

Гуманитарные науки

© Кулакова А.Б., Королева И.А.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ УЧЕБНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В статье раскрыта роль эмоциональной составляющей в учебном и профессиональном становлении обучающихся. Представлен опыт проведения диагностики эмоциональных состояний на примере аспирантов ИСЭРТ РАН, рассмотрены и проанализированы результаты исследования в период 2009 – 2013 гг. Выявлены меры, способствующие оптимизации эмоционального комфорта испытуемых.

Эмоции, диагностика эмоционального состояния, критерии качественного анализа эмоционального комфорта, социально-психологическое сопровождение обучающихся аспирантуры.

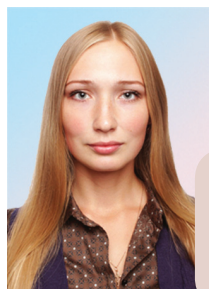
В век научно-технического прогресса и цифровых технологий, когда качество общения претерпевает значительные изменения в силу подмены непосредственного контакта в различных сферах деятельности опосредованными коммуникациями, эмоциональные переживания для человека сохраняют свою необходимость и целесообразность как один из источников обогащения внутреннего мира личности и познания окружающей действительности [10]. Именно разнообразие эмоциональных проявлений человека, их интенсивность, глубина и

продолжительность позволяют преобразовывать окружающую среду в субъективное индивидуальное пространство, которое будет неповторимым и единственным.

В связи с этим эмоции как особый класс психических процессов и состояний, связанный с инстинктами, потребностями и мотивами личности, выполняют ряд существенных функций в жизнедеятельности каждого индивида. Анализ имеющихся в психологии исследований позволил выделить представленные в *таблице 1* функции [8].



КУЛАКОВА Анна Борисовна
инженер-исследователь
ФГБУН ИСЭРТ РАН
coolepik@mail.ru



КОРОЛЕВА Ирина Александровна
инженер-исследователь
ФГБУН ИСЭРТ РАН
irina_queen88@bk.ru

Таблица 1. **Функции эмоций и их характеристика**

Функции эмоций	Характеристика
Отражательная	Выражается в обобщённой оценке событий.
Побудительная (стимулирующая)	Любое эмоциональное переживание содержит более или менее чёткий образ предмета, способного удовлетворить актуальные потребности человека, направления его поиска и собственное пристрастное отношение к нему.
Подкрепляющая	Сильнее и надолго запоминаются те значимые события, которые вызывают наиболее сильную эмоциональную реакцию.
Переключательная	Проявляет себя при выборе мотивов, когда, например, возникает противоречие между естественным для человека инстинктом самосохранения и чувством долга. В этом случае решающим в проблеме выбора будет привлекательность мотива и его личностная значимость.
Приспособительная	Проявляется, когда индивиду необходимо установить значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных потребностей.
Коммуникативная	Эмоции и способы их внешнего выражения несут в себе информацию о психическом и физическом состояниях человека.

Исходя из многоаспектности представленных функций, следует сделать вывод о том, что эмоции являются одной из важнейших составляющих жизнедеятельности человека, которые способны оказывать влияние на организацию и продуктивность его деятельности, быть движущей силой в достижении поставленных целей.

При этом необходимо отметить значимость эмоционального состояния личности в любой сфере деятельности, которой занимается индивид, в том числе учебной, профессиональной. Особенности эмоционального состояния обучающихся в последние десятилетия посвящены научные труды и практическая деятельность таких исследователей, как Д.Г. Бадмаева, С.А. Гапонова, А.Н. Пичугина, Г.Г. Буторина, С. В. Велиева, О.А. Слепичева, Г. Степанова, А.М. Федосеева, А.Б. Хромова, Е.Е. Чернухина, А.М. Щетинина и др.

Изучение работ по данному вопросу и осознание важности эмоций как одного из ключевых процессов жизнедеятельности человека подводят к мысли о необходимости систематической и целенаправленной деятельности по исследованию эмоционального состояния обучающихся во время учебного процесса. В образовательных учреждениях существует необходимость разработки про-

грамм по социально-психологическому сопровождению обучающихся в учебном процессе, в ходе реализации которых будет уделено внимание и эмоциональной составляющей.

