

## **СИСТЕМНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ У СТУДЕНТОВ-УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА «ПЕДАГОГ БУДУЩЕГО»**

**Вакина Е.С., Михеева Н.С., Шабанова Т.Л.**

В статье приведены результаты исследования показателей развития эмоциональной сферы у студентов-участников проекта «Педагог будущего». Системное исследование эмоциональной сферы студентов включало в себя изучение содержания базовых эмоциональных состояний, эмоционально-мотивационные процессы, эмоционально-когнитивные процессы и стратегии эмоционального поведения. В связи с этим измерялись показатели тревожности, дифференциальных эмоций в стрессовых ситуациях, эмоциональной направленности, эмоционального интеллекта и стратегий преодоления стрессовых ситуаций. Полученные результаты свидетельствуют о некоторых трудностях эмоционального развития. Студенты имеют высокий уровень ситуативной тревожности, на стрессовые ситуации реагируют бурно и неконструктивно чрезмерным страхом, страданием и гневом. Внутриличный эмоциональный интеллект развит недостаточно, особенно управление своими эмоциями, при этом выявлена высокая готовность управлять чужими эмоциями. В стрессовых ситуациях склонны избегать решения проблем или использовать агрессивные действия. Положительным критерием эмоционального развития является гуманистическая эмоциональная направленность, отвечающая содержанию педагогической профессии. Ценностными эмоциями студентов являются коммуникативные, альтруистические и практические. Выявленные проблемы эмоционального развития требуют специальной психологической подготовки студентов, направленной на повышение эмоциональной самоэффективности.

**Ключевые слова:** эмоциональное развитие, тревожность, дифференциальные эмоции, эмоциональный интеллект, эмоциональная направленность, стратегии преодоления стрессовых ситуаций.

## **THE SYSTEMATIC STUDY OF EMOTIONAL SPHERE STUDENTS PARTICIPATING PROJECT «TEACHER OF THE FUTURE»**

**Vakina E. S., Mikheeva N. S., Shabanova T. L.**

The results of the study of emotional development indices of students participating in the project "The teacher of the future." System research of emotional sphere of students included in the study of the content of basic emotional states, emotional and motivational processes, emotional and cognitive processes and strategies of emotional behavior. In this regard, we measured anxiety indicators, differential emotions in stressful situations, emotional orientation, emotional intelligence and strategies to overcome stressful situations. The results indicate some of the difficulties of emotional development. Students have a high level of situational anxiety, stressful situations react rapidly and constructive excessive fear, suffering and anger. Intrapersonal emotional intelligence is underdeveloped, especially the management of their emotions, and the identified high availability to manage other people's emotions. In stressful situations tend to avoid solving problems or using aggressive actions. The positive criterion of emotional development is humanistic emotional orientation corresponding to the content of the teaching profession. Valuable emotions students are communicative, altruistic and praksicheskie. Issues emotional development require special psychological training students, aimed at improving the emotional self-efficacy.

**Key words:** emotional development, anxiety, differential emotions, emotional intelligence, emotional orientation, strategies for overcoming stressful situations.

**Введение**

В настоящее время в нашей стране строится новая модель педагогического образования в контексте решения актуальных задач развития общества. Перед педагогическими вузами сегодня стоит цель реализации нового качества подготовки специалистов, способных нестандартно мыслить, реализовывать творческие идеи и находить нетрадиционные пути решения профессиональных проблем. Одним из стратегических пилотных проектов Нижегородского государственного педагогического университета им. К.Минина, направленных на подготовку педагогов-инноватиков, востребованных на рынке труда и способных адекватно отвечать вызовам времени, является «Педагог будущего». В реализации проекта активно участвуют студенты экспериментальной группы. Инновационные процессы, с одной стороны, направлены на раскрытие и развитие потенциальных способностей каждого студента, его успешное профессионально-личностное становление, с другой стороны, увеличивают нервно-психическое напряжение и предъявляют повышенные требования к личностным ресурсам. Участие в инновационных процессах вуза предполагает высокий уровень развития у студентов эмоциональной устойчивости и толерантности к трудностям, поскольку сопряжено с нарушением привычного уклада жизни, изменениями условий и содержания обучения, неопределенностью будущего, рисками самореализации и успешности. Поэтому изучение особенностей развития эмоциональной сферы студентов педагогов, а также обучение их навыкам повышения эмоциональной самоэффективности является условием успеха инновационной деятельности и важной составляющей профессиональной подготовки в современном педагогическом вузе [1; 4].

