

УДК 159.942.5-057.87

## СУБЪЕКТНОСТЬ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТА

С. И. Пуртова

*Воронежский государственный университет*

Поступила в редакцию 25 марта 2015 г.

**Аннотация:** данная статья посвящена изучению субъектности, ее особенностей, а также ее роли в формировании эмоциональной устойчивости студентов.

**Ключевые слова:** субъект, субъектность, эмоциональная устойчивость.

**Abstract:** this article is devoted to the study of the subjectness, its features, as well as its role in the formation of emotional stability of students.

**Key words:** subject, subjectness, emotional stability.

Учебно-профессиональная и социальная активность студента в современных условиях всё более насыщена многочисленными связями и отношениями. Высокий динамизм, интенсивность взаимодействия людей в социальной, учебной и профессиональной среде создают различные стрессогенные факторы. При продолжительном влиянии таких факторов с большой долей вероятности можно ожидать появления ряда выраженных функциональных и психических сдвигов, ухудшения работоспособности, снижения качества работы, т.е. феномена, получившего в литературе название «стресс». Поступив в вуз и столкнувшись с его повседневным ритмом, современный студент не находит в себе внутренних ресурсов, способных противостоять развитию стресса, т.е. ему недостаточно имеющегося уровня эмоциональной устойчивости для конструктивного поведения в стрессогенных ситуациях. Формирование эмоциональной устойчивости – длительный этап, в котором должны учитываться психологические и физиологические особенности личности студента.

Проблемами эмоциональной устойчивости личности занимались и занимаются как зарубежные ученые (Дж. Гилфорд (1959), П. Фресс (1975), Р. Кеттелл (1970) и др.), так и отечественные психологи и педагоги (А. М. Аболин, М. И. Дьяченко, В. А. Пономаренко, В. М. Писаренко и др.).

Несмотря на весьма обширную теоретическую базу, посвященную данному феномену, анализ психолого-педагогической литературы позволил сделать вывод о том, что ученые не имеют единого мнения в понимании категории «эмоциональная устойчивость». Рабочим определением для нас

выступила дефиниция Л. Ф. Мальгиной, по мнению которой, эмоциональная устойчивость – это «способность личности поддерживать динамическое равновесие между сохранением адекватного поведения в эмоционально значимой ситуации и восстановлением комфортного эмоционального состояния после стресса» [1, с. 14].

Говоря о роли эмоциональной устойчивости, Б. А. Душков отмечает следующие ее важнейшие функции: уменьшение отрицательного влияния негативных эмоциональных воздействий, предупреждение крайнего стресса, формирование готовности к активной деятельности в напряженной ситуации [2].

Значимость эмоциональной устойчивости в учебной деятельности студентов подчеркивает О. О. Косякова, отмечая глубокое влияние эмоций на качество и эффективность обучения [3].

Анализ психолого-педагогической литературы [4–5], а также результаты собственных исследований позволили выделить следующие основные условия формирования эмоциональной устойчивости студента.

1. Взаимодействие всех субъектов вуза – процесс формирования устойчивости будет эффективен лишь в том случае, если будет реализовываться в совместной деятельности всех субъектов образовательного процесса (преподавателей, студентов, администрации и др.). Только комплексный подход к проблеме формирования эмоциональной устойчивости студентов сможет дать продуктивные результаты.

2. Достижение осознания студентом необходимости формирования эмоциональной устойчивости. Это условие имеет непосредственное отно-

шение к развитым субъектным характеристикам личности.

3. Готовность студента к самоизменению, саморазвитию, самоконтролю.

Перечисленные условия в своей совокупности могут быть представлены в интегрированном условии формирования и развития эмоциональной устойчивости студентов – формирование его субъектности.

Проблеме развития субъекта в отечественной психологии и педагогике посвящены многие исследования [6–8]. Особое внимание мы обращаем на работы С. М. Годника [8–9]. По его мнению, понятие «субъект» имеет ряд принципиально различных значений (по отношению к объекту, к образовательному процессу и т.д.). В рамках данной статьи нас интересует определение, раскрывающее личностные качества и особенности студента. Согласно Годнику, субъект (студент) – это «носитель определенных личностных свойств, способный преобразовывать свою жизнедеятельность с позиций успешного овладения избранной специальностью» [8, с. 35]. С точки зрения ученого, субъектная позиция студента определяет его как зрелую, сформировавшуюся личность.