Рассмотрим опыт деятельности в этом направлении на примере аспирантуры Института социально-экономического развития территорий РАН в г. Вологде (далее – ИСЭРТ РАН). Аспирантура входит в состав Научно-образовательного центра (далее – НОЦ ИСЭРТ РАН) и является третьей ступенью в структуре подготовки высококвалифицированных кадров в области экономики. Работа НОЦ ИСЭРТ РАН включает в себя организацию учебной, научно-исследовательской и внеучебной деятельности аспирантов. Обучение в аспирантуре осуществляется по специальностям, связанным с исследовательской работой в области экономики, управления финансами, применением экономико-математических методов в региональном хозяйствовании. Оно проводится в очной и заочной формах, а также в форме соискательства [2].

В рамках учебных дисциплин для аспирантов организуются занятия по экономике, английскому языку, философии и т. д. Внеучебная деятельность включает в себя участие в конкурсах научных работ

регионального и международного уровней; ведение исследовательской деятельности; различные мероприятия, такие как Час аспиранта, творческие семинары, научные семинары-дискуссии, экскурсии на предприятия города; осуществление социально-психологического сопровождения и поддержки обучающихся [2].

Последний аспект реализуется через деятельность социально-психологической группы (далее – СПГ), существующей с 2003 года. Её цель – формирование и развитие благоприятных социально-психологических условий для осуществления успешной учебной и профессиональной деятельности обучающихся аспирантуры [3].

Для достижения поставленной цели СПГ выполняет ряд задач:

- способствовать формированию и развитию профессионально важных качеств личности;
- оказывать содействие саморазвитию аспирантов на основе интеллектуализации, гуманизации и фундаментализации содержания управления профессиональным образованием;
- помогать личностному, интеллектуальному и профессиональному становлению и развитию аспирантов ИСЭРТ РАН;
- определять психоэмоциональное состояние, мотивационную сферу обучающихся с помощью психологических диагностик и осуществлять их коррекцию на основании полученных результатов;

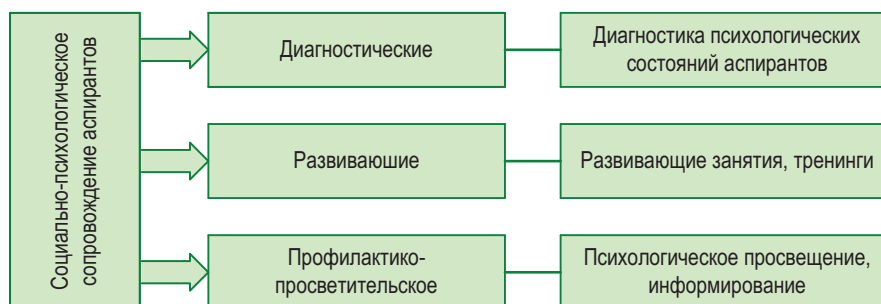
- развивать навыки эффективного общения, публичного выступления, защиты от манипуляций, создавать благоприятный социально-психологический климат в учебных и рабочих коллективах.

Основная деятельность группы социально-психологического сопровождения аспирантов, направленная на решение поставленных задач, осуществляется в ходе системной реализации диагностического, развивающего и профилактико-просветительского направлений (рис. 1):

В рамках диагностического направления специалисты группы социально-психологического сопровождения выявляют особенности эмоционального состояния аспирантов в ходе трудового и учебного процессов. Необходимость в учёте эмоциональной составляющей в работе с аспирантами обоснована тем, что совмещение учебной и профессиональной деятельности для обучающихся аспирантуры предполагает повышенную нагрузку, ответственность и организованность, а также другие качества и умения, необходимые для эффективного роста и развития в научном сообществе.

В ходе реализации данной работы специалистами СПГ используются такие методики, как «Самочувствие. Активность. Настроение» (автор В.А. Доскин), цветовой тест эмоциональных состояний (модификация теста М. Люшера).

Рис. 1. Система социально-психологического сопровождения аспирантов в учебном и профессиональном становлении



С 2009 года в цикл диагностических исследований аспирантов ИСЭРТ РАН была введена диагностика качественного анализа эмоционального комфорта аспирантов, которая наиболее точно отражает специфику профессиональной и учебной деятельности аспиранта ИСЭРТ РАН.

Более подробно остановимся на анализе эмоционального состояния обучающихся аспирантуры в период 2009 – 2013 гг. по методике качественного анализа эмоционального комфорта аспирантов (метод анкетирования).