Психология эмоций и развития эмоциональной сферы личности имеет богатые традиции научного изучения. В наибольшей степени оказались изученными отрицательно окрашенные эмоциональные процессы и явления, а именно тревога и страхи (Лазурский А.Ф., Спилбергер Ч., Хорни К. и др.), депрессия (Вартанян М.Е., Холмогорова А.Б., и Гаранян Н.Г. и др.), дистрессы и фрустрация (Селье Г., Лазарус Р., Левитов Н.Д. и др.), аффекты и агрессия (Ланге К.Г., Лоренц К., Лурия А.Р. и др.). В меньшей степени изучались положительно окрашенные эмоции и чувства: юмор, радость, интерес, вдохновение, забота, любовь (Дарвин Ч., Изард К., Мэй Р., Фрейд З. и др.). Теоретический анализ работ по данной проблеме позволяет осознать необходимость системного изучения эмоционального развития личности, в частности у педагогов и будущих учителей [5; 6].

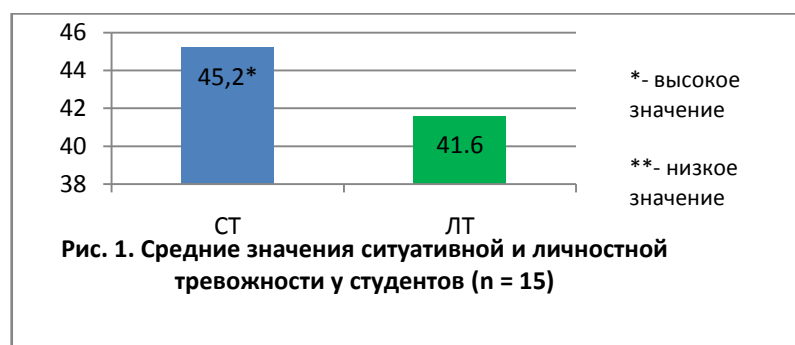
**Целью** проведенного нами **исследования** было системное изучение особенностей развития эмоциональной сферы студентов-участников проекта «Педагог будущего» НГПУ им. К. Минина. В исследовании приняли участие студенты 2 курса в количестве 15 человек. Из них 13 девушек и 2 юношей в возрасте 19-20 лет. Исследование эмоциональной сферы

студентов включало в себя изучение содержания базовых эмоциональных состояний, эмоционально-мотивационные процессы, эмоционально-когнитивные процессы и стратегии эмоционального поведения.

Были использованы следующие **методики**: «Шкала самооценки тревожности» Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина, «Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда в адаптации А.Б. Леоновой, М.С. Капицы, 2003, «Шкала оценки значимости эмоций» Б.И. Додонова, «Опросник эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина, «Шкала SACS («Стратегии преодоления стрессовых ситуаций») С. Хобфолла, переведенная и адаптированная Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой.

