

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2022.17.98.029

Исследование самочувствия, активности и настроения у преподавателей высшего учебного заведения после проведения трех пар

Шамшина Ирина Геннадьевна

Кандидат психологических наук,
доцент департамента компьютерно-интегрированных систем,
Дальневосточный федеральный университет,
690922, Российская Федерация, Владивосток, о. Русский, п. Аякс, 10;
e-mail: I_G_SH@mail.ru

Аннотация

Учебная деятельность преподавателей высших учебных заведений характеризуется следующими показателями: умение передавать студентам учебный материал, делать его доступным для них, преподносить им проблему ясно и понятно, вызывать интерес к предмету, возбуждать у аудитории активную самостоятельную мысль; умение общаться с обучаемыми, найти правильный подход к нему, установить с ним контакт; умение проникать во внутренний мир студента как личности, психологическая наблюдательность, связанная с тонким пониманием личности студента и его временных психологических состояний. Помимо профессиональных качеств, особое значение для успешной работы преподавателя имеют его временные психические состояния, обусловленные различными причинами. Целью настоящего исследования явилось изучение самочувствия, активности и настроения у преподавателей высшего учебного заведения после проведения трех пар. Данное исследование может иметь практическое значение. На основе полученных результатов расширится представление об особенностях психических состояний преподавателей вузов, что позволит активизировать возможности и способности их профессиональной деятельности, откорректировать программы и планы психолого-педагогической подготовки специалиста, внести изменения в расписание учебного процесса.

Для цитирования в научных исследованиях

Шамшина И.Г. Исследование самочувствия, активности и настроения у преподавателей высшего учебного заведения после проведения трех пар // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 4А. С. 311-317. DOI: 10.34670/AR.2022.17.98.029

Ключевые слова

Преподаватель высшей школы, психическое состояние, психология, педагогика, эмпирическое исследование.

Введение

Деятельность преподавателя высшей школы по своей сути многогранна и многолика. Он не только должен в совершенстве владеть своим предметом, но и обладать широким кругозором, в состоянии дать рекомендацию по любому вопросу, иметь хорошую методическую подготовку, использовать в преподавании современные технологии, уметь найти общий язык со студентом, дать ему необходимые знания и привить любовь к будущей профессии.

В то же время сложившаяся в стране экономическая ситуация такова, что улучшение материального положения преподавателя возможно лишь за счет увеличения его учебной нагрузки, что, конечно, сказывается на самочувствии преподавателя, приводит к физическому и психическому истощению. К сожалению, у многих преподавателей просто не хватает сил, чтобы выполнять серьезные научные исследования, увлеченно писать статьи (в лучшем случае, интересные идеи просто выговариваются на лекциях и семинарах), нет времени для полноценного неформального общения со студентами и т.п.

Показателем гармоничности отношений и здоровья участников образовательного процесса является удовлетворенность этим процессом. А учебный процесс — это большая нагрузка на организм преподавателя и как важно сохранить на занятиях такое психологическое состояние, когда познание доставляет радость и удовлетворение, а положительные эмоции служат улучшению самочувствия.

Все сказанное выше и обуславливает актуальность проведенного нами исследования, целью которого явилось исследование самочувствия, активности и настроения у преподавателей высшего учебного заведения после проведения трех пар.

Основная часть

В настоящее время в психологии исследования психических состояний завоевали достаточно прочное место и привлекают к себе все большее число ученых.

Сущность, структура и механизмы психических состояний рассматриваются в работах Е.П. Ильина [Ильин, 2000], Н.Д. Левитова [Левитов, 2000], А.Б. Леоновой [Леонова, 1984], В.Н. Мясищева [Мясищев, 1960], А.О. Прохорова [Прохоров, 1994] и др.

Психологии деятельности преподавателя высшей школы посвящены труды Э.Ф. Зеера [Зеер, 2019], Н.В. Кузьминой [Кузьмина, 2018], К.К. Платонова [Платонов, 1961], О.И. Поляниной [Полянина, 2020], А.А. Реана [Реан, 1990] и др.

Единого же представления о психических состояниях преподавателя высшего учебного заведения в процессе учебной деятельности в научной литературе так и не сформировано, что позволило сделать вывод о необходимости проведения такого исследования.

Эмпирический объект исследования: 10 преподавателей-женщин высших учебных заведений (ДВФУ, МГУ) г. Владивостока.