Цель исследования состоит в отслеживании уровня эмоционального комфорта обучающихся аспирантуры для профилактики стрессовых ситуаций, способных отрицательно влиять на их трудовую и учебную деятельность.

Анкета, по которой проводится исследование, выявляет эмоциональное отношение респондентов к следующим составляющим: работа, учёба, взаимоотношения с научным руководителем, коллегами и руководителем отдела. Испытуемым предлагалось оценить утвержде-

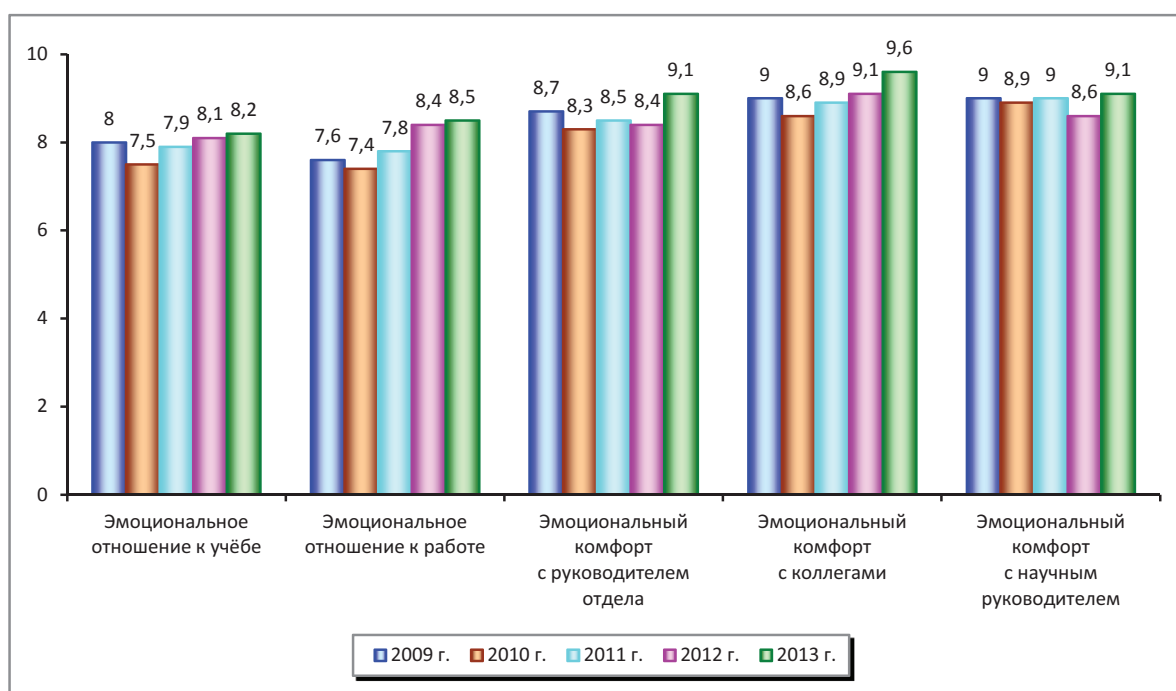
ния о своём эмоциональном состоянии по 10-балльной шкале (от 1 – «крайне негативное» до 10 баллов – «максимально положительное»).

Ежегодное проведение исследования позволяет сделать вывод о степени эмоционального комфорта аспирантов и выявить сферу возможных трудностей, с которыми они сталкиваются. Для получения более достоверной информации исследование проводится анонимно.

Динамика общего показателя эмоционального состояния аспирантов, изменяющаяся незначительно (в диапазоне от 7,4 до 9,6 балла), свидетельствует о стабильном эмоциональном фоне обучения и работы испытуемых. Наиболее высокие показатели эмоционального комфорта (от 8,6 до 9,6 балла) были отмечены в отношении с коллегами, что отражает благоприятный психологический климат в ИСЭРТ РАН на протяжении нескольких лет (рис. 2).

Проследим динамику показателей по каждому из пяти представленных аспектов в анализируемый период.

Рис. 2. Динамика эмоционального состояния аспирантов в период 2009 – 2013 гг.



