

## Відгук

офіційного опонента на дисертацію Черкаської Євгенії Феліксівни «Психологічні особливості емоційної стійкості вчителів з різним досвідом роботи», подану до захисту на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія

В кризових умовах сучасного суспільства особливої значущості набуває розроблення теми емоційної стійкості вчителів. Дистанційне навчання, стрес-фактори екстремального характеру (воєнна агресія), вірусна пандемія стали важким випробуванням для освітнього процесу. Вирішення проблем, які виникають в означених кризових умовах життєдіяльності, здебільшого припадає на ресурси викладача, який має бути емоційно стійким до викликів сьогодення. Тож обрана для дослідження тема є надзвичайно важливою та *актуальною*.

Різновид застосування феномену «емоційна стійкість» вказує на те, що єдиного універсального базису для їх поєднання ще не відображено в психологічній науці. Це пояснюється складністю проблеми дослідження емоційної стійкості викладачів та необхідністю врахування відмінностей вже існуючих наукових підходів до вивчення обраної теми. Дана тема є наближеною до проблеми емоційного або професійного вигорання фахівців, які працюють у сфері «людина-людина». Але вирішення проблемних питань, які пов'язані із формуванням та розвитком емоційної стійкості особистості сьогодні науковці здебільшого розкривають в аспекті психології стресостійкості особистості. Даний аспект є межевим, адже ним цікавляться психофізіологи, біологи, генетики, нейропсихологи, медики, кризові психологи тощо. Тож складність обраної для дослідження теми полягає в тому, що емоційна стійкість пов'язана як з особливостями нервової системи людини, з розвитком емоційного інтелекту особистості, з психологічними типовими задатками унікальної особистості, з гормональним та емоційним станом людини тощо. Тема емоцій сьогодні є однією з найбільш нерозкритою в науці.

Людині властиво переживати широку палітру емоцій (більше 500). Вміння керувати емоціями відносять до теми розвитку емоційного інтелекту особистості. Вміння керувати емоціями в складних емотивних ситуаціях життя до недавнього часу розглядалося науковцями як властивість особистості – стресостійкість. Але у зв'язку з запитам сучасного суспільства, тема емоційної стійкості викладачів потребує більш глибокого опрацювання та пояснення різновиду підходів щодо визначень даного наукового феномену, поєднання різноманітних діагностичних процедур за для надання більш якісної кваліфікованої допомоги викладачам, які вигорають, за для підготовки майбутніх викладачів до кризових ситуацій життя.

Наявність різновиду діагностичних методик, які також надають різноманітні показники емоційної стійкості викладачів (копінг-стратегії, індекс стресостійкості, нервово-психічне напруження, реакції на стрес тощо) також свідчить про багатовизначеність даного феномену та складність у його діагностуванні. Означене вказує на необхідність розроблення важливих діагностичних критеріїв розвитку та формування стресостійкості особистості та виокремлення показників, які б надали чітке уявлення та можливість діагностики більш вірогідних показників емоційної стійкості особистості.

Зокрема, важливим аспектом сучасного етапу обраної для дослідження теми є розроблення програми психокорекції емоційної стійкості викладачів з різним професійним досвідом. Особливо актуальною є розробка теми для психологів, які забезпечують психологічний супровід у вишах, школах та інших освітніх закладах при підготовці майбутніх педагогів.

Сучасні стрес-фактори такі, як агресивно-комунікативне суспільство, невизначеність у майбутньому, нестабільність кризового суспільства, наявність військового конфлікту в Україні, постпандемічна паніка у суспільстві впливають на формування нових стресів, які необхідно вирішувати новими методами. Сьогодні психологи, які працюють із надскладними життєвими ситуаціями застосовують різноманітні психотерапевтичні засоби, вони поєднують психотерапевтичні ідеї, школи, напрямки. Але, в роботі із

проблемами сьогодення психотерапія не має бути еkleктичною, а цілковито науковою, обґрунтованою, доведеною експериментальним шляхом. Психокорекційні заходи є важливими в застосуванні не лише в практиці психологів, а й можуть застосовуватися як розвивальні методи для психопрофілактики емоційного вигорання та розвитку емоційної стійкості викладачів у навчальних закладах. З цією метою дана розробка представляє важливе значення, адже стрес краще випередити, ніж його лікувати. Запровадження в психологію нових програм з психокорекції емоційної стійкості особистості сприятимуть психологічній підготовці викладачів до зустрічі з надскладними ситуаціями життєдіяльності, є важливим на сучасному етапі розвитку країни та науки.

