**Диагностика психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения**

Симонова Елена Сергеевна

ГБПОУ «Лукояновский педагогический колледж им. А.М. Горького»,

Лукоянов, Россия

**Аннотация**

Проблема данного исследования является актуальной в современном мире. Актуальность заключается в том, что успех в карьере будет зависеть от самоорганизации педагогов, как они будут проявлять себя в различных ситуациях, поскольку процесс обучение требует терпения, поэтому успех во многом будет зависеть от умения управлять своими эмоциями.

Проблемой эмоциональности занимались социальные психологи, такие как Г.М.Андреева, Б.Ф.Ломов, А.А.Бодалев, рассматривая психоэмоциональное состояние как взаимодействие между людьми. Они подчеркивали, что важнейшей чертой межличностных отношений в отличий от общественных, является эмоциональная основа, включающая в себя все виды эмоциональных проявлений. Все эти проявления в социальной психологии сводят к двум большим группам чувств: конъюнктивным (сближающим людей) и дизъюнктивным (разъединяющим людей).

Цель: изучить влияние стажа профессиональной деятельности на изменение психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения.

Методы исследования: анкетирование, тестирование.

Результаты исследования говорят о том, что стаж профессиональной деятельности влияет на психоэмоциональное состояние педагогов профессионального образовательного учреждения.

Ключевые слова:состояния, диагностика, эмоции, чувства, психоэмоциональное состояние, эмоциональная возбудимость, вспыльчивость, неадекватные эмоциональные реакции.

**Ключевые слова:** состояния, диагностика, эмоции, чувства, психоэмоциональное состояние, эмоциональная возбудимость, вспыльчивость, неадекватные эмоциональные реакции.

**1. ВВЕДЕНИЕ**

Проблема данного исследования является актуальной в современном мире. Актуальность заключается в том, что успех в карьере будет зависеть от самоорганизации педагогов, как они будут проявлять себя в различных ситуациях, поскольку процесс обучение требует терпения, поэтому успех во многом будет зависеть от умения управлять своими эмоциями.

Проблемой эмоциональности занимались социальные психологи, такие как Г.М.Андреева, Б.Ф.Ломов, А.А.Бодалев, рассматривая психоэмоциональное состояние как взаимодействие между людьми. Они подчеркивали, что важнейшей чертой межличностных отношений в отличий от общественных, является эмоциональная основа, включающая в себя все виды эмоциональных проявлений. Все эти проявления в социальной психологии сводят к двум большим группам чувств: конъюнктивным (сближающим людей) и дизъюнктивным (разъединяющим людей).

Цель: изучить влияние стажа профессиональной деятельности на изменение психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения.

Гипотезой исследования будет предположение о том, что стаж профессиональной деятельности влияет на психоэмоциональное состояние педагогов профессионального образовательного учреждения.

Задачи:

1. Провести теоретический анализ представлений о психоэмоциональном состоянии педагогов профессионального образовательного учреждения;
2. Сформировать пакет методик для изучения влияния стажа профессиональной деятельности на психоэмоциональное состояние педагогов профессионального образовательного учреждения;
3. Провести исследование влияния стажа профессиональной деятельности на изменение психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения.

**2. ДИАГНОСТИКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО САМОЧУВСТВИЯ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**2.1. Организация исследования по проблеме психоэмоционального самочувствия педагогов ГБПОУ «Лукояновский педагогический колледж им. А.М. Горького» и их характеристика**

Ознакомившись с психолого-педагогической литературой, в которой изучается проблема психоэмоционального самочувствия педагогов профессионального образовательного учреждения, мы провели экспериментальное исследование на базе ГБПОУ «Лукояновский педагогический колледж им. А.М. Горького».

Исследование проводилось среди педагогов, в количестве 14 испытуемых, со стажем работы менее 5 лет (7 испытуемых) и со стажем работы 10 лет (7 испытуемых). Педагоги сразу же проявил интерес к проводимым методикам.

Все испытуемые имеют высшее образование. За все время работы зарекомендовали себя как ответственные, инициативные, надежные специалисты, способные нести ответственность за результаты своей деятельности. Так же пользуются уважением в коллективе.

