

хології : зб. наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2009. – Вип. 3. – С. 294-316.

5. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг / Л.А. Петровская. – М. : МГУ, 1989. – 216 с.

6. Хомич Л.О. Соціально-психологічні особливості готовності майбутніх психологів до практичної діяльності / Л.О. Хомич, Л.М. Урапа // Психологія. – Вип. II. – К., 1998. – С. 109-112.

7. Хуторской А.В. Ключевые компетенции. Технологии конструирования / А.В. Хуторской // Народное образование. – 2003. – № 5. – С. 55-61.

8. Шевченко Н.Ф. Підготовка практичних психологів: особистісні та професійні якості фахівців / Н.Ф. Шевченко, А.Г. Самойлова // Психологія. – К. : НПУ ім. П.Драгоманова. – 2002. – Вип. 17. – С. 262-267.

УДК 371.134:159.9-051:159.942.5(043.3)

СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ У СИСТЕМІ ВНЗ

Пилипенко К.В.

Статтю присвячено проблемі емоційної стійкості як професійно важливої якості майбутніх практичних психологів. Наведено дані експериментального дослідження становлення емоційної стійкості в майбутнього практичного психолога в системі ВНЗ.

Ключові слова: емоційна стійкість, практичний психолог, професійно важливі якості.

Стаття посвящена проблеме эмоциональной устойчивости как профессионально важного качества практического психолога. Представлены данные экспериментального исследования становления эмоциональной устойчивости будущего практического психолога в системе вуза.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, практический психолог, профессионально важные качества.

The article deals with the results of the empiric research of emotional stability as a professionally important quality of future practical psychologist, namely the dynamics of changes in development of emotional stability of students who are practical psychologists.

Keywords: emotional stability, practical psychologist, professionally important quality.

Постановка проблеми. Стрімкі та неоднозначні соціально-економічні, особливо політичні та культурні, перетворення, що відбуваються останнім часом в Україні, зумовлюють виникнення широкого діапазону психологічних проблем, розв'язання яких потребує якісної кваліфікованої психологічної допомоги. Професія практичного психолога сьогодні все більше привертає увагу не тільки вітчизняних науковців, але й пересічних громадян нашої держави. Разом із тим, постійно збільшується попит на різні види психологічних послуг мало не у всіх сферах суспільної діяльності, що спричиняє зростання вимог до якості підготовки практичних психологів у вищих навчальних закладах. Таке зростання вимог стосується перш за все професійно важливих якостей особистості фахівця-практичного психолога.

Відомо, що парадоксальність емоцій полягає у тому, що вони можуть впливати не тільки регулюючи й позитивно на діяльність, але й негативно та дезорганізуюче. Слід зазначити, що саме така функціональна неоднозначність впливу емоцій на доцільність поведінки і продуктивність діяльності людини стала причиною поглибленого вивчення випадків їх дезорганізації, тобто причиною виникнення проблеми емоційної стійкості.

Проблема емоційної стійкості більшою мірою розглядалася в межах загальної психології, військової психології, інженерної психології, психології праці, психології спорту та психофізіології (Л.М. Аболін, І.Ф. Аршава, О.А. Блінов, Б.Х. Варданян, М.І. Дьяченко, П.Б. Зільберман, Є.П. Ільїн, М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, П.П. Криворучко, Г.С. Нікіфоров, А.Є. Ольшаннікова, С.М. Оя, В.О. Пономаренко, Т. Рібо, В.В. Стасюк, О.Я. Чебикін, О.А. Чернікова та ін.) [6]. Лише останніми роками проблема емоційної стійкості почала розглядатися в більш широкому професійному просторі допомагаючих професій (лікаря, педагога, практичного психолога, соціального педагога). Звертаючись до визначення поняття "емоційна стійкість", слід зазначити, що за наявності великої кількості різноманітних підходів до його визначення – йдеться про здатність індивіда протистояти тим емоціогенним подразникам, які можуть негативно впливати на перебіг діяльності та зберегти власну працездатність.

Мета статті полягає в представленні результатів експериментального дослідження становлення емоційної стійкості в майбутніх практичних психологів.

