

88
И 21

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка

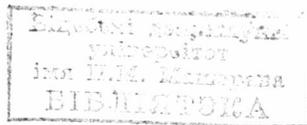
УДК 37. 015.3: 378

Иванова Лилия Николаевна

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

19.00.07 — педагогическая психология

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени кандидата
психологических наук



Минск, 2001

88.40
И21

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

Работа выполнена в Белорусском государственном педагогическом университете имени Максима Танка

Научный руководитель кандидат психологических наук,
доцент Р.А. Макаревич

Официальные оппоненты доктор психологических наук,
профессор Ф.И. Иващенко

кандидат психологических наук,
доцент А.А. Амельков

Оппонирующая организация Республиканский институт

Защита состоится «28» марта 2001 года в 14 часов на заседании совета по защите диссертаций К 02.21.04 при Белорусском государственном педагогическом университете имени Максима Танка по адресу: 220050, Минск, ул. Советская, 18, кор.1, ауд. 482, т. 263-78-95

С диссертацией можно ознакомиться в Белорусском государственном педагогическом университете имени Максима Танка

Автореферат разослан «28» февраля 2001 года

Ученый секретарь
совета по защите диссертаций

Л.В. Финькевич

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

1

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы диссертации. Высокая социальная ответственность, возложенная на учителя за обучение и формирование личности учащихся, исключает проявление им эмоциональной неустойчивости, раздражительности и нервозности. В то же время современный учитель работает в условиях больших психических и эмоциональных нагрузок. Педагогу почти ежедневно приходится сталкиваться с различного рода эмоционально напряженными ситуациями, требующими от него умения регулировать свои эмоциональные состояния и тем самым сохранять способность к эффективному выполнению деятельности. По имеющимся данным, около 50% педагогов испытывают трудности в саморегуляции состояний, что часто приводит их к принятию необоснованных, неадекватных решений. В свою очередь, это отрицательно сказывается на учебно-воспитательном процессе, на настроении и самочувствии учащихся и самих педагогов. Поэтому, для повышения продуктивности педагогической деятельности учителю необходимо овладеть умениями саморегуляции эмоциональных состояний, при этом способы эмоциональной саморегуляции должны осваиваться не только эмпирическим путем в процессе профессиональной деятельности после окончания педагогических институтов, но и в период обучения в педагогическом вузе.

Существующие традиционные формы подготовки учителей не гарантируют целенаправленного развития знаний о структуре и особенностях целостного процесса эмоциональной саморегуляции. Анализ действующих программ по предметам психолого-педагогического цикла показывает, что в них не предусматривается специальное обучение студентов способам и приемам саморегуляции эмоциональных состояний в профессиональной деятельности. Необходимость проведения исследования "Эмоциональная саморегуляция будущего учителя в процессе подготовки к профессиональной деятельности", таким образом, определяется следующими обстоятельствами:

во-первых, напряженным характером педагогического труда, требующего от учителя умения регулировать свои эмоциональные состояния,

во-вторых, трудностями, которые испытывают многие педагоги в связи с незнанием способов саморегуляции эмоциональных состояний,

в-третьих, недостаточной теоретической и практической разработанностью путей формирования у студентов педвуза умений эмоциональной саморегуляции в профессиональной деятельности в процессе изучения дисциплин психолого-педагогического цикла.



* 20504124 *

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

2

Связь работы с крупными научными программами, темами. В настоящее время осуществляется реформа общеобразовательной и высшей школы в Республике Беларусь. Результаты данного исследования могут быть использованы в процессе определения содержания психолого-педагогической подготовки учителя в вузе.

Диссертационное исследование выполнялось в рамках темы кафедры психологии Мозырского государственного педагогического института им. Н.К. Крупской “Содержание и организация специальной психолого-педагогической подготовки учителя в педагогическом вузе” в 1994 – 1998 г.г. (№ г.р. 19963361).

Цель и задачи исследования. В ходе организации и проведения исследования перед нами стояла *цель*: определить психолого-педагогические условия формирования умений эмоциональной саморегуляции у будущих педагогов в процессе профессиональной подготовки в вузе. Для достижения цели необходимо было решить следующие *задачи*:

1. На основании анализа материалов психолого-педагогических исследований рассмотреть проблему влияния эмоциональной сферы учителя на успешность профессиональной деятельности.