Этапы исследования:

1. Перед проведением методик педагогам была изложена суть проводимого исследования;
2. Далее были предоставлены заранее подготовленные бланки вопросов;
3. Затем желающим была предоставлена возможность задать интересующие их вопросы;
4. После завершения тестирования был проведен анализ полученных данных.

Так как целью нашей работы является изучение психоэмоционального самочувствия педагогов профессионального образовательного учреждения, следовательно, методики подбирались по следующим критериям: **пригодность данных методик для группового обследования, надежность тестов, легкость в обработке.**

В процессе исследования были использованы две психодиагностические методики:

- Методика «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина);

- Методика «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко);.

После проведения исследования, нами был составлен анализ результатов исследования психоэмоционального самочувствия педагогов профессионального образовательного учреждения.

Проводя диагностику среди педагогов профессионального образовательного учреждения, мы получили результаты, представленные в таблицах и приложениях о которых говорится в следующем параграфе.

**2.1. Результаты исследования психоэмоционального самочувствия педагогов ГБПОУ «Лукояновский педагогический колледж им. А.М. Горького»**

При обработке полученных данных, нами были выявлены следующие результаты, которые представлены на рисунках.

На рис.1 представлены результаты методики «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина), стаж работы испытуемых 5 лет.

Рис.1. Результаты методики «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина). Стаж работы испытуемых 5 лет

По рисунку мы видим, что среди 57% испытуемых преобладает средний уровень эмоциональной возбудимости. Такой тип характеризуется как зрелый, сдержанный, терпеливый, молчаливый, степенный, разумный, сбалансированный, гладкий коммуникации, не склонен к гневу и не возмутим в ситуации стресса. Терпим к трудностям, уверен в своих потребностях. Это психологически устойчивый человек, который хорошо адаптирован к социальной среде.

Среди 29% испытуемых, преобладает низкий уровень эмоциональной возбудимости. Такие педагоги характеризуются как спокойные, у них не бывает сильных и резких эмоциональных вспышек. Информацию воспринимают без критики. Прежде чем высказать свое мнение, тщательно обдумывают.

Среди 14% испытуемых, преобладает высокий уровень эмоциональной возбудимости. Такие личности эмоционально неустойчивы, склонны к различным психологическим расстройствам, которые приводят к дисбалансу. Люди такого типа эмоционально чувствительные, нежные, восприимчивые к внешним сигналам, стыд, смущение. Принимает все близко к сердцу, нервные и боязливые. Может проявляться закомплексованность, пугливость, неуверенность, эмоциональный накал.

На рис.2 представлены результаты методики «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина), стаж работы испытуемых 10 лет.

Рис.2. Результаты методики «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина). Стаж работы испытуемых 10 лет

По рисунку мы видим, что среди 42% испытуемых, преобладает средний уровень эмоциональной возбудимости. Такой тип характеризуется как зрелый, сдержанный, терпеливый, молчаливый, степенный, разумный, сбалансированный, гладкий коммуникации, не склонен к гневу и не возмутим в ситуации стресса. Терпим к трудностям, уверен в своих потребностях. Это психологически устойчивый человек, который хорошо адаптирован к социальной среде.

Среди 29% испытуемых, преобладает низкий уровень эмоциональной возбудимости. Такие педагоги характеризуются как спокойные, у них не бывает сильных и резких эмоциональных вспышек. Информацию воспринимают без критики. Прежде чем высказать свое мнение, тщательно обдумывают.

Среди 29% испытуемых, преобладает высокий уровень эмоциональной возбудимости. Такие личности эмоционально неустойчивы, склонны к различным психологическим расстройствам, которые приводят к дисбалансу. Люди такого типа эмоционально чувствительные, нежные, восприимчивые к внешним сигналам, стыд, смущение. Принимает все близко к сердцу, нервные и боязливые. Может проявляться закомплексованность, пугливость, неуверенность, эмоциональный накал.

На рис.3 представлены результаты методики «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко), стаж работы испытуемых 5 лет.

Рис.3. Результаты методики «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко). Стаж работы испытуемых 5 лет

По Рис.3 видно, что высокая импульсивность наблюдается среди 14% испытуемых. Такие люди быстро и спонтанно принимают решения без учета негативных эмоций. Их основные черты – вспыльчивость, резкость, грубость и бестактность. Так же они нетерпеливы и самоуверенны.