Теоретичний аналіз проблеми дослідження. Проблема емоційної стійкості є однією з тих проблем, що посідають центральне місце у

сучасній психології. Її вивченням займаються багато вчених різних галузей психологічної науки (Л.М. Аболін, Б.Х. Варданян, М.І. Дьяченко, П.Б. Зільберман, Є.П. Ільїн, Г.С. Нікіфоров, А.Є. Ольшаннікова, С.М. Оя, В.О. Пономаренко, Т. Рібо, О.Я. Чебикін, О.А. Чернікова, та ін.). Аналіз праць вітчизняних і закордонних дослідників дозволяє виділити, щонайменше, чотири основних підходи щодо розгляду емоційної стійкості.

Перший підхід у дослідженні емоційної стійкості має під ґрунтям принцип взаємодії і взаємовпливу психічних процесів. Виходячи з того, що різні психічні процеси можуть підтримувати, підсилювати, послабляти, гальмувати і т. д. один одного, прихильники цього підходу (В.Л. Марищук, Є.А. Мілерян, К.К. Платонов та ін.) схильні трактувати емоційну стійкість як здатність керувати емоціями, що виникають при виконанні професійної діяльності.

Однак, такий підхід, на нашу думку, представляється дещо обмеженим, тому що вивчення емоційної стійкості, з погляду залежності емоційного процесу від вольових якостей, а також інших психічних процесів не дозволяє визначити роль емоційного компонента в психологічному механізмі цього феномену, а також проникнути в його суть і форми прояву.

Другий підхід (Ю.М. Блудов, В.Д. Небиліцин, І.П. Павлов, Я. Рейковський, Г. Сельє, Я. Стреляу, Б.М. Теплов та ін.) базується на єдності енергетичних та інформаційних характеристик психічних властивостей, на теорії самоорганізації кібернетичних систем. Емоційна стійкість на основі цього підходу визначається як властивість темпераменту, що дозволяє надійно виконувати цільові завдання діяльності за рахунок оптимального використання резервів нервово-психічної емоційної енергії. Цей підхід характеризується тим, що емоційний стан людини тісно пов'язаний з процесами вищої нервової діяльності, з дією стрес-факторів, а також із загальним адаптаційним синдромом, із використанням резервів нервово-психічної, емоційної енергії.

Третій підхід у дослідженні емоційної стійкості ґрунтується на виявленні власне емоційних характеристик такого феномену. Суть його полягає в тому, що кожний психічний процес (пізнавальний, емоційний, вольовий) є відносно незалежним від інших і має специфічні особливості. Щодо емоційного процесу, то це означає, що ні вольовий, ні пізнавальний процеси, ні тим більше властивості особистості (спрямованість, темперамент, характер, здібності), незважаючи на взаємозв'язок, не обов'язково входять до його складу. До представників такого підходу належать Л.М. Аболін, К.Є. Ізард, Н.І. Наєнко, О.В. Овчиннікова, А.Є. Ольшаннікова, О.А. Чернікова ін.

Позитивною стороною такого підходу є те, що його представники позначили емоційний характер феномена емоційної стійкості та акцентували увагу на його емоційних особливостях (механізмах), що повинні при його вивченні займати домінуюче становище. Однак не враховується ціла низка інших емоційних особливостей: модальність, знак випробовуваних емоцій, поріг, глибина, тривалість, лабільність, інтенсивність емоційних переживань, які, на наш погляд, відіграють важливу роль у психологічних механізмах емоційної стійкості.

Четвертий підхід (Б.Х. Вардьян, П.Б. Зільберман, В.Л. Маріщук, О.А. Сіротін та ін.) ґрунтується на тому, що емоційну стійкість варто розглядати як складне психічне утворення, яке є результатом інтегрування визначених психічних процесів і явищ. Виходячи з принципу взаємодії емоцій, волі, інтелекту і фізіологічної організації у їх ставленні до діяльності, представники цього підходу визначають емоційну стійкість як інтегративну властивість особистості, що забезпечує оптимально успішне досягнення мети діяльності в складній емотивній ситуації.