В сучасній науці накопичилось чимало знань, вмінь, досліджень стресостійкості особистості, але в означеному ракурсі дана тема ще є мало дослідженою. Тому можемо говорити про інноваційний характер представленого до захисту дослідження – адже отримано низку наукових результатів, раніше не відомих у психологічній науці. Йдеться передусім про поглиблення психологічних знань про емоційну стійкість вчителів загалом та в залежності від досвіду їх роботи; з'ясування чинників, які безпосередньо впливають на емоційну сферу вчителів та чинників, які згідно нових умов праці можуть більш глибоко впливати на емоційну стійкість вчителя.

Дисертантка *вперше* дослідила емоційну стійкість вчителів загальноосвітніх навчальних закладів, враховуючи їх досвід роботи, саме в сучасних умовах освітнього процесу. Розробила програму, яка дозволяє підвищувати емоційну стійкість вчителів у навчальних закладах. Зазначила про нову роль вчителів, яка сформувалася відповідно нових умов життєдіяльності – вчителя-консультанта та фасилітатора. Виявила емоціогенні фактори, які призводять до емоційної напруженості сучасних викладачів: порушення міжособистісних взаємин, перевантаженість робочого дня, стомлюваність, зіткнення з важкими ситуаціями, випадки підвищеного рівня відповідальності, очікування невдачі, погане самопочуття, тощо.

Теоретично встановила, що емоційна стійкість особистості – це інтегративна властивість, що включає в свою структуру емоційні, волюві, інтелектуальні мотиваційні компоненти психічної діяльності, а також здатність пригнічувати емоційні реакції, задля продовження робочої активності, яка в такому стані має тенденцію до зниження. Зосередила важливу увагу на тому, що деякі автори розглядають емоційну стійкість як «стійкість емоцій».

Цікавим та корисним є узагальнення результатів аналізу наукової літератури, що надало можливість виділити чотири основні підходи до вивчення емоційної стійкості викладачів: емоційна стійкість, як здатність долати стан емоційного збудження; емоційна стійкість, як похідна від типу сили нервової системи, процесів збудження і гальмування; емоційна стійкість, як стійкі емоційний стан і емоційна реакція; емоційна стійкість, як інтегрована властивість особистості.

Черкаська С.Ф. теоретично обґрунтувала та емпірично дослідила особливостей емоційну стійкість вчителів, в залежності від досвіду їх роботи, а також розробила та апробувала відповідні психопрофілактичні заходи, для покращення емоційної стійкості вчителів.

Дисертантка розробила тренінгову програму для покращення рівня емоційної стійкості вчителів. Виокремила три критерії для психокорекції емоційної стійкості викладачів, які є основою для застосування методик дослідження та формування стійкості: когнітивний (отримання нової інформації); емоційний (інтерпретація отриманої інформації через особистісне значення); конативний (зміна, розширення поведінкових реакцій за рахунок усвідомлення неефективності звичних способів поведінки).

Застосування нової програми апробовано та відображено результативність впровадження програми. Оцінка виконаного дослідження свідчить про коректне визначення дисертанткою його об'єкта, предмета і мети, узгодженість методів з поставленими завданнями.

Дисертантка не обмежилася традиційними підходами при виборі теоретико-методологічної та методичної основи дослідження, а запропонувала комплекс методів найбільш адекватних для розв'язання його завдань. Для розробки програми з розвитку та формування емоційної стійкості викладачів Черкаська Євгенія застосувала широке коло принципів: врахування індивідуальних особливостей особистості; діяльнісний принцип, що визначає тактику проведення роботи через активізацію діяльності кожного учасника; принцип врахування емоційної забарвленості матеріалу; принцип комплексності методів, що виражається у інтегрованих прийомах, які сприяють підвищенню стресостійкості, саморегуляції, зниження емоційної напруги. На формувальному етапі дисертанткою встановлено, що найбільше змін відбулося з вчителями I групи (з досвідом роботи до п'яти років). Найменший вплив зафіксовано у III групи вчителів (з досвідом роботи більше десяти років). Євгенія визначила рівень ефективності розробленої програми психологічного тренінгу, ґрунтуючись на аналізі та порівнянні рівнів показників за допомогою математичного методу обробки даних. Внаслідок проведеної тренінгової роботи дисертанткою зроблено висновок про стабілізацію внутрішнього стану вчителів: врівноваження процесів збудження і гальмування, покращення значення рухливості процесів нервової системи, захисних функцій психіки, зменшення інтенсивності емоцій, покращення показників емоційного інтелекту.

