

Наталія Сурапанені,

*здобувачка освіти факультету
психології (група Пс-41) Волинського
національного університету імені Лесі
Українки*

Михайло Коць,

*кандидат психологічних наук, доцент
кафедри педагогічної та вікової
психології Волинського національного
університету імені Лесі Українки*

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Анотація. Здійснено теоретичний аналіз наукових підходів щодо вивчення особливостей емоційної сфери суб'єктів освітнього процесу. Вказано на значущість розуміння та управління емоційними аспектами в освітньому середовищі, а також підкреслено важливість створення позитивного емоційного клімату для покращення результатів навчання та розвитку особистості.

Ключові слова: учні, учителі, освітній процес, емоційна сфера.

Актуальність дослідження. У сучасному освітньому середовищі важливо розуміти та досліджувати різні аспекти емоційної сфери суб'єктів освітнього процесу, оскільки вони мають суттєвий вплив на якість навчання, соціальну адаптацію та загальний добробут учасників освіти.

Зазначаючи збільшення уваги до питань психологічного благополуччя та розвитку особистості в освітньому процесі, ми вважаємо, що висвітлення особливостей емоційної сфери суб'єктів навчання є ключовим кроком у напрямку створення більш сприятливого та ефективного навчального середовища.

Метою статті є розкриття ключових аспектів, які визначають та впливають на емоційний стан вчителів та учнів.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Емоційна сфера вчителя має важливе значення для ефективності навчально-виховної роботи, впливаючи на успішність емоційного взаємодії і стимулюючи активність учнів. Цей фактор мобілізує та активізує інтелектуальні зусилля учнів, спонукаючи їх до активної участі в освітньому процесі [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8 та ін.].

Особливістю педагогічної діяльності є висока емоційна напруженість, що виникає з творчого та складного характеру цієї роботи. Ситуації емоційного перевантаження можуть дезорганізувати педагогічну діяльність та викликати стрес, що, в свою чергу, призводить до виснаження нервової системи та емоційних зривів. У подібних умовах педагоги постійно стикаються з викликом ефективно керувати своїми емоційними станами.

Взаємозв'язок між емоціями та діяльністю є важливим аспектом: емоції відображають стосунки між мотивацією та реалізацією діяльності, впливаючи на настрій та відповідні дії людини. Емоційна регуляція розглядається як сила, яка узгоджує поведінку та динаміку діяльності з особистісним змістом, що є ключовим елементом для визначення ситуації [8]. Основні регулятивні функції емоцій включають активацію, мобілізацію, вибірковість, спонукання та організацію діяльності та поведінки особистості.

На думку М. Коця, активність вчителя є результатом впливу різних психічних станів, які визначають ефективність навчання та виховання. Непродуктивні емоційні стани можуть суттєво погіршити результативність у навчально-виховному процесі, сприяти конфліктам як зі студентами, так і з колегами вчителя [3]. Неадекватна поведінка та дії вчителя можуть викликати психічні стани та захворювання серед учнів.

Вивчення наукової літератури дозволяє стверджувати, що педагогічна діяльність відрізняється високою емоційною напруженістю, яка може впливати на результативність діяльності як позитивно (стимулююче), так і негативно (гальмуюче). Різноманітні фактори, що викликають емоції, мають об'єктивний та суб'єктивний характер. Вплив напружених ситуацій залежить від психічних станів вчителя та його індивідуальних особливостей. Емоційні переживання вчителя є необхідною умовою для успішного подолання викликів, сприяють досягненню поставлених цілей [4; 5; 6 та ін.].