Аналізуючи і зіставляючи різні підходи розуміння емоційної стійкості, Є.П. Ільїн зазначає, що про істинну емоційну стійкість слід говорити у тому випадку, коли визначаються:

1) час появи емоційного стану при довготривалій і постійній дії емоціогенного чинника (наприклад, час появи стану моногонії і емоційного пересичення за виконання одноманітної роботи); чим пізніше з'являються емоційні стани, тим вища емоційна стійкість;

2) сила емоціогенної дії, яка викликає певний емоційний стан (страх, радість, горе та ін.); чим більшою має бути сила цього впливу (наприклад, значущість втрати або успіху), тим вищою є емоційна стійкість людини.

"Окрім того, – справедливо уточнює автор, – не існує "загальної" емоційної стійкості. До різних емоціогенних чинників ця стійкість буде відрізнятися. Тому коректніше було б говорити не про емоційну стійкість, а про стійкість особистості до конкретного емоціогенного чинника" [5, 232].

Методи дослідження. Під час дослідження було застосовано наступні методи: спостереження, тестування, метод експертних оцінок. Використовувався ряд методик: "Методика діагностики емоційної стійкості через продуктивність та якість короткочасного запам'ятовування" (О.В. Государєвої (Попової) [5], "16-факторний особистісний опитувальник" (Р.Кеттелла) (Фактор С-емоційна стійкість) [3].

Результати експериментального дослідження та їх обговорення. В дослідженні взяло участь 240 майбутніх практичних психологів 1-5 курсів, віком від 18 до 23 років. Було сформовано три експеримен-

тальні групи: експ. гр. 1 (1-2 курси), експ. гр. 2 (3 курс), експ. гр. 3 (4-5 курси).

Для дослідження емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів з метою отримання якнайбільш чіткої картини досліджуваного явища було застосовано об'єктивні та суб'єктивні методи дослідження. Як уже зазначалося, емоційна стійкість характеризується здатністю зберігати працездатність за емоціогенних умов діяльності. Тож основною методикою дослідження цієї емоційної властивості особистості стала "Методика оцінки емоційної стійкості через продуктивність та якість короткочасного запам'ятовування" О.В. Государевої [5]. Додатково було застосовано "16-факторний особистісний опитувальник" Р. Кеттелла (шкала С – емоційна стійкість) [3], а також метод експертних оцінок.

У табл. 1 представлена емпірична картина емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів.

Таблиця 1

Стан розвитку емоційної стійкості у студентів – майбутніх практичних психологів (за методикою О.В. Государевої)

Стан розвитку емоційної стійкості	Кількість досліджуваних							
	Експ. гр. 1		Експ. гр. 2		Експ. гр. 3		Разом	
	Абс.к-ть	%	Абс. к-ть	%	Абс.к-ть	%	Абс.к-ть	%
Високий	4	5	9	11,25	5	6,25	18	32,08
Середній	53	66,25	47	58,75	45	56,25	145	60,42
Низький	23	28,75	24	30	30	37,5	77	7,5

У результаті проведення дослідження емоційної стійкості шляхом вивчення продуктивності та якості короткочасного запам'ятовування під впливом емоціогенного фактора та без такого впливу, за методикою О.В. Государевої нами було отримано дані, якісна і кількісна інтерпретація яких виявила, що низький рівень прояву емоційної стійкості у експ. гр. 1 (1-2 курси) властивий 28,75%, у експ. гр. 2 (3 курс) – 30% та у експ. гр. 3 (4-5 курси) – 37,5% студентів – майбутніх практичних психологів. Такі студенти характеризуються низькою емоційною реактивністю та емоційною адаптацією, що має прояв у значних змінах у продуктивності запам'ятовування після інтерференції та повільному поверненні до фонового рівня продуктивності запам'ятовування.

Аналіз наступного рівня прояву емоційної стійкості – середнього – виявив, що він характерний для 66,25% студентів експ. гр. 1 (1-2 курси), 58,75% студентів експ. гр. 2 (3 курс) та 56,25% студентів експ.

гр. 3 (4-курси). Проявами такого рівня є помірна емоційна реактивність та емоційна адаптація, тобто зниження рівня продуктивності запам'ятовування після інтерференції та уповільнення повернення до фонового рівня продуктивності запам'ятовування.