1. Рассматривая результаты эмоционального отношения к учёбе, следует отметить положительную тенденцию в росте показателей на 0,7 балла (с 7,5 до 8,2 балла) к 2013 году. Данный факт свидетельствует о том, что качественный уровень учебно-профессиональной подготовки аспирантов в течение последних лет постепенно увеличивался, повышая эмоциональный комфорт испытуемых в образовательном процессе.

2. Анализ количественных показателей эмоционального отношения к работе говорит об увеличении степени эмоционального комфорта аспирантов к 2013 году на 1,1 балла (с 7,4 до 8,5 балла). Причиной такого распределения является улучшение условий трудовой деятельности обучающихся аспирантуры ИСЭРТ РАН (предоставление комфортабельных рабочих мест, необходимых материально-технических ресурсов и др.).

3. Уровень эмоционального комфорта в отношениях с руководителем отдела увеличивается к 2013 году на 0,8 балла (с 8,3 до 9,1 балла). Рост показателей по данному компоненту доказывает, что взаимодействие между начальником и подчинённым носит характер сотрудничества, тем самым делая взаимодействие более благоприятным с эмоциональной точки зрения.

4. Наиболее высокие результаты эмоционального комфорта были выявлены в отношении с коллегами на протяжении всего рассматриваемого периода, их диапазон составил от 8,6 до 9,6 балла. Наличие этих показателей подтверждает, что психологическая атмосфера в научных отделах ИСЭРТ РАН благоприятная и способствует успешной реализации аспирантов в учебной и профессиональной деятельности. Положительная тенденция роста показателей к 2013 году сохраняется и составляет 1 балл.

5. Обосновывая количественные показатели эмоционального комфорта с научным руководителем, следует отметить, что к 2013 году они увеличились на 0,5 балла (с 8,6 до 9,1 балла). Это характеризует сотрудничество аспирантов с научными координаторами как стабильное.

Таким образом, анализ динамики результатов эмоционального состояния аспирантов в период 2009 – 2013 гг. выявил, что положительная тенденция в постепенном росте показателей эмоционального комфорта аспирантов по всем исследуемым компонентам является стабильной, это позволяет прогнозировать благоприятную психологическую атмосферу в дальнейшем.

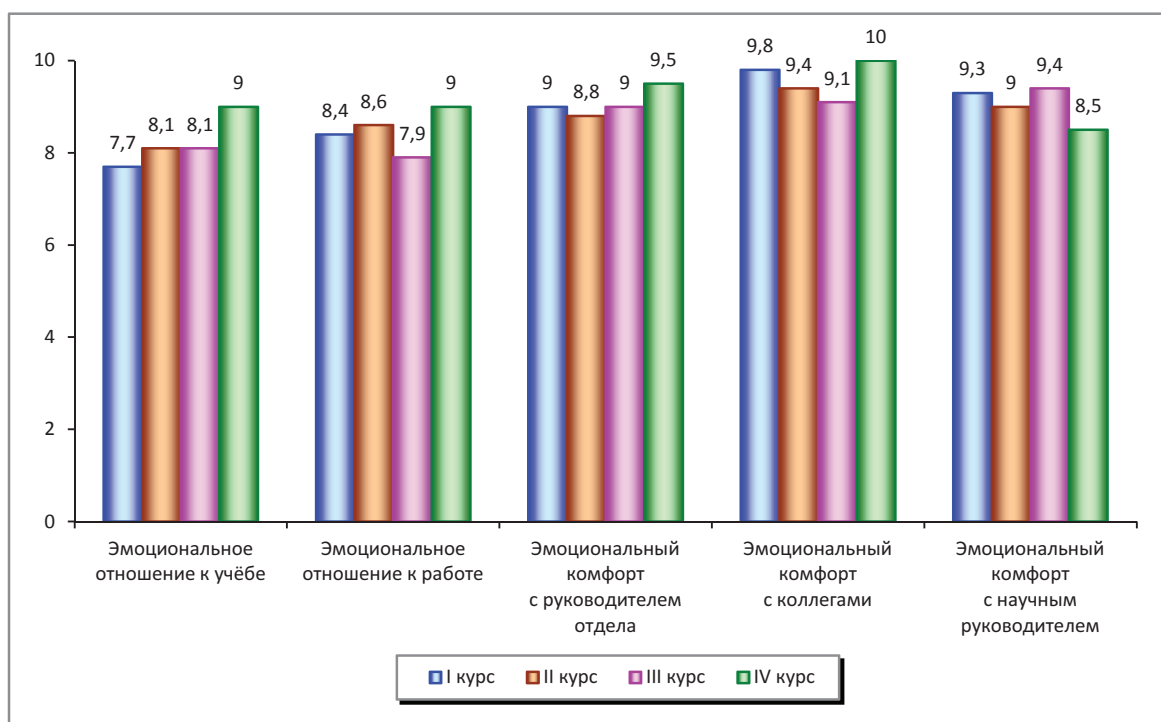
С целью корректировки социально-психологической работы по оптимизации эмоционального состояния аспирантов ИСЭРТ РАН уделим особое внимание результатам диагностики, полученным в 2013 году.