### **Описание результатов исследования и их обсуждение**

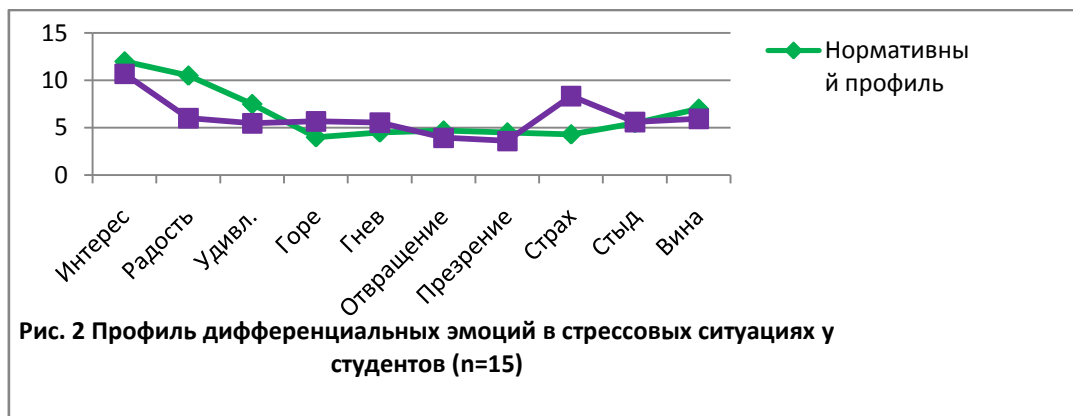
К базовым эмоциональным состояниям нами были отнесены тревожность и другие дифференциальные эмоции. Измерение тревожности как особого свойства личности очень важно, так как оно во многом определяет поведение субъекта. Тревожность дифференцируется на ситуативную и личностную. Ситуативная тревожность возникает время от времени в ситуациях неопределенности, неизвестности, стресса. Если высокая ситуативная тревога проявляется слишком часто и интенсивно, то это может привести к ее закреплению в структуре личности и возникновению хронической личностной тревожности. Результаты исследования уровня ситуативной и личностной тревожности представлены на рис.1.



Среднее значение ситуативной тревожности у студентов составляет 45,2 балла, что свидетельствует о высоком уровне. В ситуациях, связанных с большими психо-эмоциональными нагрузками, студенты склонны реагировать чрезмерным беспокойством, волнением. По нашим данным, среднее значение личностной тревожности составило 41,6 баллов, что говорит о ее умеренном уровне. Студенты в целом осознают и контролируют тревожные переживания.

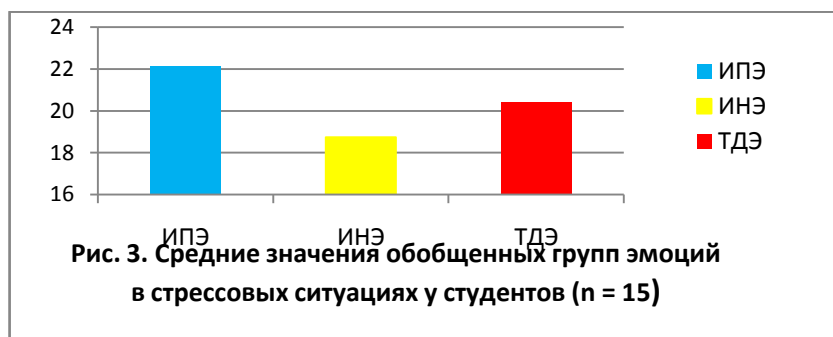
Далее мы измеряли показатели базовых дифференциальных эмоций студентов в стрессовых ситуациях. В соответствии с теоретической концепцией известного специалиста в области психологии эмоций американского психолога К. Изарда основу эмоциональной жизни человека составляют кроме тревоги 10

базовых эмоций: интерес, радость, удивление, горе, гнев, презрение, отвращение, страх, стыд, вина. Каждая из этих эмоций обладает «уникальными мотивационными свойствами и специфической формой переживания» [3, с.55]. Студентам предлагалось оценить у себя степень выраженности каждого эмоционального переживания в стрессовых, эмоциогенных обстоятельствах. Затем высчитывались средние значения по группе студентов, на основе которых был построен профиль эмоций, который сравнивался с нормативным возрастным профилем. Результаты представлены на рисунке 2.