В самом общем виде определение субъектности представил в энциклопедическом словаре В. А. Петровский: «субъектность – свойство индивида быть субъектом активности» [10, с. 129].

Е. Н. Волкова под субъектностью понимает свойство личности, позволяющее относиться осознанно к окружающему миру и к себе в этом мире, а также преобразовывать мир и человека [11].

Изучая субъектность студентов, Н. С. Трофимова рассматривает ее как системное качество личности, характеризующееся успешной адаптацией к новым условиям жизни и обучения, освоением социального пространства, формированием гармоничных отношений с окружающими, а также способностью к осознанному самоизменению [12].

Анализируя данные понятия, мы пришли к выводу о том, что субъектность личности характеризуют такие качества, как активность, инициативность, осознанное отношение к себе и окружающей среде, стремление к преобразованию и самоизменению.

Для того чтобы наиболее полно раскрыть сущность субъектности, В. Т. Кудрявцев и Г. К. Уразалиев выделили ее сущностные свойства:

- самодетерминацию, в основе которой лежит стремление к самоизменению, саморегуляции, реализации собственных ресурсов;
- самоорганизацию, позволяющую субъекту выстраивать свою систему целеполагания;

- саморазвитие, способствующее порождению личностью качественных и количественных изменений как собственного мира, так и окружающей среды.

Что касается структуры субъектности, то ученые ее видят в гносеологической, аксиологической и праксиологической подструктурах [13].

В работах Е. Н. Волковой выделяется ряд атрибутивных характеристик субъектности: «осознанная активность, самостоятельность, сознательность, связанная со способностью к целеполаганию, рефлексия, возможность свободы выбора и ответственность за него, осознание и переживание уникальности себя, понимание и принятие другого человека, саморазвитие» [11, с. 45].

Рассуждая о роли субъектности в жизнедеятельности студента, Б. А. Еремеев приходит к выводу, что субъектность, раскрываясь в форме психологической устойчивости личности, позволяет конструктивно противостоять негативным воздействиям [14].

Изучая проблемы эмоционального выгорания учителя, Г. П. Звездина пришла к выводу, что повышение уровня субъектности является ведущим фактором психологической устойчивости личности к различного рода деформациям, а также позволяет сохранить целостность личности [15].

О.Б. Дарвиш также отмечает, что при формировании устойчивости личности особое внимание следует уделять психологическим механизмам саморегуляции [16].

Таким образом, субъектность личности способствует формированию эмоциональной устойчивости, а низкий уровень субъектности составляет серьезную угрозу для психологического здоровья личности.

Для того чтобы подтвердить состоятельность данного утверждения, рассмотрим результаты проведенного нами исследования, посвященного проблеме эмоционального выгорания студентов. Для изучения уровня эмоционального выгорания была использована методика МВІ К. Маслач и С. Джексона [17]. Полученные результаты позволили констатировать высокий уровень деперсонализации редукции личностных достижений у 38,0 и 56,0 % испытуемых соответственно [18]. Данные показатели выражаются в ощущении собственной измененности, потери собственного Я; негативном отношении к себе и окружающим, ощущении уменьшения значимости своей деятельности, негативном самовосприятии [17]. Всё это может свидетельствовать о низком уровне развития субъектности у определенной группы современных студентов.

Анализ психолого-педагогической литературы, а также собственное исследование позволяют ут-

верждать, что субъектность может стать основой в формировании эмоциональной устойчивости студента. Самоконтроль, саморегуляция, стремление к самоорганизации и самоизменению, сознательность помогают студенту своевременно заметить возникшую проблему, обратиться за помощью к специалисту, а возможно, и успешно решить ее самостоятельно. В связи с этим развитие субъектности должно быть включено в программу формирования эмоциональной устойчивости студента.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Мальгина Л. Ф. Эмоциональная устойчивость как средство формирования интеллектуальных способностей личности (на материале исследования подростков) : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Л. Ф. Мальгина. – Новосибирск, 2009. – 23 с.