Висновки досліджень свідчать, що особливості емоційності вчителів тісно пов'язані із їх педагогічним стажем [6]. У ранні роки роботи в школі спостерігається зменшення схильності до переживання радості у молодих вчителів, тоді як переживання суму, гніву і страху збільшується. Однак із зростанням стажу та накопиченням досвіду ця динаміка змінюється: збільшується схильність до переживання радості, тоді як переживання негативних емоцій зменшується. Оптимізм вчителів також збільшується, що, ймовірно, пов'язано із зменшенням кількості помилок та невдач в їхній педагогічній практиці. Зростає імунітет до негараздів і сумних моментів, що можуть виникати під час роботи вчителем. Також слід відзначити, що із збільшенням стажу спостерігається зниження гнівливості вчителів.

Емоційна стійкість є важливою професійною якістю вчителя, що підкреслює важливість управління емоційним станом для успішної педагогічної діяльності.

Дослідження, підтверджують, що для вчителів однією з найбільш важливих професійних якостей вважається емпатійність. Особливо це важливо для досвідчених вчителів, які мають стаж шість років і більше. У їхньому уявленні емпатія посідає друге місце за важливістю, випереджаючи навіть професійні знання і інтелект [3].

І. Шпалерчук зазначала, що висока ступінь емоційної стійкості, виражена в надмірній незбудливості, впливає на психорегуляцію педагогічної діяльності. Проте, висока емоційність і експресивність учителя також можуть завдати шкоди, викликаючи негативні наслідки для педагогічного процесу [7].

Важливо відзначити, що у вчителів початкової школи виявляється вищий рівень загальної експресивності порівняно з вчителями, які працюють у середніх і старших класах. Це свідчить про більшу відкритість і безпосередність у вираженні своїх почуттів у взаємодії з молодшими школярами.

Зазначимо, що емоційний світ людини визначається оточенням і є основою для формування її психічного стану і розвитку як особистості. Особливу уразливість емоційної сфери та її залежність від зовнішніх впливів можна розглядати як ключовий фактор формування емоційної стабільності чи нестабільності психічного стану та розвитку індивіда.

Велике значення для успішної взаємодії дитини з оточенням та її соціального розвитку визначається спектром переживаних емоцій. Психічний стан дитини в сучасному світі стає ключовою соціально-психологічною умовою для її повноцінного розвитку.

Зміни в емоційній сфері дитини, спричинені вступом до школи, пов'язані з розширенням змісту діяльності та збільшенням кількості емоційно зумовлених об'єктів. Ті подразники, що раніше викликали емоційні реакції у дошкільників, вже не так ефективні у школярів молодших класів. Навіть у той час, коли молодший школяр може реагувати на події з певною бурхливістю, він набуває здатність за допомогою волі стримувати небажані емоційні вияви. Це призводить до віддзеркалення експресії, що може відбуватися як у

виявленні менш інтенсивних емоцій, так і в зображенні тих, які фактично не відчуються[1].

У результаті цього виникає стійка не відповідність школяра вимогам успішності та нормам поведінки, що призводить до появи емоційної нестабільності. Зріст поширеності невротичних реакцій та нейропсихічних розладів на момент вступу до школи та в період первинного оволодіння новими вимогами свідчить про негативний вплив на фізичний стан та освітню діяльність першокласників.

Успіхи в навчанні та їхнє оцінювання вчителем і однокласниками представляють собою важливі емоціогенні фактори для молодших школярів. Однак їхня власна та чужа емоційна сфера слабо усвідомлюється та розуміється. Міміка інших часто сприймається невірно, так само, як і тлумачення вираження почуттів оточуючих, що може викликати неадекватні реакції. Важливо відзначити, що базові емоції, такі як страх і радість, діти цього віку можуть виразити вербально, використовуючи п'ять синонімічних слів, що позначають ці почуття [4].

Школярі молодших класів виявляють більше розуміння емоцій у знайомих їм життєвих ситуаціях, але вони можуть мати труднощі у вираженні їх словами. Вони краще розрізняють позитивні емоції, ніж негативні, і часто важко відрізнити страх від подиву.

У порівнянні з дошкільниками, які сприймають тільки веселі та радісні картини, у молодших школярів розвивається здатність до співпереживання при сприйнятті важких сцен і драматичних конфліктів. Соціалізація емоційної сфери особливо активна на цьому етапі.