2. Изучить факторы, способствующие возникновению негативных эмоциональных состояний у педагогов и студентов-практикантов в педагогической деятельности.

3. Уточнить сущность и структуру эмоциональной саморегуляции в учительском труде и на этой основе отобрать методики диагностики сформированности основных ее компонентов.

4. Исследовать особенности эмоциональных состояний студентов-практикантов в зависимости от уровня развития умений эмоциональной саморегуляции.

5. Разработать и апробировать в учебном процессе программу обучения студентов педагогического вуза способам эмоциональной саморегуляции применительно к специфике будущей профессиональной деятельности.

Объект и предмет исследования. Объектом исследования выбрана эмоциональная сфера будущих педагогов в профессиональной деятельности. *Предметом исследования* является процесс подготовки студентов педагогического вуза к эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности.

Гипотеза:

Эмоциональная саморегуляция будущего учителя может быть развита в процессе подготовки к профессиональной деятельности специально разра-

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

3

ботанной комплексной системой педагогических, психофизиологических и социально-психологических методов и приемов.

Развитый самоконтроль эмоциональных состояний является психологической основой успешного овладения методами и приемами самовоздействия на эмоционально-личностную сферу, с помощью которых возрастает уровень умений эмоциональной саморегуляции.

Методология и методы проведенного исследования. Общей методологической основой исследования является деятельностный подход, представленный в исследованиях А.Н. Леонтьева. Общетеоретической основой исследования являются положения о психической саморегуляции, раскрытые в трудах О.А. Конопкина, Г.С. Никифорова. Исходные позиции работы базируются на теоретических подходах к изучению эмоциональных состояний, представленные в трудах Н.Д. Левитова, Т.А. Немчина.

Для решения поставленных задач использован комплекс методов: анализ и обобщение исследований по проблеме на теоретическом этапе; на констатирующем этапе информация об объекте исследования получена с помощью личностных опросников, анкетирования, тестирования и наблюдения; экспериментальная проверка гипотезы осуществлялась в обучающем психолого-педагогическом эксперименте; в ходе контрольного эксперимента производилось измерение показателей эмоциональных состояний, умений эмоциональной саморегуляции у студентов с помощью методик, примененных на констатирующем этапе, а также методом регистрации вегетативных реакций, сопровождающих эмоциональные состояния.

В процессе обработки полученных результатов использовались методы количественного и качественного анализа. Надежность и достоверность результатов исследования обеспечивалась сопоставлением данных, полученных с помощью различных методик, путем применения методов математической статистики с использованием корреляционного анализа, χ^2 -критерия Пирсона, критерия Вилкоксона (Т-критерия), метода оценки достоверности по многомерному t-критерию Стьюдента.

Исследование проводилось на базе Мозырского государственного педагогического института им. НК Крупской. В эксперименте участвовало 335 испытуемых.

Научная новизна и значимость полученных результатов определяется тем, что в теоретическом и экспериментальном исследовании доказана возможность преодоления учителем негативных эмоциональных состояний, вызванных влиянием объективных и субъективных факторов профессиональной деятельности, с помощью умений эмоциональной саморегуляции;

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

разработана и апробирована в учебном процессе комплексная методика, которая позволяет развить у студентов педагогического вуза навыки самоконтроля и самовоздействия на эмоционально-личностную сферу применительно к условиям профессиональной деятельности.

Практическая (экономическая) значимость полученных результатов. Положения и выводы, содержащиеся в диссертации, могут послужить основой для дальнейшего поиска путей оптимизации эмоциональных состояний учителя в педагогической деятельности, в процессе профессиональной подготовки студентов педвуза. Разработанная программа и методика формирования умений эмоциональной саморегуляции позволит развить у будущих педагогов качества, ценные с точки зрения требований педагогической профессии, предъявляемых к эмоциональной сфере учителя. Материалы психологического тренинга могут быть использованы в работе социально-психологических служб отделов образования и школ. В результате применения этой технологии в долговременной перспективе должны улучшиться показатели самочувствия учителей и качество учебно-воспитательного процесса.

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

1. Возникновение негативных эмоциональных состояний у студентов педагогического вуза в период педагогической практики обуславливается воздействием типичных критических ситуаций в системе педагогического взаимодействия, индивидуальными особенностями будущего педагога, а также отсутствием умений эмоциональной саморегуляции в профессиональной деятельности.