2. Душков Б. А. Психология труда, профессиональной, информационной и организационной деятельности : словарь / Б. А. Душков, А. В. Королев, Б. А. Смирнов ; под. ред. Б. А. Душкова ; прил. Т. А. Гришиной. – 3-е изд. – М. : Акад. проект : Фонд «Мир», 2005. – 848 с.

3. Косякова О. О. Влияние уровня эмоциональной устойчивости личности студентов вуза на результативность их учебной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / О. О. Косякова. – Тверь, 2002. – 26 с.

4. Телепова Н. Н. Психолого-педагогическая концепция формирования психологической устойчивости личности к аддиктивным факторам : автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Н. Н. Телепова. – Н. Новгород, 2012. – 53 с.

5. Белинская Е. В. Зрелость самосознания как условие толерантности к стрессу / Е. В. Белинская. – Режим доступа: <http://rasstanovki-rostov.ru/?cat=12> (дата обращения: 01.02.2015).

6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2000. – 712 с.

7. Абульханова К. А. Психология и сознание личности : (проблемы методологии, теории и исследования реальной личности) : избр. психол. труды / К. А. Абульханова. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т ; Воронеж : МОДЭК, 1999. – 224 с.

8. Годник С. М. Педагогическая деятельность : парадоксы теории и практики / С. М. Годник // Вестник Воронеж. гос. ун-та. Серия: Проблемы высшего образования. – 2001. – № 1. – С. 27–38.

9. Годник С. М. О методе концептуального моделирования вузовского педагогического процесса (на

основе объектно-субъектного преобразования личности) / С. М. Годник // Вестник Воронеж. гос. ун-та. Сер.: Проблемы высшего образования. – 2009. – № 1. – С. 49–59.

10. Словарь / под. ред. М. Ю. Кондратьева // Психологический лексикон : энцикл. словарь : в 6 т. / ред.-сост. Л. А. Карпенко ; под общ. ред. А. В. Петровского. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 176 с.

11. Волкова Е. Н. Развитие субъектности в онтогенезе в современном социокультурном пространстве образования и семьи : учеб. пособие / Е. Н. Волкова [и др.]. – Н. Новгород : НГПУ им. К. Минина, 2012. – 250 с.

12. Трофимова Н. С. Модель психолого-педагогического сопровождения социально-психологической адаптации студентов колледжа на основе развития субъектности личности / Н. С. Трофимова // Развитие субъектности обучающего (воспитанника) образовательной организации : материалы Всерос. науч.-практ. заоч. интернет-конф. – 2014. – С. 173–177.

13. Кудрявцев В. Т., Уразалиев Г. К. Становление субъекта деятельности и возможности системы образования / В. Т. Кудрявцев, Г. К. Уразалиев // Субъектная и авторская позиция ребенка в образовании. – 2008. – С. 5–16.

14. Еремеев Б. А. Психология личности. Психическая субъектность / Б. А. Еремеев. – Режим доступа: <http://humanpsy.ru/yeremeyew/ps-vvedenie-v-psdlya-ffk-1> (дата обращения: 30.01.2015).

15. Звездина Г. П. Субъектность учителя как детерминанта устойчивости личности к деструктивному влиянию профессиональной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Г. П. Звездина. – Ростов н/Д., 2006. – 24 с.

16. Дарвиш О. Б. Обеспечение психологической устойчивости личности как открытой самоорганизующейся системы / О. Б. Дарвиш // Известия Алтайского гос. ун-та. – 2011. – № 2–2. – С. 47–51.

17. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания : диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2005. – 336 с.

18. Поволяева С. И. Особенности синдрома эмоционального выгорания у студентов (на примере технических и гуманитарных специальностей) / С. И. Поволяева // VI Междунар. науч.-практ. конф. «Социология и психология : вклад в развитие личности и общества»: сб. материалов конф. (25 января 2013 г.). – Краснодар, 2012. – С. 8–13.

Воронежский государственный университет

Пуртова С. И., аспирант кафедры педагогики и педагогической психологии

E-mail: [sv-purtova@yandex.ru](mailto:sv-purtova@yandex.ru)

Тел.: 8-905-051-01-18

Voronezh State University

Purtova S. I., Post-graduate Student of the Pedagogics and Pedagogical Psychology Department

E-mail: [sv-purtova@yandex.ru](mailto:sv-purtova@yandex.ru)

Tel.: 8-905-051-01-18