Характеристика испытуемых. Возраст 35-36 лет. Стаж преподавательской деятельности в высших учебных заведениях – 13 лет. Кандидатов наук, доцентов - 4, без степени (на должности старшего преподавателя) – 6 человек. Читаемые дисциплины: автоматизированные системы управления, информатика, информационные системы в экономике, педагогика, психология.

Гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что самочувствие, активность и настроение у преподавателей высших учебных заведений после проведения трех пар ниже, чем до их проведения.

В процессе исследования была использована методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН) [Энциклопедия психологических тестов, 1992].

Количественный анализ эмпирических данных выполнялся с помощью методов математической статистики, в частности применялась статистика описательная, включающая группировку и количественное описание данных, а также уровневый анализ. Статистическая значимость различий самочувствия, активности и настроения у преподавателей вузов до и после проведения трех пар проводилась по критерию Пирсона.

Исследование проходило в течение ноября-декабря 2021г. и состояло из двух этапов. На первом этапе выявлялось самочувствие, активность и настроение преподавателей до и после проведения трех пар; на втором – диагностировались эти же показатели, но в свободный от учебной деятельности день. На каждом этапе эксперимента опросник заполнялся преподавателями два раза с разницей в неделю. Время для проведения тестирования для всех преподавателей выбиралось одинаковое (с 10 утра до 15 дня) как на первом, так и на втором этапе эксперимента.

Усредненные результаты исследования, проведенного по методике диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН), на первом этапе эксперимента по каждому испытуемому в отдельности приведены в таблице 1.

Таблица 1 - Диагностика оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН) на первом этапе эксперимента

Код испытуемого	До проведения трех пар			После проведения трех пар		
	С	А	Н	С	А	Н
01	4,4	5,1	4,6	2	3,7	2
02	4	5	3	3,3	3	4,1
03	1,7	3,6	1,2	1,1	3,2	1,2
04	5,1	4,9	4,1	4,5	4,1	3,9
05	4,9	5,2	3,7	3,9	4	3
06	2,2	3,4	1,7	1,9	2,7	1,2
07	5,3	5,8	5	4,4	4,4	4,4
08	3,3	3,8	2,2	2,9	3	2
09	3,6	4,1	3,9	2,7	3,7	3
10	4,2	5,5	5,2	4	4,8	4,5

Анализируя данные по каждому преподавателю в отдельности, можно заметить, что лишь у двоих из них (код 04, 07) перед проведением пар отмечается нормальное самочувствие, у остальных же одна мысль о предстоящей работе приводит к некоторым отклонениям в здоровье. Положительным моментом, на наш взгляд, является тот факт, что 5 преподавателей (код 01, 02, 05, 07, 10) достаточно активны в своем желании вести занятие, в то же время только у двоих из них (код 07, 10) наблюдается хорошее настроение при входе в аудиторию.

После проведения трех пар все перечисленные показатели существенно снижается, что говорит об отрицательном влиянии шестичасовой учебной нагрузки на психическое состояние преподавателя.

Интересно отметить, что у лектора с кодовым номером 03 настроение после окончания занятий не изменилось, а с кодом 02 – возросло, что можно объяснить «несказанной» радостью последнего, касающейся «завершения этого кошмара, именуемого учебным процессом».

Если рассматривать ответы преподавателей с точки зрения вида учебного занятия, то наибольшая отрицательная сторона приходится на тех из них, кто читает лекции, наименьшая –

на ведущих практические и лабораторные занятия. Самочувствие первых до проведения трех пар можно охарактеризовать как нейтральное, а после проведения – как очень плохое; самочувствие вторых в описанные периоды времени нейтрально. То же можно сказать и об активности. Эти факты можно объяснить различным распределением нагрузки в момент проведения занятий: на лекциях ее максимум ложится на преподавателя, в противном случае – на студента. А вот настроение и у тех, и у других преподавателей заметно снижается после окончания учебного процесса, что, на наш взгляд, объясняется «негативными» особенностями современного студента, который, большей своей частью, не желает что-либо знать и уметь, но требует при этом отличной оценки своей деятельности (а точнее бездеятельности).

При рассмотрении ответов преподавателей различных вузов и различных дисциплин, а также различных должностей существенной разницы не наблюдалось.