Результаты свидетельствуют, что у студентов в стрессовых обстоятельствах чрезмерно интенсивно проявляется эмоция страха (средний балл 8), а также горя и гнева (средний балл 6). Слабо выражены эмоции интереса, удивления и радости. Остальные показатели профиля соответствуют норме. Обследуемые студенты неконструктивно реагируют на стрессовые ситуации. Эмоции страха и гнева могут регулироваться повышением эмоций интереса, удивления, увлеченности и азарта.

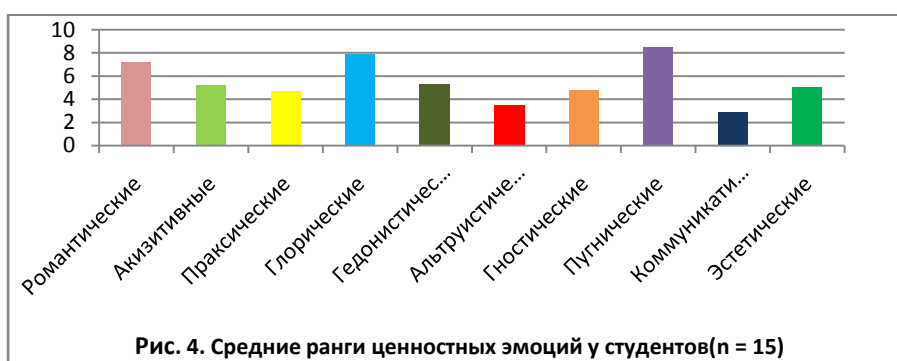
Далее определялись показатели по укрупненным группам эмоций: позитивным (ИПЭ), негативным (ИНЭ) и тревожно-депрессивным (ИТДЭ). Результаты приведены на рисунке 3.



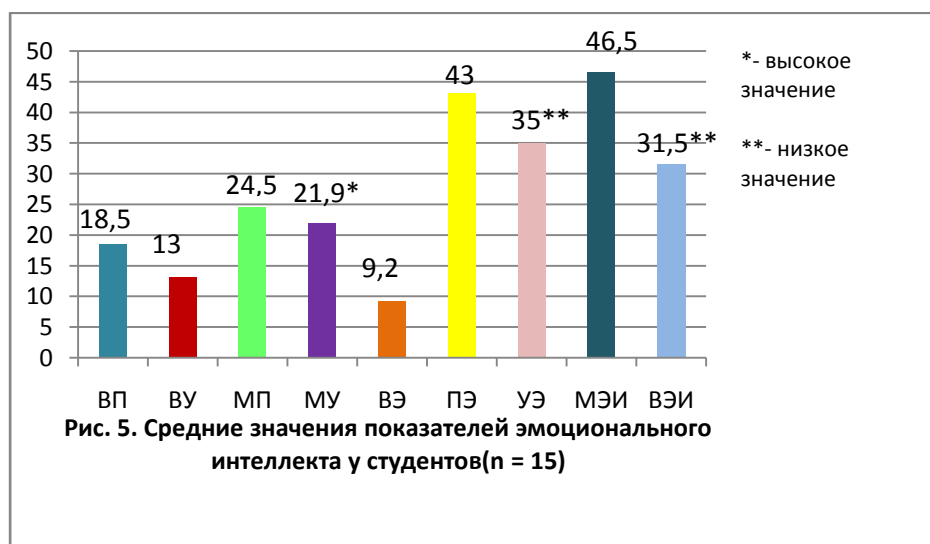
Все показатели разных групп эмоций у обследуемых студентов умеренно выражены. Это означает, что у студентов в среднем умеренно проявляются как позитивное, так и негативное эмоциональное отношение к стрессовым ситуациям. Также им свойственен умеренный уровень индивидуальных переживаний тревожно-депрессивного комплекса.

Еще одной важной характеристикой эмоциональной сферы является эмоциональная направленность личности. Структура эмоциональной направленности основана на классификации эмоций Б.И. Додонова, «которые в сознании людей предстают в качестве «ценных» переживаний»[2, с.106].

