

УДК 159.9.072.432

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДОШКІЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Руденко О.В., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

*ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»*

Гребенщикова Т.Д., магістрант
кафедри психології

*ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»,
практичний психолог*

Дошкільний навчальний заклад № 282, м. Київ

У статті подано результати емпіричного дослідження психологічного благополуччя педагогічних працівників дошкільного навчального закладу, акцентовано увагу на кількісній і якісній характеристиках рівнів вияву його структурних компонентів. Визначено роль емоційної компетентності як умови збереження психологічного благополуччя особистості.

Ключові слова: *психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, самоприйняття, позитивні взаємини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем, мета в житті, особистісне зростання, емоційна компетентність, емоційний інтелект.*

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологического благополучия педагогов дошкольного учебного заведения, акцентировано внимание на количественной и качественной характеристиках уровней проявления его структурных компонентов. Определена роль эмоциональной компетентности как условия сохранения психологического благополучия личности.

Ключевые слова: *психологическое благополучие, субъективное благополучие, самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост, эмоциональная компетентность, эмоциональный интеллект.*

Rudenko O.V., Grebenshchikova T.D. EMPIRICAL RESEARCH OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PEDAGOGICAL WORKERS OF PRESCHOOL EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS

The article presents the results of empirical research of psychological well-being of teaching staff kindergarten, attention is focused on the quantitative and qualitative levels characteristic manifestation of its structural components. the role of emotional competence as a condition of maintaining psychological well-being of the individual.

Key words: *psychological wellbeing, subjective wellbeing, self-acceptance, positive attitude with surroundings, autonomy, environmental control, life aim, personal development, emotional conversance, emotional intellect.*

Постановка проблеми. Сьогодні гостро постає питання збереження психологічного благополуччя вихователя дошкільного закладу, адже специфіка професійної діяльності полягає в необхідності забезпечити формування гармонійно розвиненої психологічно здорової особистості, що вимагає здатності відчувати глибоку повагу, турботу й любов до кожної дитини. Вихователь має відчувати психологічне благополуччя як ресурсний стан, що і є запорукою екологічності виховання підростаючого покоління.

Накопичені сучасною теорією і практикою психологічної науки теоретичні й емпіричні матеріали можуть слугувати відправною точкою для розроблення загальноінтегрального підходу до психологічного благополуччя.

Потенційним прогностичним фактором психологічного благополуччя є феномен емоційного інтелекту. Обмеженість підходу до концептуалізації емоційного інтелекту як форми власне інтелекту, існування лише помірних кореляційних зв'язків між емоційним і когнітивним аспектами інтелекту, відсутність об'єктивних критеріїв його виміру, суб'єктивність і культурна забарвленість наявних інструментальних підходів до його виміру методом максимальних оцінок указують на необхідність розглядати емоційний інтелект як інтегральну динамічну властивість особистісної ідентичності, що впливає на психологічне благополуччя людини.

Ступінь розробленості проблеми. Розробленню проблеми психологічного благополуччя особистості присвячені



роботи Н. Бредберна, Е. Дінера, К. Ріфф та ін.; у пострадянській і вітчизняній психології – роботи Б. Братуся, І. Дубровіної, А. Созонтова, П. Фесенко, В. Духневича та ін. Водночас ця проблема, як і раніше, залишається однією з мало розроблених як у зарубіжній, так і у вітчизняній науці.

Одні дослідники, такі як Е. Дінер, К. Ріфф, А. Созонтов, С. Семенов, суб'єктивне благополуччя розглядають як складник психологічного, інші, навпаки, – як частину суб'єктивного (Р. Шаміонов, Г. Пучкова й ін.). В окремих роботах ці поняття трактуються як синонімічні (Н. Бредберн, Е. Паніна, О. Бочарова й ін.).

Дж. Майер і П. Саловей виділяють емоційний інтелект як важливу умову підтримання психологічного благополуччя. Дослідження визначальності впливу особистості дорослого на розвиток самооцінки, самоствалення, самовідчуття дитини дошкільного віку здійснювали Л. Виготський, С. Рубінштейн, О. Запорожець, Д. Ельконін, М. Лісіна.