Для проверки статистической значимости изменения самочувствия, активности и настроения у преподавателей вузов после проведения трех пар мы использовали критерий Пирсона (χ^2). Так как коэффициент корреляции по всем составляющим (самочувствие, активность, настроение) существенно отличается от критического, то нулевая гипотеза отвергается. Существуют значимые различия между выборками, следовательно, проведение трех пар оказывает влияние на психическое состояние преподавателя.

Нас также интересовал вопрос, каково же психическое состояние преподавателей в тот день, когда у них нет учебной нагрузки.

Усредненные данные второго этапа эксперимента приведены в таблице 2.

Таблица 2 - Диагностика оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН) на втором этапе эксперимента

Код испытуемого	Без пар (время соответствует времени на первом этапе эксперимента до проведения пар)			Без пар (время соответствует времени на первом этапе эксперимента после проведения пар)		
	С	А	Н	С	А	Н
1	5,3	5,5	6,8	5,5	5,2	5,9
2	4,5	4	5,5	5	4,5	4,1
3	5,5	5,4	4,9	5,5	5,2	5,4
4	5,8	4,9	6	5,8	5	4,3
5	5,5	5,2	5,5	5	5	4,9
6	6,5	6,1	5,2	6	6,7	5,3
7	5,5	5,9	6,5	6	6	6,1
8	5	4,8	4,1	5	6,8	4,5
9	4,1	3,9	5,7	5,3	5,7	5,2
10	5,2	5,5	5,9	4,9	5,8	5,3

Данные опроса свидетельствуют о том, что по всем исследуемым состояниям у преподавателей, как утром, так и по истечении времени, соответствующего трем парам, нормальные, а у некоторых даже завышенные показатели. Так первоначально у тестируемых под кодами 04 и 06 уровень настроения больше 5,5; повышенная активность наблюдается у испытуемого с кодом 06; «слишком» хорошее настроение у преподавателей 01, 07, 09, 10. По истечении времени заметно некоторое снижение самочувствия и настроения в группе преподавателей, что можно объяснить различными факторами, в том числе и погодными условиями. В то же время увеличивается активность, так как, на наш взгляд, это время суток благоприятно для решения различных вопросов и выполнения неотложных дел.

Для проверки статистической значимости изменения самочувствия, активности и настроения у преподавателей вузов в день, когда у них нет учебной нагрузки, мы использовали критерий Пирсона (χ^2). Так как коэффициент корреляции по всем составляющим (самочувствие, активность, настроение) существенно не отличается от критического, то нулевая гипотеза принимается. Не существует значимых различий между выборками, следовательно, при отсутствии трех пар психическое состояние преподавателя в течение дня фактически не изменяется.

Если сопоставить данные первого и второго этапа эксперимента (таблица 3), то очевидно, что психическое состояние преподавателей существенно зависит от наличия или отсутствия у них трех учебных пар в день исследования.

Таблица 3 - Обобщенные данные по группе преподавателей на первом и втором этапе Эксперимента

Состояние	До проведения трех пар		После проведения трех пар	
	I этап	II этап	I этап	II этап
Самочувствие	3,87	5,29	3,07	5,24
Активность	4,64	5,12	3,46	5,59
Настроение	3,46	5,61	2,93	5,1

Заключение

Таким образом, результаты исследования показали, что сама мысль о предстоящем проведении трех пар вызывает у преподавателей негативную реакцию, а после их окончания самочувствие, активность и настроение преподавателя достигают критической отметки. С другой стороны, в день, свободный от учебных занятий, психическое состояние преподавательского состава нормально в любое время проведения опроса.

Библиография

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования. М.: Юрайт, 2019. 395 с.
2. Ильин Е.П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния // Психические состояния. СПб.: Питер, 2000. С. 73-83.
3. Кузьмина Н.В. Методы исследования образовательных систем. СПб., 2018. 162 с.
4. Левитов Н.Д. Определение психического состояния. СПб.: Питер, 2000. С. 44-47.
5. Леонова А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека. М., 1984. 200 с.
6. Мясищев В.Н. Основные проблемы и современное состояние психологии отношений человека // Психологическая наука в СССР. М., 1960. Т. 2. С. 45-53.
7. Платонов К.К. Об изучении психологии учащегося. М.: Профтехиздат, 1961. 143 с.
8. Полянина О.И. Психология и методика педагогической деятельности. Пермь, 2020. 104 с.
9. Прохоров А.О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе. Казань, 1994. 480 с.
10. Реан А.А. Психология познания педагогом личности учащихся. М.: Высшая школа, 1990. 77 с.
11. Энциклопедия психологических тестов. Общение, лидерство, межличностные отношения. М.: Терра, 1992. 304 с.

