

Пилипенко Катерина Валентинівна,  
викладач кафедри загальної та вікової  
психології КДПУ

## **Стан розвитку та динаміка емоційної стійкості студентів – майбутніх практичних психологів в системі ВНЗ**

**Постановка проблеми.** Стрімкі та неоднозначні соціально-економічні, особливо політичні та культурні, перетворення, що відбуваються останнім часом в Україні, зумовлюють виникнення широкого діапазону психологічних проблем, вирішення 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 з 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 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, С.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 в останні роки 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 зберігати власну працездатність.

**Мета статті** полягає в представленні результатів експериментального дослідження особливостей емоційної стійкості у студентів – майбутніх практичних психологів.

**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. Государевої (Попової) [5], «16-факторний особистісний опитувальник» (Р.Кеттелла) (Фактор С-емоційна стійкість) [3].

### Результати експериментального дослідження та їх обговорення.

В дослідженні прийняло участь 240 студентів – майбутніх практичних психологів 1-5 курсів, віком від 18 до 23 років. Було сформовано три експериментальні 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 вже 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 (Попової) [5]. Додатково було застосовано «16 – факторний особистісний опитувальник» Р.Кеттелла (шкала С – емоційна стійкість) [3], а також метод експертних оцінок.

У таблиці 1 представлена емпірична картина емоційної стійкості у студентів-майбутніх практичних психологів.

Таблиця 1.

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

N=240

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

В результаті проведення дослідження емоційної стійкості шляхом вивчення продуктивності та якості короткочасного запам'ятовування під впливом емоціогенного фактору та без такого впливу, за методикою О.В. Государевої (Попової) 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 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.гр1(1-2 курси), 58,75% студентів експ.гр.2(3 курс) та 56,25% студентів експ.гр.3(4-5 курси). Проявами даного 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.гр1(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 студентів-майбутніх практичних психологів було використано шкалу «Емоційна стійкість» (фактор С) 16 – факторного особистісного опитувальника» Р.Кеттелла. Традиційно при інтерпретації результатів тестування за допомогою даної методики враховуються полюсні значення фактору: 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 вихідного рівня емоційної стійкості тобто її формування та розвиток. На рис.1 представлений узагальнюючий аналіз результатів опитування.

Кількісна та якісна інтерпретація даних показала, що домінуючим у даній виборці студентів є середній рівень емоційної стійкості. Він характерний для 68,75% студентів експ.гр1(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.гр1(1-2 курси), 31,25% студентам експ.гр.2(3 курс) та 35% студентам експ.гр.3(4-5 курси).

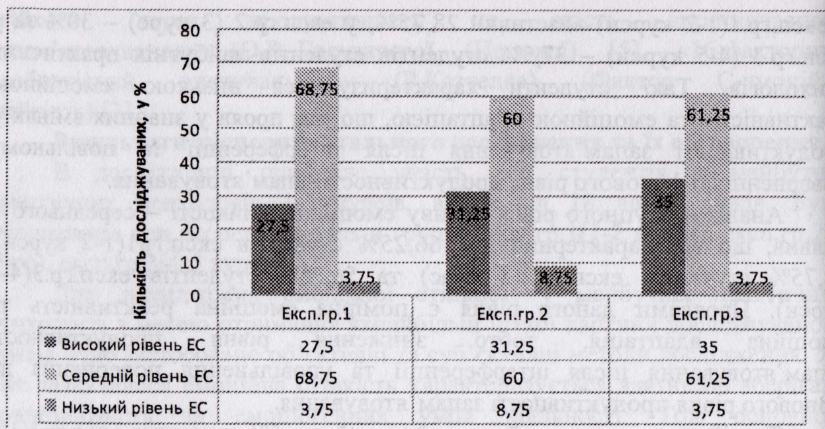


Рис.1. Стан розвитку емоційної стійкості у студентів – практичних психологів (за Р.Кеттеллом)

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, хворобливістю, 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 студентів-майбутніх практичних психологів був метод експертних оцінок.

Кількісні результати дослідження емоційної стійкості у студентів – майбутніх практичних психологів за експертним оцінюванням зображено на рис.2.