Третій рівень – високий – характерний для 5% студентів експ. гр. 1 (1-2 курси), 11,25% студентів експ. гр. 2 (3 курс) та 6,25% студентів експ. гр. 3 (4-5 курси). Це студенти, для яких характерна висока емоційна реактивність та емоційна адаптація, тобто вони мають невеликі зміни у продуктивності запам'ятовування після інтерференції та швидко повертаються до фонового рівня продуктивності запам'ятовування.

Для уточнення та поглиблення дослідження емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів було використано шкалу "Емоційна стійкість" (фактор С) 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттелла. Традиційно при інтерпретації результатів тестування за допомогою вказаної методики враховуються полюсні значення фактора: в інтервалі від 1 до 3 стенів – низький рівень, від 8 до 10 стенів – високий рівень вираженості особистісної властивості. Але в нашому дослідженні актуальним було врахування також середнього рівня, від 4 до 7 стенів, емоційної стійкості. Такий підхід пояснюється тим, що за допомогою певної системи заходів є можливим і бажаним підвищення вищого рівня емоційної стійкості, тобто її формування та розвиток. На рис. 1 представлений узагальнюючий аналіз результатів опитування.

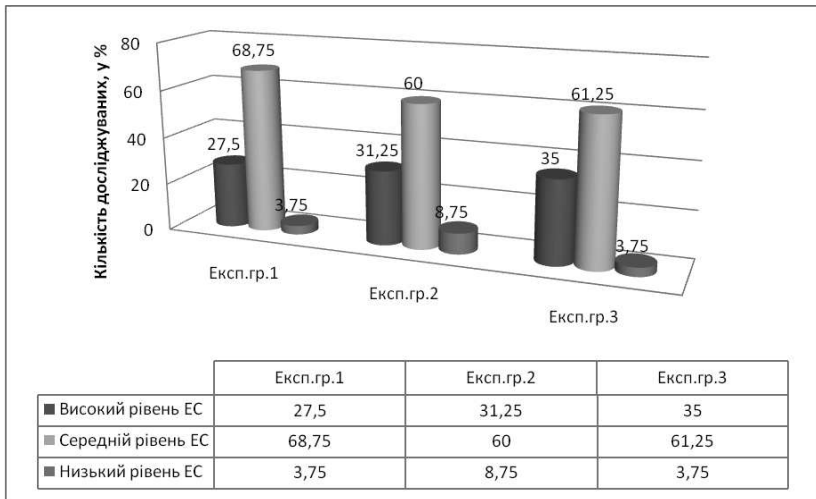


Рис. 1. Стан розвитку емоційної стійкості у студентів – практичних психологів (за Р. Кеттеллом)

Кількісна та якісна інтерпретація даних показала, що домінуючим у цій вибірці студентів є середній рівень емоційної стійкості. Він характерний для 68,75% студентів експ. гр. 1 (1-2 курси), 60% студентів експ. гр. 2 (3 курс) та 61,25% студентів експ. гр. 3 (4-5 курси). Високий рівень емоційної стійкості притаманний 27,5% студентам експ. гр. 1 (1-2 курси), 31,25% студентам експ. гр. 2 (3 курс) та 35% студентам експ. гр. 3 (4-5 курси).

Такі особистості, за Р. Кеттелом, характеризуються врівноваженістю, спокоєм, реалістичністю, слабкими або відсутніми невротичними симптомами, постійністю в інтересах, упевненістю у собі; перешкоди сприймаються як такі, що можливо усунути, адекватно оцінюються власні можливості; наполегливість, високий самоконтроль [3]. Так, на запитання в анкеті про стан власного здоров'я один зі студентів, що має високий рівень емоційної стійкості, зазначив: "нормальний", а у графі "ставлення до здоров'я" – "дбайливе".