На думку О. Кихтюк, емоції підлітків в значній мірі пов'язані зі спілкуванням, тому особистісно-значуще ставлення до інших людей визначає як зміст, так і характер емоційних реакцій. Одночасно, дефіцит досвіду переживання емоцій у новій провідній діяльності, такій як інтимно-особистісне спілкування з однолітками, може призводити до того, що підліток формує емоційний еталон на основі індивідуальних особливостей

конкретної людини. Також, в цьому віці відзначається схильність до негативних емоцій [2].

Порівнюючи з учнями молодших класів, у підлітків спостерігається покращення вербального вираження базових емоцій. Протягом підліткового віку знання про емоції стає більш опосередкованим відносно них (згідно з теорією К. Ізарда) [8].

Основною інформативною характеристикою емоцій та почуттів у юнацькому віці є орієнтація на майбутнє. Емоції, пов'язані з очікуванням майбутнього та переконанням у тому, що воно принесе щось нове та цікаве, переважають у юнацькій емоційній сфері.

Різноманітні прояви поведінки та діяльності особистості розглядаються в контексті різносторонніх станів, які можуть впливати як позитивно, так і негативно на адекватність та успішність поведінки та діяльності в цілому.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Обґрунтовано важливість розуміння та управління емоціями учасників освітнього процесу. Емоції можуть впливати на навчання, сприяючи або заважаючи процесу освіти.

Зазначено, що емоції суб'єктів освітнього процесу можуть впливати на їхні навчальні результати. Створення позитивного емоційного клімату може сприяти покращенню академічних досягнень.

Створення позитивного емоційного клімату є важливим елементом для сприяння розвитку особистості та покращення спілкування в навчальному середовищі.

Перспективою подальших досліджень у цьому напрямку є емпіричне вивчення ролі емоцій у навчальному процесі та вироблення ефективних засобів до управління емоційною сферою суб'єктів освітнього процесу.

Список використаних джерел:

1. Водолазська Т. В. (2023). Інструменти оцінки шкільного освітнього середовища. *Імідж сучасного педагога*. № 1. С. 93–97. DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2020-1\(190\)-93-97](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2020-1(190)-93-97)

2. Кихтюк О. В. (2018). Психоемоційні особливості переживання страху у підлітків. *Сучасна наука та освіта Волині : збірник матеріалів наук.-практ. конф., 22 листоп. 2018 р. Упр. освіти, науки та молоді та ін.; редкол.: О. В. Гнепа та ін.* Луцьк ; Володимир-Волинський. С. 105–107.
3. Коць М. О. (2006). Психологія педагогічної взаємодії у вищому навчальному закладі : монографія. Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки.
4. Наровлянська М., Порох Л. (2003). Емоційні стани школярів під час навчально-виховного процесу: проблеми та можливості. *Рідна школа.* № 12. С. 39–40.
5. Носенко Е. Л., Труляєв Р. О. (2014). Позитивні цінності як чинник особистісного розвитку суб’єктів навчання : монографія. Київ : Освіта України.
6. Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі (2013) : колективна монографія. Максименко С. Д., Куценко-Лада Г. В., Пророк Н. В. та ін. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013.
7. Шпалерчук І. Ю. (1998). Образ учителя як джерело корекційного впливу на дітей. *Практична психологія та соціальна робота.* 1998. № 1. С. 46–47.
8. Izard C. E. (1991). *The Psychology of Emotions.* N. Y. : Plenum.

Оксана Тачинська,
*магістрантка ННІНО Волинського
національного університету імені Лесі Українки*

ПОНЯТТЯ «ПЕРЕЖИВАННЯ СТРЕСУ» В НАУКОВИХ СТУДІЯХ

Переживання людини – це прояв, форма, невід’ємна частина її внутрішнього життя, робота свідомості. Справжня функція переживань полягає в тому, щоб передати особистий сенс