

сы мүшелерінің бір-біріне деген құрмет сезімдері, яғни отбасындағы кіршіксіз таза, мөлдір көңіл-күйі тікелей ықпал етеді.

Макаренконың: «Баламен шындап сөйлесу үшін орын мен уақытты таңдай біліңіз, кіре берістегі жол-жөнекей айтылған сөз бала көңілінде керекті із қалдырмайды», – деген парасатты ойымен түйіндегенді жөн көрдім.

#### **Әдебиеттер тізімі:**

1. Доронова Т.Н., Арзанбаева Б.О., «Мектепке дейінгі балаларды балабақша жағдайында оқыту, тәрбиелеу және дамыту бағдарламасы», Алматы, «Просвещение-Казахстан», 2007 ж.
2. «Біз мектепке барамыз», Астана, 2009.
3. Аралбаева Г.К. Мектепке дейінгі педагогика. – Алматы, 2012. – 220б.

### **ПОНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

*Баранников Иван Александрович,*  
магистрант кафедры педагогики и психологии,  
научный руководитель: *Бежина Виктория Валерьевна,*  
доктор философии (PhD), к.п.н.,  
ассоциированный профессор кафедры иностранных языков,  
Костанайский региональный университет им. А. Байтұрсынова, г. Костанай

#### **Аннотация**

Өзектілігі: жоғары білім беруді модернизациялау жағдайында университеттер алдында маңызды міндет түр: үлкен төзімділік пен байсалдылыққа ие мұғалімдердің кәсіби-педагогикалық дайындық сапасын арттыру.

Мақсаты: қашықтықтан оқыту жағдайында болашақ мұғалімнің эмоционалды тұрақтылығын дамыту мәселесін зерттеу.

**Түйінді сөздер:** эмоциялар, тұрақтылық, қашықтықтан оқыту, студент, тұлға, өзін-өзі бақылау.

#### **Аннотация**

Актуальность: в условиях модернизации высшего образования, перед вузами стоит важная задача: повышать качество профессионально-педагогической подготовки учителя, которые обладают большой выдержкой и уравновешенностью.

Цель: изучить вопрос развития эмоциональной устойчивости будущего учителя в условиях дистанционного обучения.

**Ключевые слова:** эмоции, устойчивость, дистанционное обучение, студент, личность, самообладание.

#### **Abstract**

Relevance: the context of modernization of higher education, universities face an important task: to improve the quality of professional and pedagogical training of teachers who have great endurance and poise.

Goal: to study the issue of developing the emotional stability of the future teacher in the context of distance learning.

**Keywords:** emotions, resilience, distance learning, student, personality, self-control.

В условиях модернизации высшего образования, перед вузами стоит важная задача: повышать качество профессионально-педагогической подготовки учителя.

Среди ученых, занимающихся психолого-педагогическими исследованиями нет единой концепции обучения, в связи с чем, мы полагаем, что педагогические высшие учебные заведения проявляют обеспокоенность состоянием подготовки молодых специалистов, которые не в полной мере соответствуют требованиям современного образования, а тем более, в условиях дистанционного обучения. Одной из приоритетных це-

лей высшей школы сегодня является не «производство знаний», а «производство личности специалиста».

Современной школе необходимо иметь эмоционально-устойчивых учителей, которые обладают большой выдержкой и уравновешенностью. Высокое чувство любви к своим воспитанникам должно соотноситься с достаточно высоким уровнем самообладания, умением управлять своими эмоциями.

В данный период образовательный процесс в школе требует от личности учителя соответствовать тем качествам личности, которые пригодятся при взаимодействии с обучающимися. Одной из наиболее важных качеств, которым должен обладать современный учитель – это эмоциональная устойчивость (ЭУ).

Мы полагаем, что довольно-таки малоизученным является вопрос развития ЭУ будущего учителя в условиях дистанционного обучения. Проводя анализ существующей практики вузовской подготовки свидетельствует об отсутствии на сегодняшний день целостной системы развития ЭУ студента, необходимой для успешной самореализации как будущего специалиста. Недостаточная изученность проблемы, которая касается развития ЭУ в условиях дистанционного обучения, объясняется недооценкой ее роли в процессе профессионально-педагогической подготовки студентов ВУЗа, изменившимися требованиями к личности и деятельности учителя в современном образовании и недостатками в его профессиональной подготовке.