Низький рівень емоційної стійкості є властивий 3,75% студентам експ. гр. 1 (1-2 курси), 8,75% студентам експ. гр. 2 (3 курс) та 3,75% студентам експ. гр. 3 (4-5 курси). Вони характеризуються слабкістю "єго", наявністю невротичних симптомів: іпохондрією – фіксацією на функціях власного організму, істеричністю, емоційними "викидами" на інших людей, репресивністю, похмурністю, тривогою; нестійкістю настрою, побоюванням відповідальності; слабкістю самоконтролю емоцій, відчуттям безпорадності, хворобливості, нездатністю упоратися зі складнощами; примхливістю; підвищеною засмучуваністю. Так, у графі "стан здоров'я" студент з низьким рівнем емоційної стійкості відповів: "не дуже", а про ставлення до здоров'я – "судячи з усього – недбале".

Ще одним додатковим методом дослідження емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів був метод експертних оцінок. Кількісні результати дослідження емоційної стійкості у студентів – майбутніх практичних психологів за експертним оцінюванням зображено на рис. 2.

Порівняльний аналіз результатів дослідження емоційної стійкості із залученням різних методів та методик дослідження дозволив зробити наступні висновки. Загальний для всієї вибірки низький рівень емоційної стійкості такий: 7,5% – методика О.В. Государевої (Попової), 5,42% – за Р. Кеттеллом, 7,08% – за експертним оцінюванням. Загальний середній рівень сформованості емоційної стійкості: 60,42% – за методикою О.В. Государевої (Попової), 63,33% – за опитувальником Р. Кеттелла, 59,58% – за експертними оцінками. Загальний високий рівень сформованості емоційної стійкості 32,08% – за О.В. Государевою (Поповою), 31,25% – за Р. Кеттеллом, 33,33% – за експертним

оцінюванням. Статистичний аналіз виявив сильно значущі зв'язки між показниками емоційної стійкості, що було досліджено за різними методами.

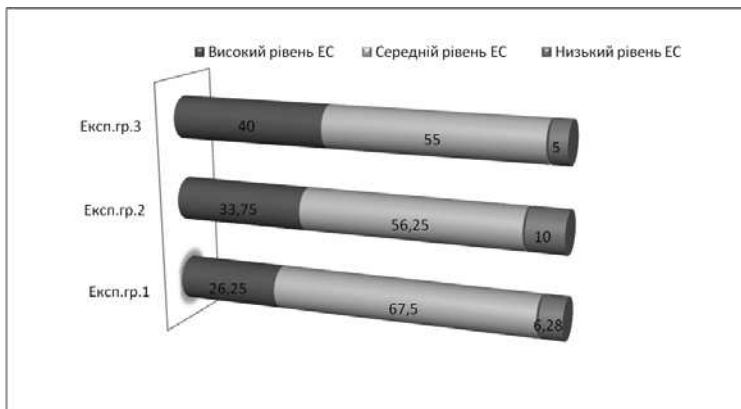


Рис. 2. Стан розвитку емоційної стійкості в майбутніх практичних психологів (за експертними оцінками)

Наступний етап – аналіз вікових та статевих відмінностей у рівнях емоційної стійкості у студентів – майбутніх практичних психологів.

Узагальнені результати експерименту показали, що в майбутніх практичних психологів, що склали вибірку цього дослідження, домінує середній рівень прояву емоційної стійкості. Найменш представлений низький рівень емоційної стійкості.

Студенти 4-5 курсів мають найвищий показник (37,5%) за високим рівнем прояву емоційної стійкості. Найнижчий показник сформованості цього рівня емоційної властивості особистості (28,75%) виявився у студентів 1-2 курсів.

Вищі показники середнього рівня прояву емоційної стійкості (66,25%) властиві студентам 1-2 курсів. Нижчі показники середнього рівня сформованості емоційної стійкості (56,25%) мають студенти 4-5 курсів.

Студенти 1-2 та 4-5 курсів мають дуже близькі за значеннями (5 – 1-2 курси, 6,25 – 4-5 курси) показники низького рівня прояву емоційної стійкості. В той час як студенти 3 курсу мають найвищий рівень прояву низького рівня даної емоційної властивості (11,25%).

Для наочності та зручності аналізу результатів нами була побудована гістограма вікових відмінностей емоційної стійкості студентів (див. рис. 3).