Диференціація структури емоційного інтелекту, поява моделі здібностей (Дж. Майер, П. Саловей), поглядів на емоційний інтелект як систему особистісних компетентностей (Д. Гоулман), змішаних моделей

(Р. Бар-Он, Д.В. Люсін), диспозиційної концепції (Е. Носенко, К. Петрідес, Е. Фернхем) зумовили можливість його вивчення як диспозиційної детермінанти успішності у функціонуванні суб'єкта життєдіяльності.

Мета статті – подати основні результати емпіричного дослідження психологічного благополуччя педагогічних працівників дошкільних навчальних закладів та емоційного інтелекту як важливого чинника психологічного благополуччя вихователів.

Виклад основного матеріалу. Психологічне благополуччя ми розглядаємо як інтегральний показник ступеня спрямованості людини на реалізацію основних компонентів її позитивного функціонування, а також ступеня реалізованості цієї спрямованості, яка суб'єктивно виражається у відчуттях щастя, задоволеності собою та власним життям [2].

Теоретичний аналіз наукових джерел із цієї проблеми дав змогу констатувати, що основними компонентами психологічного благополуччя є самоприйняття, позитивні взаємини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем, мета в житті, особистісне зростання, які відображені в обраній нами методиці К. Ріфф «Шка-

Таблиця 1

Кількісні показники компонентів суб'єктивного благополуччя педагогічних працівників ДНЗ (за методикою «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф), n=20

Шкали	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
ПВ	0	0	16	80	4	20
АВ	3	15	11	55	6	30
УС	2	10	15	75	3	15
ОР	3	15	15	75	2	10
ЦЖ	1	5	15	75	4	20
СП	0	0	17	85	3	15
ПБ	3	15	13	65	4	20

Умовні позначення:

ПВ – позитивні взаємини;

АВ – автономія;

УС – управління середовищем;

ОР – особистісне зростання;

ЦЖ – цілі в житті;

СП – самоприйняття;

ПБ – психологічне благополуччя.

Таблиця 2

Середні показники компонентів суб'єктивного благополуччя педагогічних працівників ДНЗ (за методикою «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, у стенах), n=20

Шкали	ПВ	АВ	УС	ОР	ЦЖ	СП	ПБ
Середнє	5,05	5,4	5,35	5,45	5,05	4,95	5,1

ла психологічного благополуччя» (адаптація Шевеленкової-Фесенко) [4].

Опитувальник К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» – теоретично обґрунтований інструмент, призначений для вимірювання вираженості основних складників психологічного благополуччя. Сьогодні багатовимірною моделлю К. Ріфф приймається багатьма дослідниками, а розроблена автором методика вимірювання психологічного благополуччя неодноразово проходила перевірки на надійність і валідність, активно використовується в дослідницькій практиці в багатьох країнах. Нами використаний варіант опитувальника, який адаптований і валідизований у 2005 році Т. Шевеленковою й Т. Фесенко, у 2007 році – Н. Лепешинським [4].

Твердження опитувальника мають як прямий (позитивний), так і зворотний (негативний) сенс щодо характеристик психологічного благополуччя. Подібна конфігурація опитувальника створена для того, щоб нівелювати негативні ефекти, що виникають у разі недостатньої щирості випробовуваних під час заповнення тесту. Обробка результатів зводиться до підрахунку набраних балів і перекладу балів у спадну шкалу в тих випадках, коли пункт має зворотний зв'язок із базовою характеристикою благополуччя. Набрані бали підсумовуються в такі шкали: «самоприйняття», «автономія», «управління середовищем», «особистісне зростання», «позитивні взаємини з оточуючими», «цілі в житті». Крім цього, автори вважають за можливе розраховувати індекс загального психологічного благополуччя, який визначається

ся шляхом підсумовування балів, отриманих за всіма шістьма шкалами тесту.