Средняя импульсивность выявлена среди 29% испытуемых. Такие люди склонны проявлять импульсивность, но очень редко, в зависимости от ситуации.

Низкая импульсивность выявлена среди 57% испытуемых. Таким людям характерна терпеливость и хорошая выдержку. Не обращают внимания на неприятности и различные мелочи. Очень отзывчивы и доброжелательны.

На рис.4 представлены результаты методики «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко), стаж работы испытуемых 10 лет.

Рис.4. Результаты методики «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко). Стаж работы испытуемых 10 лет.

По Рис.4 видно, что высокая импульсивность наблюдается среди 14% испытуемых. Такие люди быстро и спонтанно принимают решения без учета негативных эмоций. Их основные черты – вспыльчивость, резкость, грубость и бестактность. Так же они нетерпеливы и самоуверенны.

Средняя импульсивность выявлена среди 57% испытуемых. Такие люди склонны проявлять импульсивность, но очень редко, в зависимости от ситуации.

Низкая импульсивность выявлена среди 29% испытуемых. Таким людям характерна терпеливость и хорошая выдержку. Не обращают внимания на неприятности и различные мелочи. Очень отзывчивы и доброжелательны.

Таким образом, на рис. 5 и 6 мы видим, что чем выше стаж профессиональной деятельности, тем самым ухудшается психоэмоциональное состояние педагогов профессиональной образовательной организации.

Рис. 5. Сравнительный результат по методике «Шкала вспыльчивости» (П. А. Ковалева и Е. П. Ильина)

Рис.6. Сравнительный результат по методике «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко)

**3. ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Полученные нами данные, говорят о том, что проблема отрицательного психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения является актуальной.

Целью нашего исследования являлось изучение влияния стажа профессиональной деятельности на изменение психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения.

В соответствии с первой задачей проведен теоретический анализ представлений о психоэмоциональном состоянии педагогов профессионального образовательного учреждения.

В соответствии со второй задачей сформулирован пакет методик для изучения влияния стажа профессиональной деятельности на психоэмоциональное состояние педагогов профессионального образовательного учреждения.

В соответствии с четвертой задачей проведено исследование влияния стажа профессиональной деятельности на изменение психоэмоционального состояния педагогов профессионального образовательного учреждения.

Гипотеза, заключающаяся в том, что стаж профессиональной деятельности влияет на психоэмоциональное состояние педагогов профессионального образовательного учреждения, была доказана.

**Литература**

1. Анохин, П.К. Эмоции / П.К. Анохин // Психология эмоций. Тексты; состав. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. К. Вилюнас. – М.: изд-во МГУ, 2014. – 288 с.
2. Александров, Ю.И. Единая концепция сознания и эмоций: экспериментальная и теоретическая разработка: материалыI Российской конференции по когнитивной науке, Казань, 9–12 октября 2014 года.– Казань: КГУ, 2014. – С. 14 -15.
3. Бойко В.В. Правила эмоционального поведения. СПб., 2018. – 345 с.
4. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-ВРОЗНАК, 2017. – 3-е изд., доп.. и перераб. – 672 с.
5. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. – М.: 2016. –798 с.
6. Выготский Л. С. Психология. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс,2015. – 1008 с.
7. Выготский Л.С. Проблемы эмоций. – М.: Вопросы психологии, 2018. – 467 с.
8. Гарданова Ж.Р., Хритинин Д.Ф.. Хобта Р.В., Меньшикова А.А. Психологические особенности эмоционального выгорания у врачей неврологов и нейрохирургов // Вестник неврологии, психиатрии и нейрохирургии. 2013. – 20 с.
9. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э Изард. – СПб.: Питер, 2017. – 464 с.
10. Ильин Е. П., Пинигин В. Г. Структура эмоциональности как свойства личности // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2015. – 300 с.
11. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – Спб, Питер, 2013.- 199 с.
12. Карнеги Д. Как оказать влияние на людей: Пер. с англ.- СПб: Питер, 2014.-367 с.
13. Психология эмоций. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 2014. – 288 с
14. Платонов, К.К. Краткий словарь системы психологических понятий / К.К. Платонов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М., 2014. – 174 с.
15. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб: Издательство «Питер», 2014. –712 с.