На сегодняшний день нам известно, что у молодых специалистов отмечается высокий уровень эмоциональной напряженности во время профессиональной деятельности, которое проявляется в снижении устойчивости психических функций и понижении работоспособности. Можно утверждать, что часто повторяющиеся неблагоприятные эмоциональные состояния приводят к закреплению отрицательных личностных качеств педагога (раздражительности, тревожности, пессимизма и т.д.), что негативно сказывается на эффективности педагогической деятельности и здоровье, вызывая разного рода психосоматические заболевания.

ЭУ выделяется рядом исследователей как качество личности, имеющее профессиональную значимость для деятельности педагога.

Таким образом, целью специального высшего образования является не только предметно-деятельностная подготовка специалиста, но и развитие у будущего учителя ЭУ, как важнейшего показателя качества подготовки молодого специалиста в условиях гуманизации образовательного процесса.

В зависимости от того, как понимает исследователь конкретное изучаемое явление, каким он его видит, во многом определяются выбираемые методические подходы, обуславливающие те результаты, которые он получит в ходе исследования. Поэтому остановимся подробно на анализе понятия ЭУ.

Анализ литературных источников показал, что понятие ЭУ определяется неоднозначно. Это обусловлено тем обстоятельством, что данное понятие разрабатывается разными авторами независимо друг от друга, в разных проблемных контекстах, а также преобладанием эмпирических исследований над теоретическими.

Так, В.М. Писаренко под ЭУ личности понимает «...ее способность отвечать на напряженные ситуации таким изменением эмоционального состояния, которое приводит не к уменьшению, а к увеличению работоспособности» [1, с.51]. Под ЭУ автор рассматривает также устойчивость эмоционального состояния [там же, с.54].

О.А. Черникова характеризует эмоциональную неустойчивость как отрицательные «...ярко выраженные переживания, которые человек не в состоянии преодолеть» [2, с.5]. «Эмоциональная устойчивость, – пишет автор, – выражается не в том, что он перестает переживать сильные эмоции, а в том, что эти эмоции... достигают оптимальной степени интенсивности». При этом О.А. Черникова подчеркивает, что эмоции должны характеризоваться стабильностью определенных особенностей, т.е. это положительные,

активные эмоции, а не какие-либо другие, имеющие устойчивую направленность на решение профессиональных задач [там же, с.6]. Нервное напряжение трактуется О.А. Черниковой как показатель эмоциональной неустойчивости, которое выражается в излишней эффективности, перевозбуждении нервной системы, чрезмерной чувствительности к внешним неблагоприятным раздражителям, противоречивости эмоций.

Под ЭУ Е.А. Милерян понимает, с одной стороны, невосприимчивость к эмоциогенным факторам, оказывающим отрицательное влияние на психическое состояние человека, а с другой – способность контролировать и сдерживать возникающие астенические эмоции, обеспечивая тем самым успешное выполнение необходимых действий [3, с.145; 4, с.5].

К.К. Платонов термин «неустойчивый» понимает как эмоциональную неустойчивость. К эмоционально неустойчивым автор относит тех, кто повышенно эмоционально возбудим, склонен к частой смене эмоциональных состояний. «Однако при этом, – пишет К.К. Платонов, – надо помнить, что решающим является не сама по себе большая или меньшая эмоциональная возбудимость, а большее или меньшее отрицательное ее влияние на навыки, на деятельность человека. А это... связано не только с особенностями эмоциональной сферы человека, но и с особенностями его воли» [5, с.131].

О том, что ЭУ следует понимать «...как способность преодолевать состояние излишнего эмоционального возбуждения при выполнении сложной деятельности», пишет В.Л. Марищук [6, с.7].