■ Високий рівень ЕС    ■ Середній рівень ЕС    ■ Низький рівень ЕС

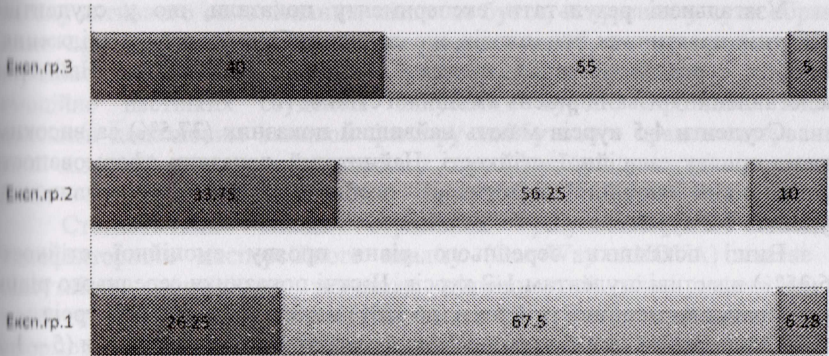


Рис. 2. Стан розвитку емоційної стійкості у студентів – практичних психологів (за експертними оцінками).

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 значимі зв'язки між показниками емоційної стійкості, що було досліджено за різними методами. Кореляційні зв'язки представлені у таблиці 2.

Табл. 2.

**Кореляційні зв'язки між показниками емоційної стійкості за різними методами дослідження**

Особливості ЕС за різними методами дослідження	ЕС за О.В. Государевою (Поповою)	ЕС за Р.Кеттеллом	ЕС за експертним оцінюванням
ЕС за О.В. Государевою (Поповою)	1.000	.760**	.780**
ЕС за Р.Кеттеллом	.760**	1.000	.770**
ЕС за експертним оцінюванням	.780**	.770**	1.000

Примітка: \*\* - зв'язки на 1% рівні значущості.

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

Узагальнені результати експерименту показали, що у студентів-майбутніх практичних психологів, що склали вибірку даного 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 даного 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 (рис. 3).

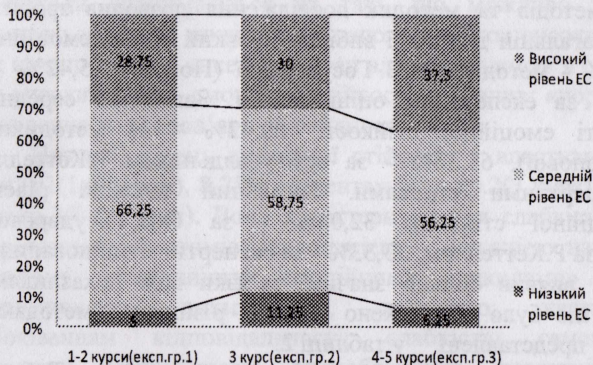


Рис. 3. Динаміка емоційної стійкості у студентів-майбутніх практичних психологів.

Достатньо очевидними є поступове а потім різке зростання високого рівня емоційної стійкості до кінця навчання, разом зі зменшенням середнього рівня даної 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 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 у суть обраної ними професії та пошуку власного місця у майбутньому професійному середовищі. Окрім того, все ж таки наявність невеликого відсотку емоційно нестійких студентів випускних курсів, вірогідно, можна пояснити додатковим впливом фактору 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 значимих 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 значимої різниці середнього рівня процесів гальмування між експериментальними групами підтвердило наявність відмінностей на статистично значимому рівні. Апостеріорний тест Дункана, за допомогою якого можна простежити спрямованість відмінностей між виборками, показав, що студенти – психологи перших років навчання значимо ( $p=0,05$ ) відрізняються від студентів-психологів випускних курсів середнім рівнем сформованості емоційної стійкості.

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

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Серед студентів – 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, але перевага студентів – майбутніх практичних психологів із середнім рівнем емоційної стійкості та наявність невеликої кількості емоційно нестійких студентів потребує додаткової діагностики структурних компонентів та психологічних особливостей емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів, з метою подальшого створення програми превенції та психокорекції емоційної нестійкості та формування емоційної стійкості.

### Список використаних джерел:

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. – Казань: Изд-во Казанського университета, 1987. – 261с.
2. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика: Монографія. – Д.: Вид-во ДНУ, 2006. – 336 с.
3. Батаршев А.В. Многофакторный личностный опросник Р.Кеттелла: Практическое руководство / Батаршев А.В. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 96 с.
4. Дьяченко М.И., Пономаренко В. А. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости // Вопросы психологии. - 1990. - №1. - С.106-113.
5. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: Питер, 2002. - 752с.
6. Пилипенко К.В. Емоційна стійкість як професійно-важлива якість майбутнього психолога-практика // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології: монографія / За редакцією проф.. Н.І. Повякель – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – 376 с.
7. Чебыкин А.Я. Проблема эмоциональной устойчивости / Южноукраинский педагогический университет им. К.Д. Ушинского. - О.,1995. – 195 с.