ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ

Ганна Дьоміна

Київ

В контексті високих вимог до розвитку національної соціальної служби та підготовки її фахівців, проблема не сформованості емоційної стійкості унеможливлює професійну діяльність та кваліфіковану допомогу, а отже, проблема формування емоційної стійкості у майбутніх фахівців соціальної сфери набуває особливої актуальності.

Аналіз наукової літератури за останні 20 років з проблеми професійних та особистісних якостей практичних психологів та соціальних педагогів (Абрамова Г.С., Амінов М.А., Овчарова Р.У., Обозов Н.І., Молоканов М.В., Моховиків В.Ю., Патинок О.П. та інші) показав, що спостерігається певна залежність між особистісними та професійними якостями, а саме, ефективністю діяльності фахівця соціальної сфери. Науковці підкреслюють, що особисті якості визначають успішність діяльності, яка становить модель особистості ефективного фахівця [3, 74-75]. У зв'язку з цим, фахівець соціальної сфери повинен володіти такими особистісними рисами, якостями та характеристиками: відповідальність, емпатійність, комунікабельність, емоційна стабільність, вольова стійкість тощо.

Проблема емоційної стійкості була предметом вивчення як вітчизняних, так і зарубіжних вчених. Проблемою емоційної стійкості займалися Аболін Л.М., Бодалев О.О., Бучек Л.І., Варданян Б.Х., Дьяченко М.І., Зільберман П.Б., Кириленко Т.З., Ковалев С.В., Ложкин Р.У., Максименко З.Д. Пономаренко В.О., Семиченко В.А. та інші науковці [2]. Їх дослідження свідчить про те, що є велика кількість визначень поняття емоційна стійкість. Одні дослідники трактують емоційну стійкість як властивість особистості, що забезпечує гармонію між всіма компонентами діяльності в емоційній ситуації і тим самим сприяє успішному здійсненню даної діяльності або досягненню поставленої мети (Аболін Л.М., Варданян Б.Х.). Інші подають емоційну стійкість як певну якість особистості і як психічний стан, який забезпечує адекватну поведінку в певних ситуаціях (Дьяченко М.І., Пономаренко В.О.). Бучек Л.І. [1] визначає емоційну стійкість як властивість особистості, що характеризується особливостями саморегуляції. Виявами емоційної стійкості виступають ступені сформованості саморегуляції особистості за трьома напрямками: саморегуляції поведінки, саморегуляції психічного здоров’я, саморегуляції діяльності. Спільним є те, що

емоційну стійкість визначають як певну позитивну інтегральну властивість (якість) особистості, яка забезпечує подолання складної емоціогенної ситуації, а це, у свою чергу, призводить до результативної діяльності фахівця.

Розглядаючи докладніше емоційну стійкість, ми з'ясували, що вона займає значне місце у структурі професійних якостей майбутнього фахівця соціальної сфери. Професійна діяльність буває емоційно напруженою, відчуваються значні труднощі, пов'язані із вмінням швидко орієнтуватися в мінливих обставинах, що склалися, знаходити оптимальні рішення в складних нестандартних ситуаціях і зберігати при цьому витримку, емоційну стійкість. Таким чином, вміння володіти собою є одним із факторів ефективної та професійної діяльності фахівця соціальної сфери.

Проаналізувавши роботи Аболіна Л.М., Бодалева О.О., Дьяченко М.І., Мея Р., Пономаренко В.О., ми можемо надати змістову характеристику рівнів розвитку емоційної стійкості молоді.

До високого рівня відносяться: емоційно зрілі, спокійні, стабільні в поведінці та емоціях, розсудливі, уважні, відповідальні, енергійні, емоційно врівноважені особи, в яких спостерігається панування інтелекту над почуттями та емоціями, отже, властивий контроль над емоціями. Такі особи легко пристосовуються до оточуючих, не бояться складних ситуацій, впевнені в собі, постійні у своїх планах та прихильностях, не піддаються випадковим коливанням настрою, їх важко роздратувати. Вони мають серйозні та реалістичні погляди на речі, добре усвідомлюють вимоги дійсності, не приховують від себе особистих недоліків; здатні адекватно аналізувати умови діяльності, завчасно планувати її, застосовувати адекватні способи дії.

Низький рівень емоційної стійкості мають емоційно незрілі, тривожні, імпульсивні, емоційно неврівноважені особи, в яких спостерігається панування емоцій над інтелектом, а отже, у поведінці та емоціях – нестабільність. Для цих студентів характерними є низька толерантність до емоціогенних факторів, постійні хвилювання, підвищена роздратованість, поверховість та нереалістичність в поглядах на речі (не усвідомлюють вимоги дійсності). Такі люди уникають складних ситуацій, бо невпевнені в собі; непостійні у своїх планах, мають мінливий настрій, не можуть контролювати емоції та імпульсивні потяги, постійно капризують та приховують від себе та оточуючих свої недоліки. Вони не мають почуття відповідальності, їм не вистачає енергії, коли це необхідно. Внутрішньо ці особи відчувають себе безпорадними, стомленими та нездатними справлятися з життєвими труднощами.