Несколько позже К.К. Платонов и В.Л. Марищук определяют ЭУ как способность управлять своими эмоциями, сохранять высокую профессиональную работоспособность, осуществлять сложную деятельность без напряженности, несмотря на эмоциогенные воздействия. Еще несколько позже К.К. Платонов подразделяет ЭУ на эмоционально-волевую, эмоционально-моторную и эмоционально-сенсорную устойчивость. Под первым понятием автор подразумевает степень волевого владения личностью своими достаточно сильными эмоциями, под вторым – свойство личности, проявляющееся в степени нарушений психомоторики под влиянием эмоций, под третьим – свойство личности, проявляющееся в степени нарушения сенсорных действий.

В.Э. Мильман отмечает, что ЭУ определяет адекватность «...эмоциональной оценки ситуации и соразмерность эмоциональных реакций» [7, с.29].

Я. Рейковский определяет ЭУ как способность эмоционально возбужденного человека «...сохранять определенную направленность своих действий, адекватное функционирование и контроль над выражением эмоций» [8, с.263].

По мнению П. Фресса, ЭУ характеризуется «мерой чувствительности субъекта к эмоциогенным ситуациям, а также мерой возбудимости, способности к самооценке и контролю» [9, с.127].

Об эмоциональной неустойчивости как «аффектах неадекватности» – повышенной обидчивости, упрямстве, негативизме, замкнутости, заторможенности пишет Л.С. Славина [10, с. 3].

Иначе дает определение ЭУ П.Б. Зильберман. Под этим понятием он понимает отнюдь не устойчивость или стабильность эмоциональных переживаний человека, а «...интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных компонентов психической деятельности индивидуума, которое обеспечивает оптимальное успешное достижение цели деятельности в сложной мотивной обстановке» [11, с.152].

Б.Х. Варданян пишет, что ЭУ «...можно более конкретно определить как свойство личности, обеспечивающее гармоничное отношение между всеми компонентами деятельности в эмоциогенной ситуации и тем самым содействующее успешному выполнению деятельности» [12, с.542].

О.А. Сиротин включает в определение ЭУ параметры, характеризующие нервную и физическую выносливость, – способность человека успешно решать сложные и ответственные задачи в напряженной эмоциогенной обстановке «...без значительного отрицательного влияния последней на самочувствие, здоровье и дальнейшую работоспособность человека» [13, с.1].

Фрустрационная толерантность является разумной и необходимой, ведь она выступает как значимое качество личности, её следует воспитывать. Фрустрационная толерантность формируется в процессе выработки устойчивости эмоционального реагирования на жизненные ситуации.

Следовательно, под фрустрационной толерантностью мы понимаем одну из способностей субъекта отсрочить во времени реакцию на проблемную ситуацию.

Толерантность, как отмечает М.А. Николаева, есть «личностная ценность, которая проявляется в отсутствии у человека авторитарного синдрома, наличии высокого уровня уважения и принятия самого себя в сочетании с уважением и принятием других, способности к договору и компромиссу, ...ориентации на терпимость» [14, с.21].

Р.И. Хмешок, З.Н. Курлянд, Н.А. Шевченко используют термин «психологическая устойчивость», который обозначает «синтез свойств и качеств личности, позволяющий в различных эмоциональных условиях уверенно и самостоятельно выполнять свою профессиональную деятельность».

Психологическая устойчивость, как отмечают Е.П. Крупник и Н.А. Подымов, – «это сложное психологическое явление, связанное в своем сущностном содержании с достаточно высоким уровнем профессиональной сформированное и профессиональной деятельности и проявления в ней в качестве профессионализма соответствующего отношения и личностной активности. В этом плане, продолжают авторы, психологическая устойчивость определяется как способностью сохранять и использовать ценные моменты педагогического опыта в качестве необходимой основы предлагаемых инноваций, так и стремлением изменить существующую педагогическую ситуацию» [15, с.175].

При всей очевидной теоретической и практической значимости проблемы развития ЭУ будущего учителя она является малоизученной, так как в течение длительного времени она разрабатывалась в рамках парадигмальной альтернативы «стабильность (ригидность) – изменчивость (лабильность, флексибельность).