2. Наиболее значимым свойством, актуализирующим деструктивные проявления эмоциональных состояний студентов-практикантов, является высокий уровень реактивности.

3. Умения эмоциональной саморегуляции у студентов педагогического вуза могут быть развиты путем занятий специально разработанного курса, включающего комплекс педагогических, психофизиологических и социально-психологических методов и приемов.

4. В процессе приобретения навыков эмоционального самоконтроля и овладения способами самовоздействия на эмоционально-личностную сферу, у будущих педагогов возрастает уровень умений эмоциональной саморегуляции.

Личный вклад соискателя. Исследование представляет собой результат многолетней работы соискателя, которую можно разделить на четыре этапа.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

5

На первом этапе (1993 — 1994 г.г.) анализировалось современное состояние проблемы, изучались основные работы методологического характера, уточнялся понятийно-терминологический аппарат исследования.

На втором этапе (1995 — 1996 г.г.) был продолжен анализ современного состояния проблемы, сформулирована гипотеза исследования, изучались методики проведения исследований, была составлена программа исследования.

На третьем этапе (1997 — 1998 г.г.) осуществлялось экспериментальное изучение эмоциональных состояний студентов-практикантов, разрабатывался учебно-методический комплекс по проведению спецкурса, проводились занятия спецкурса “Основы эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности” в экспериментальной группе, производилась обработка результатов исследования методами математической статистики.

На четвертом этапе (1999 — 2000 г.г.) происходило обобщение результатов экспериментального исследования, формулировались выводы, решались организационные и оргтехнические вопросы по оформлению материалов диссертационного исследования.

Апробация результатов исследования. Материалы исследования обсуждались на заседаниях кафедры психологии Мозырского государственного педагогического института им. Н.К. Крупской, заседаниях кафедры общей и детской психологии БГПУ им. М.Танка (1998, 1999 г.г.). По результатам исследования читался спецкурс на факультетах обслуживающего труда (1997-1998 уч.год) и общетехнических дисциплин и физики (1998-1999 уч.год) МГПИ им. Н.К. Крупской.

Результаты исследования докладывались на научно-практической конференции “Падрыктоўка творчага настаўніка” (Мозырь, 1994 г.); международном симпозиуме “Психолога-педагогічныя праблемы падрыхтоўкі спецыялістаў пачатковай школы і дошкільных устаноў” (Мозырь, 1996 г.); международном конгрессе, посвященном 100-летию со дня рождения Л.С. Выготского (Минск-Гомель, 1996 г.), республиканской научной конференции “Удасканаленне падрыктоўкі настаўнікаў абслуговай працы” (Мозырь, 1997 г.); международной научно-практической конференции “Беларуская пачатковая школа: праблемы і перспектывы развіцця” (Мозырь, 1998), международной научной конференции “Тэорыя і практыка нраваснаваднага выхавання: історыя, сучаснасць, перспектывы” (Мозырь, 1998 г.); международной научно-практической конференции “Актуальныя педагогічныя праблемы сацыяльнай псіхалогіі развіцця” (Минск, 1998 г.); республиканском семинаре-

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

6

“Формирование воспитывающей социально-культурной среды в общежитиях учебных заведений” (Мозырь, 1999г.), международной научно-практической конференции “Психические состояния студенческой и учащейся молодежи” (Гомель, 2001г.).

Опубликованность результатов. Основное содержание и результаты исследования изложены в 3-х учебно-методических изданиях, в 2-х статьях, в 4-х материалах конференций, в 2-х тезисах. Общее количество публикаций — 11 (всего 68 страниц).

Структура и объем диссертации. Структура диссертации построена по принципу “теория — эксперимент — практика” и состоит из введения, общей характеристики работы, трех глав, заключения, списка использованных источников, приложения. Полный объем диссертации — 112 с., в том числе объем, занимаемый 10 иллюстрациями — 4 с., 8 таблицами — 5,5 с., 6 приложениями — 11 с., списком литературы из 165 наименований (из них 2-на иностранном языке) — 11 с.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе “**Эмоциональная саморегуляция учителя как психолого-педагогическая проблема**” проанализированы существующие направления в области исследований эмоциональной сферы, раскрыты используемые в диссертации понятия “эмоциональное состояние”, “состояние тревожности”, “нервно-психическое напряжение”, “критические ситуации педагогического взаимодействия”, “реактивность”, “самооценка”, “самоконтроль”, “эмоциональная саморегуляция”.