Для діагностики рівня емоційної стійкості дослідники пропонують багато психодіагностичних методик. Оскільки емоційна стійкість, з одного боку, є однією з стрижневих професійних характеристик спеціаліста соціальної сфери, а з іншого боку, фахівець повинен бути особистісно готовим та зрілим до професійної діяльності, то ми, відповідно до наших завдань, виявили рівень розвитку емоційної стійкості у студентів І-ІІ курсів ВНЗ (майбутніх практичних психологів та соціальних педагогів) за "Методикою багатофакторного дослідження особистості" Р.Кеттелла [5].

Як засвідчують результати за методико Р.Кеттелла, високий рівень емоційної стійкості характерний для незначної кількості всіх досліджуваних студентів (16,7%), причому, серед старшокласників (у нашому попередньому дослідженні [2] спостерігається така ж тенденція).

Студенти з високим рівнем емоційної стійкості стабільні в поведінці та емоціях, спокійні, впевнені в собі, легко пристосовуються до оточуючих, не бояться складних ситуацій, постійні у своїх планах та прив'язаностях, не піддаються випадковим коливанням настрою. Мають серйозні та реалістичні погляди на речі, добре усвідомлюють вимоги дійсності, не приховують від себе особистих недоліків; їм характерне панування інтелекту над почуттями та емоціями, розсудливість. Таких студентів можна назвати емоційно врівноваженими та емоційно зрілими.

Найбільша кількість досліджуваних студентів (45%) має низький рівень емоційної стійкості. Характерними для них є низька толерантність виявлення емоціогенних факторів партнерів, невпевненість у собі, підвищена роздратованість, постійні хвилювання, в поведінці та емоціях – нестабільність, відсутність почуття відповідальності, примхливість, постійне уникання складних ситуацій, непостійність у своїх планах, відсутність контролю над емоціями та імпульсивні потяги. Ці студенти внутрішньо відчувають себе безпорадними, стомленими та нездатними справлятися з життєвими труднощами. Їх можна назвати емоційно неврівноваженими та емоційно незрілими.

Наші результати підтверджують висновки досліджень останніх років: емоційно нестійких людей набагато більше, ніж емоційно стійких [1]. Зрозуміло, що фахівець соціальної сфери з такими показниками емоційної стійкості не зможуть якісно, ефективно, компетентно виконувати свої обов'язки: здійснювати гармонійний та всебічний розвиток особистості, її підтримку у складних життєвих обставинах, при вирішенні будь-яких проблем і суперечок.

Пов'якель Н.І. вважає, що процес підготовки фахівця соціально-психологічної сфери вимагає вдосконалення шляхом впровадження

спеціальних дисциплін із психологічних основ саморегуляції, психології здоров'я, психології самовдосконалення та саморозвитку, які активізують процеси розвитку професійного мислення майбутнього фахівця [4].

За нашими результатами щодо рівня розвитку емоційної стійкості у студентів І-ІІ курсів ВНЗ можна сформулювати наступні висновки:

1) незначна кількість досліджуваних студентів І-ІІ курсів мають високий рівень емоційної стійкості, інша частина студентів мають середній або низький рівень розвитку емоційної стійкості (приблизно50/50);

2) ми припускаємо, що емоційні риси студентів молодших курсів ВНЗ у стані розвитку і носять вибірковий, мінливий характер, тобто вони розуміють емоційний стан, вміють проникати, відчувати переживання іншої людини, але ще не допомагають оточуючим своїми діями з метою покращення їхніх самопочуття та емоційного стану, а також не цінують дану якість;

3) навчально-виховна діяльність у ВНЗ повинна стимулювати розвиток емоційної стійкості, яка є необхідною для роботи фахівця соціальної сфери, а тому вимагає пошуку шляхів активізації її розвитку під час вивчення дисциплін психологічного циклу.

Література

1. Бучек Л.І. Про дослідження емоційної зрілості студентів педвузу / Л.І. Бучек // Шляхи вдосконалення професійно-педагогічної підготовки вчителя в умовах перебудови вищої і середньої школи. – Ч.1. – Ніжин, 1990. – С.87-88.

2. Дьоміна Ганна Анатоліївна. Розвиток особистісної зрілості старшокласників щодо подружнього життя: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / Дьоміна Ганна Анатоліївна. – Київ, 2008. - 310 с.

3. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особістості: Навч. посібник / Т.С. Кириленко – К.: Либідь, 2007. - 256 с.

4. Пов'якель Н.І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук : спец. 19.00.07 "Педагогічна та вікова психологія" / Н.І. Пов'якель. – Київ, 2004. – 40 с.

5. Семиченко В.А. Психологія особистості / В.А. Семиченко – К.: Видавець Ешке О.М., 2001. – 427 с.