Дослідження показало, що респонденти демонструють переважно середній рівень вияву за всіма шкалами. Незначна кількість респондентів показують високий рівень за шкалами автономії й особистісного зростання. Узагальнена інформація подана в таблиці 1.

За шкалою «позитивні взаємини» 20% досліджуваних показали низький рівень вияву, для них характерна відсутність достатньої кількості близьких, довірчих взаємин, труднощі у вияві теплоти, відвертості й турботи про інших людей, переживання власної ізолюваності і фрустрованості. Але 80% респондентів усе ж виявляють середній рівень вияву за цим показником, тобто залежно від ситуації вони здатні на вияв тісних взаємин з іншими людьми та схильні до емпатії, любові і близькості.

Шкала «автономія» демонструє, що 15% респондентів показали високий рівень вияву цієї якості, що характеризує їх як самостійних, незалежних. 30% досліджуваних мають низькі показники, це свідчить про їхню заклопотаність очікуваннями й оцінками інших, про те, що ці респонденти орієнтуються на думку інших людей під час ухвалення важливих рішень. При цьому в 55% досліджуваних виявлено середній рівень вияву досліджуваного показника, ці люди можуть регулювати свою поведінку стандартизовано й мають деяку залежність від зовнішнього оцінювання.

За шкалою «управління середовищем» 10% респондентів мають високий рівень ви-

Таблиця 3

Середні показники емоційного інтелекту педагогічних працівників ДНЗ (тест емоційного інтелекту Н. Холла), n=20

№	Шкали	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
		К-сть	%	К-сть	%	К-сть	%
1	Емоційна обізнаність	4	20	7	35	9	45
2	Управління своїми емоціями	0	0	5	25	15	75
3	Самотивація	4	20	3	15	13	65
4	Емпатія	5	25	9	45	6	30
5	Розпізнання емоцій інших людей	3	15	5	25	12	60
	Інтегративний показник	2	10	4	20	14	70

Таблиця 4

Середньогрупові показники емоційного інтелекту педагогічних працівників ДНЗ (тест емоційного інтелекту Н. Холла), n=20

Шкали	ЕО	КВЕ	СМ	ЕМ	РЕІ	ІРЕІ
Середнє	7,8	-0,65	5,15	8,4	6,5	28,1



яву якості, ці вихователі відчувають упевненість і компетентність у регулюванні повсякденних справ, уміють створювати навколо себе умови, що задовольняють особистісні потреби, а 15% досліджуваних виявили низький рівень за цим показником, що демонструє їхнє відчуття безсилля в управлінні навколишнім середовищем. Але більшість опитуваних (75%) залежно від ситуації виявляє якості, притаманні високому й низькому рівням управління середовищем.

Високий рівень вияву за шкалою «особистісне зростання» спостерігається в 15% респондентів. Їм притаманні відчуття безперервного розвитку та самореалізації, вони відкриті до нового досвіду, спостерігають покращення себе з часом, змінюються відповідно до своїх досягнень. Більшості досліджуваних (75%) властивий середній рівень за цією шкалою. Залежно від ситуації, настрою, середовища вони відчувають достатній або не зовсім достатній рівень особистісного розвитку. Лише 10% досліджуваних демонструють низькі показники особистісного розвитку. Вони не відчувають покращення чи самореалізації, часто не мають інтересу до життя, відчувають нездатність установлювати нові стосунки чи змінювати власну поведінку.

Під час дослідження життєвих цілей ми виявили, що лише 5% працівників ДНЗ показали високий рівень вияву цього показника, що свідчить про наявність цілі в житті й відчуття спрямованості. Такі досліджувані бачать сенс у минулому і теперішньому, дотримуються переконань, які є джерелами цілей у житті, будують плани на перспективу. Середній бал за шкалою демонструють 75% респондентів. Про цих людей можна сказати, що вони дещо невпевнені, не мають чітких цілей у житті, їхні прагнення і життєбачення легко піддаються впливу зовнішніх обставин. Низький рівень за цим показником діагностовано у 20% опитуваних. Вони часто не бачать сенсу життя, перспектив, будують мало цілей чи намірів. У них відсутні почуття спрямованості, минуле життя й теперішнє не мають мети і не пов'язані. Їм складно знайти перспективи та переконання, які визначають сенс життя.