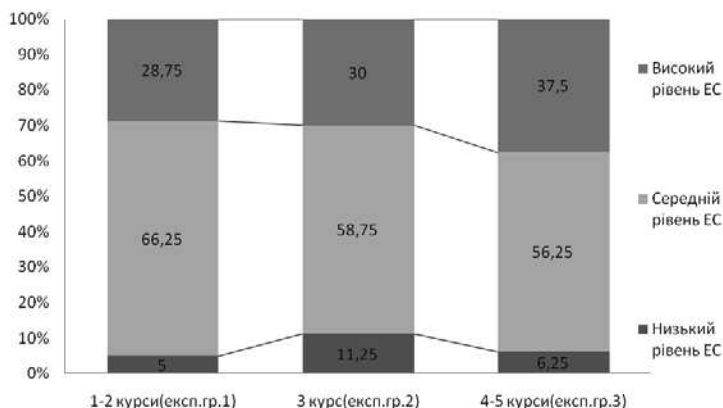


Рис. 3. Динаміка емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів

Достатньо очевидними є поступове, а потім різке зростання високого рівня емоційної стійкості до кінця навчання, разом зі зменшенням середнього рівня такої емоційної властивості, а також значним зростанням низького рівня сформованості емоційної стійкості до середини навчання, а потім його зниженням майже до вихідного рівня.

Тож пік емоційної стійкості припадає на випускні курси, середнього рівня сформованості емоційної стійкості – на перші роки навчання, та емоційної нестійкості – на 3-ій рік навчання у ВНЗ.

Можливо, така тенденція пояснюється тим, що до хронологічної середини навчання у ВНЗ студенти іноді не витримують потужних хвиль океану активного самопізнання, пізнання буття, занурення в суть обраної ними професії та пошуку власного місця у майбутньому професійному середовищі. Окрім того, все ж таки наявність невеликого відсотка емоційно нестійких студентів випускних курсів, вірогідно, можна пояснити додатковим впливом фактора майбутнього працевлаштування, який зазвичай стає одним з головних стрес-факторів у житті випускника ВНЗ.

Статистичний аналіз отриманих результатів за методом однофакторного дисперсійного аналізу (One-Way ANOVA) вказав на відсутність статистично значущих відмінностей між студентами – майбутніми практичними психологами 1-5 курсів за низьким рівнем сформованості емоційної стійкості, хоча є певна тенденція ($p=0,07$) таких відмінностей.

Дослідження значущої різниці середнього рівня процесів гальмування між експериментальними групами підтвердило наявність відмінностей на статистично значущому рівні. Апостеріорний тест Дун-

кана, за допомогою якого можна простежити спрямованість відмінностей між вибірками, показав, що студенти – психологи перших років навчання значуще ($p=0,05$) відрізняються від студентів-психологів випускних курсів середнім рівнем сформованості емоційної стійкості.

Перевірка значущої різниці високого рівня процесів гальмування між експериментальними групами підтвердила наявність відмінностей на 5% рівні значущості. Апостеріорний тест Дункана виявив, що студенти-психологи випускних курсів значуще ($p=0,05$) відрізняються від інших вікових категорій студентів – майбутніх практичних психологів високим рівнем емоційної стійкості.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Серед майбутніх практичних психологів 1-5 курсів виявлено домінування середнього рівня сформованості емоційної стійкості, а також найменшу представленість низького рівня емоційної стійкості. Протягом навчання у ВНЗ відбувається поступове зменшення середнього рівня емоційної стійкості разом зі стабільним збільшенням високого рівня та незначним мінливим збільшенням низького рівня емоційної стійкості. Тобто загалом простежується позитивна динаміка розвитку емоційної стійкості протягом навчання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л.М. Аболин. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1987. – 261 с.
2. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика : монографія / І.Ф. Аршава. – Д. : Вид-во ДНУ, 2006. – 336 с.
3. Батаршев А.В. Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла: Практическое руководство / А.В. Батаршев. – М. : ТЦ Сфера, 2002. – 96 с.
4. Дьяченко М.И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко // Вопросы психологии. – 1990. – №1. – С. 106-113.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Евгений Павлович Ильин. – СПб. : Питер, 2002. – 752 с.
6. Чебыкин А.Я. Проблема эмоциональной устойчивости / А.Я. Чебыкин ; Южноукраинский педагогический университет им. К.Д. Ушинского. – О., 1995. – 195 с.