Эффективность деятельности, поведение человека и его физическое состояние во многом определяются психоэмоциональной сферой личности. Как всякое сложное и многогранное явление, эмоции исследуются в различных аспектах. В этой связи в работе рассматриваются разные методологические подходы к определению условий возникновения эмоций, функций эмоций, представленные в трудах отечественных и зарубежных психологов (У.Джемс, М.Франкенаузер, З.Фрейд, К.Юнг, Д.Рарпорт, В.С. Дерябин, Б.И. Додонов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, П.В. Симонов и др.). В результате анализа литературы выяснено, что к настоящему времени в психологии четко определились два взгляда на функциональное значение эмоций в жизнедеятельности человека: эмоциональные процессы могут активизировать деятельность (Л.М. Аболин, К. Изард, Р.У. Липер, С.Л. Рубинштейн и др.) или дезорганизовывать ее (Э.Кляппаред, П. Фресс, О.А. Черникова, К. Юнг и др.), причем функциональное значение эмоций чаще всего связывают с их модальностью.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

Традиционно в психологии выделяют две формы проявления эмоциональной сферы реакцию и состояние. При узком понимании эмоциональное состояние рассматривается как эффект действия эмоциональной реакции, при широкой трактовке эмоциональные состояния определяют как наиболее представительную группу психических состояний, окрашивающих всю психическую деятельность человека (Н.Д. Левитов). В своем исследовании мы придерживались второй позиции в понимании эмоционального состояния, рассматривая влияние эмоциональной сферы учителя на успешность профессиональной деятельности. Эмоциональные состояния положительной окраски, переживаемые учителем, обычно благоприятствуют процессу обучения и воспитания школьников, в то время как негативные состояния учителя дезорганизуют проявления экспрессивно-речевых, организационно-коммуникативных и других педагогических способностей, а также приводят к нарушению норм профессиональной этики, поэтому отрицательные эмоциональные состояния учителя нуждаются в произвольной саморегуляции.

О многообразии негативных состояний, переживаемых учителем в профессиональной деятельности, свидетельствуют работы Г.Ф. Зарембы, В.Г. Казанской, А.О. Прохорова. Каждому из этих состояний свойственна та или иная степень нервно-психического напряжения. Состояние нервно-психического напряжения детально описано Т.А. Немчиным. Разнообразие объективных и субъективных характеристик нервно-психического напряжения обуславливает наличие трех степеней выраженности этого состояния, из которых вторая степень рассматривается как позитивное состояние, тогда как третья обозначает чрезмерную степень нервно-психического напряжения. Первичным психологическим проявлением чрезмерного напряжения является тревожность.

Анализ существующих исследований позволил определить, что переживание учителем негативных эмоциональных состояний вызывается влиянием внешних и внутренних факторов. Внешние эмоциогенные факторы определяются характером межличностного взаимодействия учителя в профессиональной деятельности. В ходе своего исследования нас заинтересовала идея Я.Л. Колуминского о необходимости анализа ситуаций педагогического взаимодействия. Используя классификационные подходы М.М. Рыбаковой и литературный анализ наиболее характерных случаев из педагогической практики учителей, нами выделены типы критических ситуаций, обуславливающих негативные эмоциональные состояния у педагогов:

в системе "учитель-ученик" — ситуации деятельности, ситуации поведения, ситуации отношений;

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с актуальностью проблемы психической саморегуляции в профессиональной деятельности осуществлено исследование с целью выявить реальные возможности педагогического вуза в решении одной из задач специальной психолого-педагогической подготовки будущих педагогов — формировании умений эмоциональной саморегуляции. Результаты осуществленного исследования позволяют сформулировать следующие основные выводы:

1. Типичные критические ситуации в системе педагогического взаимодействия являются существенными факторами, обуславливающими возникновение негативных эмоциональных состояний у студентов педагогического вуза в период педагогической практики [4], [6], [11].

2. Высокая реактивность студентов-практикантов актуализирует деструктивные проявления эмоциональных состояний в новых условиях профессиональной деятельности [2], [7].

3. Целенаправленное развитие эмоционального самоконтроля у будущего учителя является необходимым условием успешного овладения способами самовоздействия на эмоционально-личностную сферу в педагогической деятельности [5], [8], [10].