Важливим є висновок про те, що надмірне емоційне напруження сприяє застосуванню психічних захисних механізмів, які спотворюють реальність та викривляють реалістичну оцінку стресової ситуації. Емоційно нестійкий викладач негативно впливає на сімейне коло оточення.

*Здобувачка довела поставлену гіпотезу, в повному об'ємі виконала поставлені завдання. Довела, що після застосування програми розвитку емоційної стійкості вчителі з малим та середнім досвідом роботи мають вищий рівень емоційної стійкості і самоконтролю порівняно з вчителями з великим досвідом роботи, які не проходили систему психологічної корекції.*

Теоретично обґрунтувала значення емоційної стійкості вчителів із різним досвідом роботи та її вплив на професійну діяльність. Дослідила особливості емоційної стійкості вчителів із різним досвідом роботи. Розробила та апробувала програму психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток емоційної стійкості із вчителями із різним досвідом роботи. Сукупність отриманих результатів говорить про *високий рівень оволодіння методологією наукової діяльності*.

У першому розділі дисертантка виокремлює наукові підходи до вивчення проблеми. Приділила увагу феномену «емоційної стійкості». За основу визначення феномена «емоційна стійкість» здобувачка використала наступне: це інтегративна властивість, що включає в свою структуру емоційні, вольові, інтелектуальні мотиваційні компоненти психічної діяльності, а також здатність пригнічувати емоційні реакції, задля продовження робочої активності, яка, на жаль, в такому стані також має властивість втрачатися. Приділила увагу проявам стресу та властивостям емоційної стійкості викладачів. Матеріали першого розділу свідчать про те, що дисертантка добре володіє інформацією щодо історіогенезу стресостійкості особистості; нею розкрито феномен «емоційної стійкості викладачів». Вона кваліфіковано аналізує складові емоційної стійкості викладачів.

Особливого значення набуває емпіричне дослідження здобувачки. Завдяки теоретико-емпіричному аналізу виявлено ефективність тренінгової програми, а й вікову категорію, що має найбільш розвинену емоційну стійкість, було якісно обрано взаємопов'язані методи та методики, виділені за допомогою методу експертних оцінок та встановлення найважливіших для педагогів компонентів педагогічної діяльності, а також вдало підібрано методики дослідження. Відповідні процедури статистичного опрацювання емпіричних даних поєднані з методом ґрунтового якісного аналізу забезпечило максимальну об'єктивність отриманих результатів при визначенні складових, критеріїв, показників розвитку та формування стресостійкості особистості.

У третьому розділі висвітлено дисертанткою результати апробації розробленого тренінгу. Програма тренінгу має чітко визначені блоки, автором було створено умови для особистісного зростання, вдосконалення способів емоційного регулювання діяльності та розвитку емоційної стійкості педагогів. Емпірично доведено очікуваний результат: підвищення стресостійкості; зниження емоційної напруги, розвиток комунікативних умінь та навичок саморегуляції, підвищення впевненості у собі.

Структура дисертаційної роботи Черкаської Євгенії Феліксівни має всі необхідні складові елементи і підпорядкована досягненню мети дослідження. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Маємо також вказати на послідовність і глибину розгляду дослідницею питань, логічну структурованість у викладенні нею інформації, багатоетапність та переконливість психологічного експерименту, ґрунтовний аналіз і узагальнення матеріалу та всебічну візуалізацію результатів дослідження. До того ж теоретичне з'ясування особливостей емоційної стійкості викладачів здійснювалось спільно з використанням різнобічного досвіду психолого-педагогічної практики. Це дало змогу встановити, що емоційна стійкість особистості формується та розвивається в умовах наявності стрес-факторів, але за умов наявності соціально організованої підтримки необхідної для подолання надскладних ситуацій життєдіяльності. Все сказане є свідченням *високого теоретичного і методологічного рівнів здійснення роботи.*

Черкаська Є. Ф. привернула увагу на важливу проблему підвищення рівня емоційної стійкості викладачів, виконання професійної діяльності якими здійснюється в стресогенних умовах праці, які часто потерпають від стресів. Дисертантка врахувала досвід вітчизняних та зарубіжних попередників. На основі теоретико-методологічного аналізу праць сучасних науковців надано визначення емоційної стійкості особистості. Знання про емоційну стійкість та гнучкість викладачів надають можливість здійснювати якісну

психокорекційну діяльність й сприяють психопрофілактиці емоційного вигорання. Робота є корисною й для фахівців інших допомагаючих професій.

