

Гузинець Ю.М.  
2 курс, спеціальність «Психологія», ОС «Магістр»,  
Мукачівський державний університет  
Березовська Л.І.  
доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук, доцент,  
Мукачівський державний університет

## ОБҐРУНТУВАННЯ МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВИХ

*У статті представлено обґрунтування емпіричного дослідження емоційної стійкості військових. Психодіагностичні методики підібрано з врахуванням детермінантів розвитку емоційної стійкості ресурсів її підструктур.*

*Ключові слова: емоційна стійкість, волюва стійкість, емоційне вигорання, емоційні бар'єри, самоефективність.*

Ведення сучасних бойових дій вимагає від військового фахівця психічної стійкості, упевненості у своїх діях і фізичної витривалості. Особливого значення набуває проблема його емоційної стійкості, що передбачає швидкість дій та адекватну поведінку в різноманітних складних і суперечливих ситуаціях. Нині більшість військових фахівців виконують завдання, що пов'язані з реальними бойовими ситуаціями. У цих умовах недостатній розвиток їх емоційної стійкості, що супроводжуються суттєвими психоемоційними навантаженнями, призводить до помилкових рішень, а у крайніх випадках – паніки, неадекватної реалізації завдань чи відмови від їх виконання. Крім того ця діяльність супроводжується обґрунтованим ризиком для їх життя та здоров'я.

Проблема емоційної стійкості розглядається в двох основних аспектах: психофізіологічному і психологічному. У психофізіологічному описується роль фізіологічних передумов в становленні емоційної стійкості. У фізіології і психогенетиці погляд на проблему емоційної стійкості базується на розумінні її як біологічно детермінованої властивості особистості.

При дослідженні психологічних аспектів проблеми емоційної стійкості, розглядаються різні підходи до вивчення даного феномену. В рамках першого підходу емоційна стійкість розглядається залежно від сили, знаку, лабільності і змісту емоцій (А.Е.Ольшаннікова, С.М.Оя, О.А.Чернікова і ін.). В рамках другого підходу емоційна стійкість описується як здатність долати зайве

емоційне збудження при виконанні складної діяльності, акцентується вольовий аспект емоційної стійкості (В.Л.Маріщук, Е.А.Мілерян, К.К. Платонов та ін.). В рамках третього підходу емоційна стійкість розуміється як інтегративна властивість особистості, що об'єднує різні якості особистості (емоційні, вольові, інтелектуальні, перцептивні), які в сукупності своїй перешкоджають виникненню емоційної нестійкості, що дезорганізує діяльність (Л.М.Аболін, М.І.Дьяченко, П.Б.Зільберман, Д.В.Іванов, В.А.Пономаренко і ін.).

Основними детермінантами формування емоційної стійкості як професійно важливої якості фахівця є ресурси підструктур емоційної стійкості. До них належать психофізіологічна (урівноваженість та рухливість нервових процесів), емоційно-вольова (непідвладність перешкодам у встановленні емоційних контактів, відсутність формування симптомів емоційного вигорання), когнітивно-рефлексивна (низький рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності), адаптивна (нервово-психічна стійкість, розвиненість особистісного адаптивного потенціалу) та соціально-перцептивна (психологічна проникливість, психологічна прозорливість, соціальна інтуїція, гнучкість здатності до корекції образу іншого в процесі спілкування).

Емпіричне дослідження емоційної стійкості у військових пропонується досліджувати враховуючи детермінанти її розвитку. Першою психодіагностичною методикою, за якою вивчається зазначений феномен є методика визначення емоційної стійкості (В.Л. Маріщук, Ю.Я. Кісельов) [2]. Ця методика представляє собою схему спостереження за інтенсивністю проявів емоційної напруженості. Ознаками емоційних проявів є міміка, статичні пози, рухи, тремор, особливості мови, вегетативні прояви. Рівень емоційної стійкості визначається за набраними балами. Чим менше обстежуваний отримав балів за методикою, тим більше в нього виражена емоційна напруженість. Чим більше набрано балів, тим більше виражена емоційна стійкість.