На рис. 4 представлены средние ранги ценностных эмоций у испытуемых студентов. Первые места у обследованных студентов занимают коммуникативные, альтруистические и практические эмоции. Студенты наиболее часто испытывают в жизни эмоции радости от общения с другими людьми, удовольствие от оказываемой им помощи и переживание успеха в работе. Средние ранги пугнических, глорических и романтических эмоции оказались самыми низкими. У обследованных студентов отсутствует потребность в переживаниях приключений и риска, славы и самоутверждения.



Другим значимым показателем эмоциональной сферы является развитие эмоционально-когнитивных процессов, в частности группа способностей к пониманию своих и чужих эмоций и управление ими, объединенных общим названием эмоциональный интеллект. В настоящее время установлено, что процессы анализа и интерпретации эмоциональной информации, в первую очередь, определяют, какие эмоции и каким образом будут переживаться человеком в той или иной ситуации. Результаты измерения показателей эмоционального интеллекта у студентов представлены на рис. 5.



В группе испытуемых выявлен средний уровень общего эмоционального интеллекта. Однако отдельные показатели отклоняются от среднестатистической нормы. Показатель внутриличностного эмоционального интеллекта (ВЭИ) находится на низком уровне (31,5 баллов). Это значит, что студенты плохо понимают свои эмоции и не способны их контролировать. Межличностный эмоциональный интеллект (МЭИ) лучше развит, при этом способность оказывать влияние на чужие эмоции (МУ) имеет высокое значение (21,9 баллов).

Эмоционально-поведенческий компонент эмоциональной сферы студентов изучался нами через измерение стратегий и моделей стресс-преодолевающего поведения. На рисунке 6 представлены полученные результаты.



Было выявлено, что в стрессовых ситуациях студенты используют преимущественно либо стратегию избегания, либо разрешение ситуаций в агрессивной, наступательной манере, о чем свидетельствуют высокие значения по перечисленным показателям.

Таким образом, по итогам проведенного исследования можно сделать следующие **выводы**: 1) студенты имеют высокий уровень ситуативной тревожности; 2) на стрессовые ситуации реагируют чрезмерным страхом, страданием и гневом; 3) ценностными эмоциями студентов являются коммуникативные, альтруистические и практические; 4) внутриличностный эмоциональный интеллект развит недостаточно, особенно управление своими эмоциями, при этом выявлена высокая готовность управлять чужими эмоциями; 5) в стрессовых ситуациях склонны избегать решения проблем или использовать агрессивные действия; 6) выявленные проблемы эмоционального развития требуют специальной психологической подготовки студентов.

#### Литература

1. Вербина Г.Г. Психология эмоций: учеб. пособие. – Чебоксары, 2008. – 308 с.
2. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. – М., Политиздат, 1978. – 272 с.

3.Изард К.Э. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2002. –464 с.

4. Фоминова А.Н., Шабанова Т.Л. Педагогическая психология. Учебное пособие. – Саратов, 2014. – 320 с.

5.Шабанова Т.Л. Эмоциональная компетентность будущего педагога как проблема исследования и задача развития // Психологические исследования развития личности: возрастной, гендерный и профессиональный аспект. – Нижний Новгород, 2014. С.169-179.

6. Шабанова Т.Л. Изучение особенностей эмоциональной сферы педагогов как компонентов эмоциональной устойчивости в профессиональной деятельности // Наука и школа. 2011. №2. С.92-96.

*Вакина Елена Сергеевна, студентка 2-ого курса факультета гуманитарных наук, ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», e-mail: len-95-05@mail.ru*

*Михеева Наталья Сергеевна, студентка 2-ого курса факультета гуманитарных наук, ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», e-mail: natali.miheewa2015@eandex.ru*

*Шабанова Татьяна Леонидовна, к. пс. наук, доцент, доцент кафедры классической и практической психологии ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет им. К.Минина», e-mail: shabanovatl@mail.ru*