Общий показатель эмоционального комфорта аспирантов всех курсов к 2013 году находится в диапазоне от 7,7 до 10 баллов (рис. 3). Это свидетельствует о благоприятном эмоциональном состоянии испытуемых в процессе учебной и профессиональной деятельности. Залогом положительного психологического климата в организации явилась сфера общения с коллегами (от 9,1 до 10 баллов).

Диапазон показателей в отношении к учёбе, работе, научному руководителю и начальнику отдела варьируется от 7,7 до 9,4 балла, что свидетельствует о благоприятном и равномерном эмоциональном отношении аспирантов ко всем процессам деятельности ИСЭРТ РАН.

Анализ количественных показателей выявил постепенное повышение эмоционального комфорта от младшего курса к старшему. Разница показателей по компонентам «эмоциональное отношение к

Рис. 3. Эмоциональное состояние аспирантов всех курсов в 2013 г.



учёбе» составляет 13%, «эмоциональное отношение к работе» – 6, «эмоциональный комфорт с руководителем отдела» – 5, «эмоциональный комфорт с коллегами» – 2%.

Данное распределение свидетельствует о том, что по мере прохождения адаптационного периода первокурсниками, установления сотруднических отношений в коллективе аспиранты чувствуют себя более уверенно и спокойно, что положительно влияет на их эмоциональное состояние. На IV курсе аспирантуры тенденция благоприятного эмоционального комфорта сохраняется за исключением компонента «эмоциональный комфорт с научным руководителем» (разница между I и IV курсами составляет 8%), что объясняется более тесным сотрудничеством ввиду приближения окончания обучения и подготовки к защите кандидатской диссертации. Работа на данном этапе характеризуется, как правило, эмоциональным напряжением, переживаниями и повышенной нагрузкой.

В целом полученные результаты свидетельствуют о том, что эмоциональное состояние аспирантов имеет тенденцию постепенно улучшаться к старшим курсам. Этому во многом способствовали развивающие занятия, проводимые группой социально-психологического сопровождения. Их направленность заключается в поддержании оптимального эмоционального фона (табл. 2).

Наряду с развивающими занятиями для аспирантов проводятся и другие мероприятия, которые также ориентированы на создание общего эмоционального фона («Посвящение в аспиранты», информирование на «Часе аспиранта», размещение рекомендаций по снижению эмоционального напряжения на сайте Научно-образовательного центра ИСЭРТ РАН и т. д.).

Картина по эмоциональному комфорту аспирантов всех курсов в 2013 году является благоприятной, что является залогом успешной учебной и трудовой деятельности.

Таблица 2. Развивающие психологические занятия с аспирантами I – IV курсов

Название	Цель	Месяц проведения
Целеполагание как залог эффективной деятельности	Актуализация образа будущего, формирование навыков целеполагания	Сентябрь
Техники и способы бесконфликтного поведения	Знакомство с теорией конфликта и выработка навыков индивидуального реагирования в конфликтных ситуациях	Октябрь
Конструктивное общение: модель ассертивного поведения	Освоение методик ассертивного поведения и их практическое применение, формирование конструктивной модели поведения	Ноябрь
Способы быстрого реагирования в нестандартных ситуациях	Формирование навыков быстрого реагирования в нестандартных ситуациях	Декабрь
Влияние эмоций на организацию учебной и трудовой деятельности	Определение ведущих модальностей участников занятия, знакомство с разнообразными способами выражения эмоций, формирование понятия «эмоциональный этикет»	Февраль
Управление эмоциями в рабочей деятельности		Март
Саморегуляция как способ сохранения психического здоровья	Выработка способов снятия эмоционального напряжения (музыкотерапия)	Апрель
Манипуляции в общении. Выработка защиты от них	Формирование навыков распознавания манипулятивного поведения людей и выработка механизмов защиты от него	Май
Я – руководитель? Осознание своего потенциала	Развитие навыков и умений, необходимых для эффективного руководства	Июнь

Таблица 3. Публикации аспирантов в 2009 – 2012 гг.

