирования как диагностического инструментария исследования эмоциональной устойчивости, адаптированности студентов-первокурсников обусловлен такими обстоятельствами:

- анкетирование позволяет выявить трудности, испытываемые студентами на начальном этапе обучения: при адаптации к новой социальной роли, к учебной группе, к учебной деятельности, к новой среде;

- использование анкетирования для исследования уровня эмоциональной устойчивости. Выявление групп студентов, с которыми необходимо проведение коррекционно-развивающей работы по повышению уровня эмоциональной устойчивости, в практике проведения психологических тренингов.

Комплексное использование анкетирования в сочетании с диагностической беседой и другими диагностическими методиками позволяет сделать вывод о факторах, влияющих на эмоциональную устойчивость студентов на начальном этапе обучения в высшем учебном заведении.

Выводы. Анализ литературных источников по проблеме формирования эмоциональной устойчивости студентов-первокурсников позволил определить наиболее адекватный цели и задачам исследования диагностический инструментарий с обоснованием их использования:

Для определения степени выраженности и уровня эмоциональной устойчивости у студентов на начальном этапе обучения необходим диагностический инструментарий, позволяющий не только выявить уровень эмоциональной устойчивости, но и проанализировать наиболее часто встречающиеся причины эмоциональной неустойчивости. На сегодняшний день нет специальных, универсальных методик, которые позволили бы комплексно решить поставленную задачу исследования. Сложность состоит в том, что исследование эмоциональной устойчивости должно быть одновременно направлено как на диагностику общего уровня эмоциональной устойчивости, так и на диагностику конкретного состояния личности, ее эмоционального потенциала.

Диагностический инструментарий необходимо подбирать таким образом, чтобы используемые методики позволяли с высокой степенью вероятности установить закономерности проявления эмоциональной устойчивости и их взаимосвязь со стрессогенными ситуациями, возникающими у студентов-первокурсников на начальном этапе обучения. Областью исследования стало проведение констатирующего эксперимента, в процессе которого изучалась зависимость эмоциональной устойчивости как от стрессогенных факторов, так и от внешних и внутренних фрустраторов.

Проведение исследовательско-экспериментальной работы выявило проблему обеспечения психологической поддержки студентов нуждающихся в психолого-педагогической помощи, направленной на предупреждение состояния фрустрированности и формирование эмоциональной устойчивости студентов на начальном этапе обучения.

Литература

1. Максименко С.Д. Пропагування психологічного виховання і здорового способу життя серед молоді.// Практична психологія та соціальна робота, №9, 2007р. - С. 65.

2. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» www.psyedu.ru / ISSN: 2074-5885 / E-mail: box@psyedu.ru 2010, № 2.

3. Мони́на Г.Б., Раннала Н.В. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости». — СПб.: Речь, 2009. — С. 250.

4. Губенко О.В. Методичні рекомендації з популяризації здорового способу життя у вищих навчальних закладах // Практична психологія та соціальна робота, №11(140) 2010. - С. 73.

5. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие.— Самара: БАХРАХ-М, 2001. — С. 672.

СТАНДАРТИЗАЦІЯ І ГУМАНІЗАЦІЯ ВИЩОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛІВ

УДК: 378.937 + 371.03

Орищенко В.Г.

Стаття присвячена визначенню вимог щодо змісту і рівнів професійної підготовки вчителів, а також критеріїв готовності їх особистості до самореалізації у сфері педагогічної діяльності і розробці універсального освітнього стандарту особистості вчителя-вихователя-фахівця.

Ключові слова: стандартизація і гуманізація вищої педагогічної освіти, формування готовності студентів до самореалізації у сфері педагогічної діяльності, критерії готовності, універсальний освітній стандарт особистості вчителя-вихователя-фахівця.

Статья посвящена определению требований к содержанию и уровням профессиональной подготовки учителей, а также критериям готовности их личности к самореализации в сфере педагогической деятельности и разработке универсального образовательного стандарта личности учителя – воспитателя – специалиста.

Ключевые слова: стандартизация и гуманизация высшего педагогического образования, формирование готовности студентов к самореализации в сфере педагогической деятельности, критерии готовности, универсальный образовательный стандарт личности учителя – воспитателя – специалиста.

Article is devoted to the definition of requirements for content and levels of teacher training, and readiness criteria for their identity to self-realization in the sphere of educational activities as well as the development of a universal educational standard of the individual teacher - an educator - specialists.

Key words: standardization and humanization of higher pedagogical education, formation of students' readiness for self-realization in the sphere of educational work, the criteria for preparedness, universal educational standard of the individual teacher - the teacher-specialist.