4. Разработанная и апробированная программа подготовки студентов педагогического вуза к эмоциональной саморегуляции, в рамках спецкурса “Основы эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности”, способствует не только актуализации позитивных эмоциональных состояний на педагогической практике, но позволяет сформировать у будущих педагогов достаточный и высокий уровень умений эмоциональной саморегуляции [1], [3], [9].

Результаты исследования свидетельствуют не только о целесообразности, но и необходимости формирования умений эмоциональной саморегуляции у будущего учителя в процессе подготовки к профессиональной деятельности.

СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Учебно-методические издания:

1. Эмоциональная саморегуляция в деятельности учителя // Шумский П. П.; Иванова Л. Н., Буценко И. Н. Практикум по педагогической психологии: Учеб. пособие для студентов пединститута. — Мозырь: РИФ “Белый ветер”, 1996. — С. 71-87.

2. Изучение эмоционально-волевой сферы учащихся: Метод. пособие / Сост. Л. Н. Иванова, П. П. Шумский — Мозырь: РИФ “Белый ветер”, 1997. — 20 с.

3. Основы эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности. Программа спецкурса для студентов пединститутов/Сост. Л.Н. Иванова — Мозырь: МозГТИ, 1999. — 8 с.

Статьи:

4. Иванова Л.Н. О формировании умений эмоциональной саморегуляции у будущих педагогов//Труды Мозырского госпединститута им. Н.К. Крупской: Юбилейный сборник/Под ред. В.В. Валетова — Мозырь: МПТИ, 1999. — С.90-95.

5. Иванова Л.М., Макаравіч Р.А. Тэарэтычныя і практычныя аспекты эмацыянальнай самарэгуляцыі//Народная асвета.—1999, №2. — С.14-19.

Материалы конференций:

6. Иванова Л.М. Проблема эмацыянальнай устойлівасці настаўнікаў у працэсе педагогічнага ўзаемадзеяння//Надрыхтоўка творчага настаўніка: Матэрыялы навукова-практычнай канферэнцыі.— Мазырь: МДП, 1994. — С.28.

7. Иванова Л.Н. Совершенствование эмоциональной культуры будущего учителя как условие оптимизации его воспитательной функции//Теория и практика нравственного воспитания: история, современность, перспективы. Материалы международной научной конференции/Гл.ред. В.С. Болбас — Мозырь: РИФ “Белый ветер”, 1998. — С.51-52.

8. Иванова Л.Н. Психологическое обоснование путей совершенствования эмоциональной культуры у студентов педвуза//Формирование воспитывающей социально-культурной среды в общежитиях учебных заведений. Материалы респ. семинара-практикума/Под общ. ред. В.В. Валетова - Мозырь: МозГТИ им. Н.К. Крупской, 1999. - С.170-172.

9. Иванова Л.Н. Спецкурс по психологии в системе профессиональной подготовки учителя обслуживающего труда//Удасканаленне падрыхтоўкі настаўнікаў абслуговай працы. Зборнік матэрыялаў канферэнцыі/Над агул. рэд. І.А. Карабанава — Мазырь: МДП, 1997. — С.45.

Тезисы докладов:

10. Иванова Л.Н. О необходимости формирования самоконтроля эмоциональных состояний у будущего учителя//Психолого-педагогические проблемы подготовки специалистов начальной школы и дошкольных учреждений. Тезисы докладов и сообщений международного симпозиума/Под ред. Ю.Г. Брызарей. — Мозырь: МПТИ, 1996. — С.31-32.

11. Иванова Л.Н. Изучение эмоций в творчестве Л.С. Выготского//Тезисы международного конгресса, посвященного 100-летию со дня рождения Л.С. Выготского/Гл. ред. Я.Л. Колуминский — Мн.: БГПУ. — 1996. — 1Т. — С. 62-63.

РЭЗЮМЭ

Іванова Лілія Мікалаеўна

Эмацыянальная самарэгуляцыя будучага настаўніка
ў працэсе падрыхтоўкі да прафесійнай дзейнасці

Ключавыя словы: эмацыянальны стан, стан трывогі, нярвова-псіхічнае напружанне, крыпчныя сітуацыі педагагічнага ўзаемадзеяння, рэактыўнасць, самаацэнка, самакантроль, эмацыянальная самарэгуляцыя.

Аб'ект даследавання: эмацыянальная сфера будучых педагогаў у прафесійнай дзейнасці.