За результатами дослідження самоприйняття високий показник відсутній узагалі, 15% досліджуваних демонструють низький рівень вияву за цією шкалою. Вони незадоволені собою, розчаровані подіями власного життя, виявляють тривогу щодо власних особистісних якостей, бажають бути не тим, ким вони є. Інші, а це 85% опитуваних, показують середній бал у стенах 4,95, що має тенденцію до низького показника. Це може виявлятися (і пояснюватися)

критично-негативним ставленням до себе, до власних якостей.

На етапі оброблення методики сирі бали переводяться в стени (від 1 до 10) і розподіляються за рівнями (високий, середній, низький), що забезпечує більші можливості для узагальнення та порівняльного аналізу результатів дослідження.

Коли ми порівняли отримані дані (у стенах) за цією методикою з нормативними значеннями, то отримали лише одну шкалу – автономія, показники якої наближаються до нормативних. Позитивні взаємини, управління середовищем, особистісне зростання, цілі в житті, само прийняття – показники за цими шкалами мають вражаючий низький рівень.

У ході теоретичного вивчення досліджуваної проблеми відмічено, що сучасними дослідниками статистично підтверджено прямий зв'язок психологічного благополуччя та емоційного інтелекту особистості. Це дало нам мотив для дослідження емоційної компетентності. Тому наступною методикою для емпіричного дослідження ми обрали тест емоційного інтелекту Н. Холла. Показниками емоційного інтелекту є емоційна обізнаність, управління власними емоціями, самомотивація, емпатія й розпізнавання емоцій інших людей [6].

Після проведення тестування всі відповіді респондентів отримали бали відповідно до ключа.

Отримані результати відображено в таблиці 3.

Емоційна обізнаність – це усвідомлення й розуміння своїх емоцій. У 9 досліджуваних із 20, це становить 45 % від загальної вибірки, виявлено низький рівень емоційної обізнаності. Таким людям важко зрозуміти, як поводити себе в тій чи іншій ситуації, вони не в змозі управляти подіями, можуть приймати неправильні рішення, тому що не розуміють себе та своїх емоцій. У меншій частині респондентів (35%, тобто 7 осіб) домінує середній рівень емоційної обізнаності. Це свідчить про деяку нездатність до об'єктивного оцінювання емоційних виявів. Ще менше учасників дослідження, це 4 особи, що, відповідно, становить 20% вибірки, мають високий рівень емоційної обізнаності. Вони здатні спостерігати зміну своїх переживань, аналізувати як негативні, так і позитивні емоції, розуміти джерело їх виникнення і проблеми, які їх спровокували.

Управління своїми емоціями – це емоційна відхідливість, емоційна гнучкість тощо, іншими словами, довільне керування своїми емоціями. Високий відсоток досліджуваних 75% (15 осіб) мають низький рівень здатності до управління своїми емоціями. Цей рівень характеризується тенденцією до «застряган-

ня» на негативно забарвлених переживаннях після несподіваних засмучень, зациклення на негативних емоціях. Також недостатньо виражений самоконтроль над своїми почуттями в конфліктних ситуаціях. Середній рівень управління своїми емоціями виявлено в 5 осіб (25% досліджуваних). Це характеризує їх як здатних викликати й підтримувати бажані емоції, тримати під контролем небажані. Жоден досліджуваний не має високого рівня управління своїми емоціями.