Спираючись у своїх міркуваннях на результати огляду наукових джерел з проблеми, Черкаська Є. Ф. доходить висновку про необхідність застосування інтегративного підходу для розуміння феномену «емоційної стійкості» викладачів, що надало змогу їй розробити програму, яка охоплює широке коло факторів, що найповніше відображають коло вирішуваних питань. Маємо наголосити, що більшість з цих питань дістали своє вирішення в межах запропонованого дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі діагностичні методи: спостереження, бесіда, експеримент, тестування, метод експертних оцінок, математичні методи обробки даних. Для проведення дослідження було обрано взаємопов'язані методи та методики, виділені за допомогою методу експертних оцінок та встановлення найважливіших для педагогів компонентів педагогічної діяльності. Дисертантка використала сучасні методики дослідження, які повної мірою відповідають меті: методика діагностики інтегральної задоволеності працею, діагностика особистісної та групової задоволеності роботою, методика діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойка, тест «Характеристики емоційності» (Є.П. Ільїн), методика вивчення структури темпераменту Я. Стреляу (адаптація Н.М. Данілової, О.Г. Шмельова), діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл), «Рівень суб'єктивного контролю». У третьому розділі описано організаційно-методичні засади дослідження; представлено результати емпіричного дослідження ефективності програми покращення емоційної стійкості викладачів. Зрештою, дисертантка доходить висновку, що створена тренінгова програма, направлена на покращення емоційної стійкості вчителів мала позитивний вплив.

Зроблені дисертанткою висновки до розділів і загальні висновки мають ґрунтовний характер, вони всебічно відображають новизну, теоретичне і практичне значення роботи. Підсумовуючи, маємо наголосити, що результати і ключові положення дослідження здобули широке публічне висвітлення. За



темою дисертації представлено в 14 публікацій автора, серед яких – одна стаття у наукових фахових виданнях, включених до переліку, затвердженого МОН України, одна стаття у наукових періодичних виданнях інших держав і виданнях, включених до міжнародних наукометричних баз даних, дві статті у науково-періодичному виданні інших держав, 8 тез доповідей на Міжнародних і Всеукраїнських науково-практичних конференціях, що говорить про надання *гарної оцінки наукових публікацій* здобувачки. З огляду на вищесказане можемо констатувати, що авторка *успішно справилася з розв'язанням поставлених нею завдань дослідження*. Разом з тим, даючи рецензованій праці вельми *високу оцінку*, вкажемо на певні дискусійні питання і висловимо деякі побажання та пропозиції:

1. В дисертації слід було б, на нашу думку, приділити спеціальну увагу типологічним особливостям реагування на стрес-фактори викладачами.

2. Слід було б надати більш детальну характеристику відмінностей емоційної стійкості і гнучкості викладачів та яким чином їх можна застосувати в умовах покращення праці викладачів.

3. В роботі є граматичні помилки.

4. В дисертації не застосовуються лонгітюдне чи інші дослідження, які властиві віковій та педагогічній психології.

Зазначені дискусійні питання і побажання не знижують загальної високої оцінки здійсненого Черкаською Є.Ф. дослідження і не впливають на висвітлення її результатів у дисертаційній роботі, численних публікаціях, а скоріше окреслюють перспективи подальшого пошуку.

Таким чином, беручи до уваги змістовність здійсненого дисертанткою дисертаційного дослідження, його новизну та практичну значущість, логічність, послідовність і грамотність оформлення наукової роботи як дослідження, можна стверджувати що робота Є.Ф. Черкаської «Психологічні особливості емоційної стійкості вчителів з різним досвідом роботи» написана на високому рівні, відповідає галузі знань 05 Соціальна та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія та вимогам Постанови Кабінету міністрів

України «Про затвердження Порядку присудження ступеня доктора Філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії» №44 від 12 січня 2022р., а її авторка Черкаська Євгенія Феліксівна заслуговує на присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія.

Офіційний опонент:

доктор психологічних наук, доцент

Криворізький державний педагогічний університет,  
професор кафедри загальної та вікової психології

Когут О.О.