Для дослідження психофізіологічної підструктури емоційної стійкості використано тест-опитувальник А.В. Зверькова і Е.В. Ейдмана [3] призначений для дослідження вольової саморегуляції особистості. Рівні вольової саморегуляції визначаються у зіставленні з середніми значеннями кожної шкали. Якщо вони становлять більшу половину максимально можливої суми збігів, то цей показник відображає високий рівень розвитку загальної саморегуляції, настирливості або самоконтролю. Для шкали «В» ця величина дорівнює 12, для шкали «Н» – 8, для шкали «С» – 6.

Емоційно-вольову підструктуру емоційної стійкості визначають за методиками діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В.В. Бойко) [3] та «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина - людина» [4]. За методикою діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному

спілкуванні (за В.В. Бойко) визначається такі шкали, як: невміння керувати емоціями, дозувати їх, неадекватний прояв емоцій, негнучкість та невіразність емоцій, домінування негативних емоцій та небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.

За методикою «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина - людина». Визначаються такі показники, як: синдром емоційного виснаження, деперсоналізації і редукції особистих досягнень.

Когнітивно-рефлексивну підструктуру емоційної стійкості визначено за методикою «Самооцінка психічних станів» (Айзенка) [3] та методикою «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема» [1]. Методика «Самооцінка психічних станів» (Айзенка) дозволяє виміряти показники таких емоційних станів: тривожність, фрустрацію, агресивність, ригідність. Методика «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема» застосовується для вивчення самоефективності – впевненості (переконань) людини щодо її потенційної здатності організувати та здійснити власну діяльність, необхідну для досягнення певної мети. Також самоефективність розуміється і як продуктивний процес інтеграції когнітивних, соціальних та поведінкових компонентів задля здійснення оптимальної стратегії в різноманітних ситуаціях.

Отже, емоційна стійкість військовослужбовців досліджується за такими методиками, як: методика визначення емоційної стійкості (В.Л. Маріщук, Ю.Я. Кісельов), тест-опитувальник А.В. Зверькова і Е.В. Ейдмана, методика діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В.В. Бойко), методика «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина - людина», методика «Самооцінка психічних станів» (Айзенка), методика «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема» (само ефективність).

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Кокурн О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. – 281 с.
2. Пам'ятка офіцеру-психологу щодо організації психологічного супроводження військовослужбовців під час виконання завдань за призначенням. – Режим доступу: [http://www.mil.gov.ua/content/pdf/psix\\_zabezpechenya/met\\_book.pdf](http://www.mil.gov.ua/content/pdf/psix_zabezpechenya/met_book.pdf)
3. Пашукова Т.І. Практикум із загальної психології / Т.І. Пашукова, А.І. Допіра, Г. В. Дьяконов / за ред.. Т.І. Пашукової. – 2-ге вид., стер. – К.: Т-во «Знання», КОО, 2006. – 203 с.

4. Технології роботи організаційних психологів : навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л. М. Карамушки. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.

*The article justifies the empirical study of the emotional stability of the military. Psychodiagnostic techniques are selected taking into account the determinants of the development of emotional stability of the resources of its substructures.*

*Key words: emotional stability, volitional stability, emotional burnout, emotional barriers, self-efficacy.*

**УДК 378:37.011.3-051:37.041(045)**

**Дьордяк Т.**  
**студентка 4 курсу, напрям підготовки**  
**Середня освіта «Музичне мистецтво»,**  
**Мукачівський державний університет**  
**Дудаш А.**  
**асистент кафедри співу, диригування та**  
**музично-теоретичних дисциплін,**  
**Мукачівський державний університет**

## **ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ**

*З метою визначення оптимальних педагогічних умов, у межах яких стає можливим формування вчителя, здатного до особистісно-професійного зростання та самовдосконалення, проаналізовано поняття “умова”, розглянуто та теоретично обґрунтовано вибір педагогічних умов саморозвитку майбутнього вчителя у процесі професійної підготовки, окреслено шляхи їх реалізації.*

*Ключові слова: умова, педагогічні умови, саморозвиток, майбутній вчитель, професійна підготовка.*

Сучасні суспільно-політичні події вимагають від освітнього процесу відповідних змін та завдань щодо формування вільної, творчої, свідомої людини. Відтак, одним із пріоритетних напрямів освіти є підготовка кваліфікованого вчителя, який є не лише носієм сукупності знань і способів їх передачі, а й відрізняється здатністю до творчої діяльності, педагогічних



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>