Показатель	2009 г.	2010 г.	2011 г.	2012 г.
Численность аспирантов, чел.	44	42	39	33
Публикации, всего, ед.	76	77	129	167
Из них в рецензируемых журналах, ед.	9	8	11	22

Показателями, подтверждающими высокую эффективность научной деятельности аспирантов, выступают, в первую очередь, их публикационная активность и количество защит диссертационных работ. Так, в период 2009 – 2012 гг. количество опубликованных статей возросло в 2,2 раза (с 76 до 167), из них в рецензируемые журналы – в 2,4 раза (с 9 до 22; табл. 3).

При положительной динамике публикационной и в целом учебной деятельности, к сожалению, приходится отмечать, что к заключительному этапу обучения в аспирантуре – защите диссертационных работ – подходит меньшее количество обучающихся, чем можно было предполагать. За рассматриваемый период количество защит диссертационных работ аспирантов составило 11. По сравнению с 2009 (2 защиты) в 2012 году состоялось 4 защиты.

Вместе с тем заметим, что на состояние данных показателей влияют часто меняющиеся нормативно-правовые акты, регулирующие процедуру защиты, её усложнение, а также сокращение количества диссертационных советов. Перечисленные факторы снижают мотивацию диссертантов, вследствие чего степень заинтересованности в защите падает, несмотря на положительный эмоциональный фон в целом.

С учётом перечисленных моментов поддержание эмоциональной составляющей обучения в аспирантуре становится особенно важным в условиях современного образовательного процесса. Эмоциональное состояние играет существенную роль в реализации учебной и трудовой деятельности, и поэтому его отслеживание у обучающихся в образовательных учреждениях является необходимым.

Исследование эмоциональной сферы аспирантов в период 2009 – 2013 гг. показало, что с эмоциональной точки зрения отношение испытуемых ко всем исследуемым компонентам является равномерным, благоприятным, что создаёт стабильную и положительную атмосферу в организации и способствует полноценному раскрытию научного и трудового потенциала его сотрудников.

Таким образом, проведение комплекса мероприятий положительно отражается на эмоциональном состоянии обучающихся аспирантуры в трудовом и учебном процессах. Ввиду этого целесообразным представляется дальнейшее развитие и совершенствование направлений работы по социально-психологическому сопровождению аспирантов, расширение их методической и практической основ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гамезо, М.В. Атлас по психологии [Текст] / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М., 2006. – С. 190-202.
2. Егорихина, С.Ю. Подготовка научных кадров для экономики региона (из опыта работы аспирантуры ИСЭРТ РАН) [Текст] / С.Ю. Егорихина, Н.Н. Подволоцкая // Проблемы развития территории. – 2012. – № 4(60). – С. 123-132.
3. Леонидова, Г.В. Генерация знаний талантливой молодёжи в интересах интеллектуализации человеческого капитала: методы и формы осуществления [Текст] / Г.В. Леонидова // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2011. – № 1. – С. 90-100.
4. Леонидова, Г.В. Теория и практика формирования научно-образовательного пространства: монография [Текст] / Г.В. Леонидова. – Вологда: ИСЭРТ РАН, 2010. – 272 с.
5. Поярова, Т.А. Психология индивидуальных различий [Текст] / Т.А. Поярова. – Вологда, 2001. – С. 55-66.
6. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций [Текст] / Я. Рейковский. – М., 1979. – С. 261-301.
7. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. – Т. 2 [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – СПб: «Питер», 1998. – С. 551-586.
8. Урунтаева, Г.А. Детская психология [Текст] / Г.А. Урунтаева. – М.: Издательский центр «Академия». – 2001. – 336 с.
9. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М., 2002. – 365 с.
10. Яньшин, П.В. Исследование эмоционального состояния группы методом взаимного цветового оценивания [Текст] / П.В. Яньшин // Вопросы психологии. – 2000. – № 3. – С. 128-138.