Study of health, activity and mood of teachers of a higher educational institution after three pairs

Irina G. Shamshina

PhD in Psychology,
Associate Professor of the Department of Computer-Integrated Systems,
Far Eastern Federal University,
690922, 10, Ajax, Russky Island, Vladivostok, Russian Federation;
e-mail: i_g_sh@mail.ru

Abstract

The educational activity of teachers of higher educational institutions is characterized by the following indicators: the ability to transfer educational material to students, make it accessible to them, present the problem to them clearly and understandably, arouse interest in the subject, arouse active independent thought in the audience; the ability to communicate with students, find the right approach to him, establish contact with him; the ability to penetrate into the inner world of a student as a person, psychological observation associated with a subtle understanding of the student's personality and his temporary psychological states. In addition to professional qualities, temporary mental states due to various reasons are of particular importance for the successful work of a teacher. The purpose of this study was to study the well-being, activity and mood of teachers of a higher educational institution after three pairs. This study may be of practical importance. Based on the results obtained, the understanding of the features of the mental states of university teachers will expand, which will make it possible to activate the possibilities and abilities of their professional activities, adjust the programs and plans for the psychological and pedagogical training of a specialist, and make changes to the schedule of the educational process.

For citation

Shamshina I.G. (2022) Issledovanie samochuvstviya, aktivnosti i nastroyeniya u prepodavatelei vysshego uchebnogo zavedeniya posle provedeniya trekh par [Study of health, activity and mood of teachers of a higher educational institution after three pairs]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (4A), pp. 311-317. DOI: 10.34670/AR.2022.17.98.029

Keywords

Higher education teacher, mental state, psychology, pedagogy, empirical research.

References

1. (1992) *Entsiklopediya psikhologicheskikh testov. Obshchenie, liderstvo, mezhluchnostnye otnosheniya* [Encyclopedia of psychological tests. Communication, leadership, interpersonal relationships]. Moscow: Terra Publ.
2. Il'in E.P. (2000) *Teoriya funktsional'noi sistemy i psikhofiziologicheskie sostoyaniya* [Theory of the functional system and psychophysiological states]. In: *Psikhicheskie sostoyaniya* [Mental states]. St. Petersburg: Piter Publ.
3. Kuz'mina N.V. (2018) *Metody issledovaniya obrazovatel'nykh sistem* [Research methods of educational systems]. St. Petersburg.
4. Leonova A.B. (1984) *Psikhodiagnostika funktsional'nykh sostoyanii cheloveka* [Psychological diagnostics of human functional states]. Moscow.

5. Levitov N.D. (2000) *Opredelenie psikhicheskogo sostoyaniya* [Definition of mental state]. St. Petersburg: Piter Publ.
6. Myasishchev V.N. (1960) Osnovnye problemy i sovremennoe sostoyanie psikhologii otnoshenii cheloveka [The main problems and the current state of the psychology of human relations]. In: *Psikhologicheskaya nauka v SSSR* [Psychological science in the USSR]. Moscow. Vol. 2.
7. Platonov K.K. (1961) *Ob izuchenii psikhologii uchaschegosya* [On the study of student psychology]. Mosciw: Proftekhizdat Publ.
8. Polyamina O.I. (2020) *Psikhologiya i metodika pedagogicheskoi deyatel'nosti* [Psychology and methodology of pedagogical activity]. Perm.
9. Prokhorov A.O. (1994) *Psikhicheskie sostoyaniya i ikh proyavleniya v uchebnom protsesse* [Mental states and their manifestations in the educational process]. Kazan.
10. Rean A.A. (1990) *Psikhologiya poznaniya pedagogom lichnosti uchaschikhsya* [Psychology of cognition by the teacher of the personality of students]. Moscow: Vysshaya shkola Publ.
11. Zeer E.F. (2019) *Psikhologiya professional'nogo obrazovaniya* [Psychology of vocational education]. Moscow: Yurait Publ.