Р.И. Хмелюк, З.Н. Курлянд, Н.А. Шевченко утверждают, что психологическая устойчивость в педагогической деятельности есть синтез качеств личности, и уровень ее может быть изменен с помощью сознательной, целенаправленной работы, которая учитывает индивидуальные особенности индивида и проводится в педагогической деятельности или в деятельности, максимально ее моделирующей.

Становится все более очевидным, отмечают Е.П. Крупник и Н.А. Подымов, что в современном сложном и динамичном обществе формирование психологической устойчивости учителя как к внешним воздействиям, так и по отношению к внутренним стрессовым симптомам при умении дифференцировать их, анализировать и соответствующим образом реагировать становится важной задачей педагогического образования [15, с.175].

Все без исключения исследователи считают, что эмоциональная устойчивость является необходимой составляющей эмоциональной сферы и профессиональной компетентности будущего учителя и представляет собой интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности индивидуума, которое способствует успешному осуществлению профессиональной деятельности в эмоциональных условиях.

Таким образом, эмоциональная устойчивость понимается нами как устойчивость эмоциональных состояний личности, отсутствие нервозности, отсутствие склонности к частой смене эмоций. Эмоциональная устойчивость – является залогом душевного спокойствия, стрессоустойчивости. Личность, которая является эмоционально-устойчивой, способна подавлять эмоциональные реакции (самоконтроль, терпеливость).

На основании сказанного, а также исходя из результатов исследования, изложенных в нашей работе, понятие «эмоциональная устойчивость» можно определить как свойство личности, характеризующееся гармоничным взаимодействием структурных компонентов и тем самым обеспечивающее умение противостоять фрустрирующему и стрессогенному воздействию, сохраняя успешное осуществление профессиональной деятельности. Развитие ЭУ связывается нами с целенаправленным использованием специально разработанной технологии в качестве средства развития и формирования ЭУ будущего учителя в условиях дистанционного обучения.

#### Список литературы:

1. Писаренко В.М. Устойчивость эмоционального состояния спортсмена в условиях соревнований. – В кн.: Пути достижения трудной цели в спорте. – М., 1964. – С. 51-68.
2. Черникова О.А. Исследование эмоциональной устойчивости, как важнейшего показателя психологической подготовленности спортсмена к соревнованиям. – В кн.: Психологические вопросы спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 1967. – С. 3-13.
3. Милерян Е.А. Психологический отбор летчиков. – Киев, 1966. – 165 с.
4. Милерян Е.А. Обсуждение и теоретическое обобщение экспериментальных материалов. – В кн.: Очерки психологии труда оператора. – М.: Наука, 1974. – С. 5-118.
5. Платонов К.К., Шварц, Л.М. Очерки психологии для летчиков. – М.: Воениздат, 1948. – 191 с.
6. Марищук В.Л. К вопросу об эмоциональной устойчивости курсантов-летчиков и возможности ее совершенствования с применением средств физической подготовки: автореф. дис.канд. психол. наук. – Л., 1964. – 22 с.
7. Мильман В.Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности. – В кн.: Стресс и тревога в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 24-46.
8. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций. – М.: Прогресс, 1979. – 392 с.
9. Фресс П. Эмоции. – В кн.: Экспериментальная психология. – М.: Прогресс, 1975. – С. 112-195.
10. Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М.: Просвещение, 1966.- 150 с.
11. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора. – В кн.: Очерки психологии труда оператора. – М.: Наука, 1974. – С. 138-172.
12. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости. – В кн.: Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983. – С. 542-547.
13. Сиротин О.А. Экспериментальное исследование психологической природы эмоциональной устойчивости : автореф. дис.канд. психол. наук. – М., 1987.
14. Николаева М.А. Становление толерантности в условиях модернизации образования. Воспитание толерантности: взаимодействие различий : сб. науч. и метод. тр. / под ред. Н.К. Сергеева, Н.М. Борытко и др., – Волгоград: Изд-во ВГИПК РО, 2004. – (Сер. «Актуальные проблемы современного воспитания». Вып. 3). – 96 с.
15. Крупник Е.П., Подымов, Н.А. Психологическая устойчивость учителя как условие преодоления инновационных барьеров в его профессиональной деятельности // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 175-178.