Прадмет даследавання: працэс падрыхтоўкі студэнтаў педагагічнай ВНУ да эмацыянальнай самарэгуляцыі ў педагагічнай дзейнасці.

Мэта даследавання: вызначыць псіхолога-педагагічныя ўмовы фарміравання ўменняў эмацыянальнай самарэгуляцыі ў будучых педагогаў у працэсе прафесійнай падрыхтоўкі ў ВНУ.

Метады даследавання: аналіз і абагульненне даследаванняў па праблеме; асобныя апытальнікі, анкетаванне, метады тэстаў, назіранне, навучаючы псіхолога-педагагічны эксперымент, метады матэматычнай статыстыкі.

Навізна атрыманых вынікаў вызначаецца тым, што даказана магчымасць пераадолення настаўнікам негатыўнага эмацыянальнага стану, які выкліканы ўплывам аб'ектыўных і суб'ектыўных фактараў прафесійнай дзейнасці, пры дапамозе ўменняў эмацыянальнай самарэгуляцыі; распрацавана і апрабавана ў вучэбным працэсе комплексная метадыка, якая дазваляе развіць у студэнтаў педагагічнай ВНУ навыкі самакантролю і самаўплыву на эмацыянальна-асобасную сферу ў дачыненні да ўмоў прафесійнай дзейнасці.

Выкарыстанне атрыманых вынікаў можа спрыяць аптымізацыі прафесійнай падрыхтоўцы настаўніка праз фарміраванне ўменняў эмацыянальнай самарэгуляцыі ў перыяд навучання ў педагагічнай ВНУ.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

17

РЕЗЮМЕ

Иванова Лилия Николаевна

Эмоциональная саморегуляция будущего учителя
в процессе подготовки к профессиональной деятельности

Ключевые слова: эмоциональное состояние, состояние тревожности, нервно-психическое напряжение, критические ситуации педагогического взаимодействия, реактивность, самооценка, самоконтроль, эмоциональная саморегуляция.

Объект исследования: эмоциональная сфера будущих педагогов в профессиональной деятельности.

Предмет исследования: процесс подготовки студентов педагогического вуза к эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности.

Цель исследования: определить психолого-педагогические условия формирования умений эмоциональной саморегуляции у будущих педагогов в процессе профессиональной подготовки в вузе.

Методы исследования: анализ и обобщение исследований по проблеме; личностные опросники, анкетирование, тестирование и наблюдение; обучающий психолого-педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Новизна полученных результатов определяется тем, что доказана возможность преодоления учителем негативных эмоциональных состояний, вызванных влиянием объективных и субъективных факторов профессиональной деятельности, с помощью умений эмоциональной саморегуляции; разработана и апробирована в учебном процессе комплексная методика, которая позволяет развить у студентов педвуза навыки самоконтроля и самовоздействия на эмоционально-личностную сферу применительно к условиям профессиональной деятельности.

Использование полученных результатов может способствовать оптимизации профессиональной подготовки учителя посредством формирования умений эмоциональной саморегуляции в период обучения в педагогическом вузе.

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

18

SUMMARY

Ivanowa Liliya Nikolaevna

Emotional self-regulation of future teacher
during the preparation to professional activity

Key words: emotional condition, condition of anxiety, psychological pressure, critical situations of pedagogical interaction, reactivity, self-estimation, self-control, emotional self-regulation.

The object of the research: the emotional sphere of future teachers in their professional activity.

The subject of research: the preparation of pedagogical institute students to emotional self-regulation in their pedagogical activity.

The purpose of research: to define psychological and pedagogical conditions of formation of skills of the emotional self-regulation of future teachers during the process of their professional training at the institute.

Methods of research: analysis and general conclusion of the research upon the problem; personal questionings, questionnaire, testing and observation; training psychological and pedagogical experiment; methods of the mathematical statistics.

The novelty of the received results is defined by the possibility that the negative emotional conditions of a teacher can be overcome by means of skills of emotional self-regulations; these negative emotional conditions are caused by the influence of objective and subjective factors of professional activity, the complex method has been worked out and realized in the process of study, this complex method gives the opportunities to students to develop their skills of self-control and self-interaction upon the emotional and personal sphere in conformity with the conditions of professional activity.

The use of the received results can promote the professional training of a teacher by means of forming of skills of emotional self-regulations during their study at the pedagogical institute.