Самотивація – управління своєю поведінкою за рахунок управління емоціями. 65% респондентів, тобто 13 осіб, мають низький рівень самотивації. Такі досліджувані мають схильність відчувати труднощі в разі необхідності входити в стан спокою, готовності, зосередженості, відкидати негативні переживання, викликати в себе широкий спектр позитивних емоцій, діяти відповідно до запитів життя. У 15% вибірки (3 досліджуваних) середній рівень самотивації. Вони володіють усвідомленою системою цінностей, знають, чому поведуться так чи інакше в різних ситуаціях, здатні бачити мотиви інших людей, що робить їх практично невразливими для маніпуляторів. 20% досліджуваного колективу, що становить 4 особи, мають високий рівень самотивації. Це ті, хто може бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя. Такі люди здатні за необхідністю викликати в собі широкий спектр позитивних емоцій, творчо підходячи до життєвих проблем.

Емпатія – це розуміння емоцій інших людей, уміння співпереживати наявний емоційний стан іншої людини, так само готовність надати підтримку. Це вміння зрозуміти стан людини за мімікою, жестами, відтінками мови, позою. Майже в половині досліджуваних, у 9 осіб, що відповідає 45% групи, зафіксовано середній рівень здатності до емпатії, співпереживання і співчуття – схильності емоційно реагувати на переживання інших. У 6 осіб, які становлять 30% досліджуваних, домінує низький рівень емпатії. Цей рівень характеризується байдужістю до переживань і думок інших. Таких людей більше цікавлять власні думки й почуття. Найменший відсоток досліджуваних – 25% вибірки, а саме 5 респондентів, мають високий рівень здатності до емпатії. Це характеризує їх як здатних до розуміння іншої людини, глибокого такту, прагнення будувати взаємини на принципах взаємної довіри й альтруїзму.

Низький рівень розпізнавання емоцій інших людей притаманний 12 досліджуваним, що становить 60% загальної вибірки. Такі досліджувані не здатні розуміти почуття й наміри інших людей. Здатність розпізнава-

ти емоції інших людей на середньому рівні виражена в 5 респондентів (25%). У цих досліджуваних спостерігається тенденція до адекватності реагування на настрої, спонукання та бажання інших людей. Помірно виражене вміння впливати на емоційний стан оточуючих, заспокоювати їх, покращувати їхній настрій. Високий рівень здатності до розпізнавання емоцій інших людей виражений лише в 3 осіб, це 15% групи досліджуваних. Вони можуть оцінити міру зацікавленості людей, вони говорять і вміють заразити людей власними ідеями.

Порівняння отриманих даних таблиці 4 з нормативними значеннями демонструє нам лише одну шкалу – емпатія, показники якої наближаються до нормативних. За шкалами «емоційна обізнаність», «управління своїми емоціями», «самотивація», «розпізнавання емоцій інших людей» середньогруповий показник має низький рівень.

Висновки. Аналіз результатів дослідження показав, що показник низького рівня емоційного інтелекту досліджуваних цього закладу тісно перегукується з показниками дослідження психологічного благополуччя, які є теж дуже низькими.

Отримані результати вказують напрями майбутньої корекційно-розвивальної роботи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бочарова Е.Е. Взаимосвязь ценностных ориентаций, стратегий поведения и субъективного благополучия личности : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» / Е.Е. Бочарова. – Саратов, 2005. – 22 с.
2. Дяченко В.А. Теоретичні підходи до розуміння психологічного благополуччя особистості / В.А. Дяченко [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/old_jm/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2012_103_1/Dyachen.pdf.
3. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
4. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результат її апробації / С.В. Карсканова [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/old_jm/Soc_Gum/Ppsr/2011_1/1.pdf.
5. Носенко Е.Л. Позитивність Я-концепції особистості і її психологічне благополуччя / Е.Л. Носенко, І.Ф. Аршава, О.М. Знанецька. – Дніпропетровськ : Інновація, 2011. – 137 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М. : АСТ МОСКВА ; Владимир : ВТК, 2009. – 478 с.
7. Бреслав Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М., 2007. – 544 с.
8. Андреева И.Н. Развитие эмоциональной компетентности педагогов / И.Н. Андреева // Психология образования сегодня: теория и практика : материалы Международной науч.-практ. конф. – Минск, 2003. – С. 166–168.