

## **ВЛИЯНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ УЧИТЕЛЯ НА УРОВЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА.**

**Хусаинова Р.М.**

Аннотация. В статье рассматриваются особенности взаимосвязи коммуникативных характеристик личности педагога с уровнем профессионального стресса в процессе увеличения педагогического стажа. Зафиксировано, что определенный уровень профессионального стресса присутствует на протяжении всей педагогической деятельности учителя. Выявлено, что показатель «уровень профессионального стресса» является системообразующим практически на протяжении всей профессиональной деятельности педагога. Особенностью межличностного общения учителя является преобладание установок на бесконфликтность, установка на согласование в контактах с окружающими. Профессиональный стресс взаимосвязан как с коммуникативными, так и с эмоционально-личностными показателями; отрицательно воздействует на такие показатели как эмоциональная устойчивость, общительность, смелость, практичность, новаторские способности учителя и его независимость в отношениях.

Ключевые слова: профессиональный стресс, педагогическая деятельность, коммуникативные качества личности учителя.

Изучение педагогической деятельности в аспекте подверженности ее профессиональному стрессу остается актуальным на протяжении последних десятилетий. Тезис о том, что деятельность учителя занимает одно из первых мест в списке профессий, представляющих реальную угрозу стрессового воздействия трудно опровергнуть, тем более, что в последнее время именно фрустрированность, тревожность, изможденность и выгорание ряд авторов [1, 2, 3, 4] выделяют как проявление стресса. Такие особенности преподавательского труда как восприятие и осмысление одновременно коммуникаций разнообразного рода; взаимодействие учителя с учащимися, родителями учеников, коллегами, как разными социальными группами не только на рабочем месте, но и вне школы; постоянная внеурочная работа; ответственность учителя не только за результат обучения, но и за жизнь детей

все чаще характеризуют как стрессогенные факторы. Все перечисленные факты обуславливают не только возможность развития у педагогов состояния стресса, но и специфические особенности его проявления в личности самого педагога. Так, А.О.Прохоров [5], связывает работу учителя с возникновением в структуре характера педагога негативных черт. Потому как коммуникативные качества личности учителя, являясь специфическими для педагогической деятельности, входят в состав профессионально-обусловленных свойств, мы поставили задачу изучить взаимовлияние коммуникативных особенностей учителя и профессионального стресса.

В экспериментальном исследовании приняли участие 132 учителя, которых мы условно разделили на три группы: учителя со стажем до 10 лет, 11-20 лет, 21-30 лет. Использовались следующие методики: «Шкала профессионального стресса» (Е.И.Рогов, Д.Фонтана), предназначенная для выявления уровня стресса; «Диагностика межличностных отношений» (методика Т.Лири, Г.Лефорж, Р.Сазек), многофакторный опросник Р.Кэттелла.

Анализ полученных данных позволяет констатировать, что значения средних показателей профессионального стресса во всех исследуемых группах соответствуют умеренному уровню. Среднее значение результатов данного теста во II группе показало незначительное, статистически не значимое понижение уровня умеренного стресса в сравнении с I группой, что согласуется с данными [6], в которых указывается, что учителям со стажем работы более 15 лет свойственно наличие хронического стресса и синдрома эмоционального выгорания. Адаптация к профессии учителя, скорее всего, завершена, однако, стрессорный фактор не исчезает. В качестве различных факторов, влияющих на устойчивость к стрессу, ряд исследователей называют значимость события для личности, субъективную оценку личностью ситуации, личностный смысл. Следующим этапом мы проанализированы данные, полученные по методике «Диагностика межличностных отношений». Анализ полученных в I группе результатов и интерпретация средних показателей

теста позволил сделать нам следующие выводы: по всем октантам средние показатели не превышают критического значения, что говорит об отсутствии у испытуемых акцентуации свойств, определенных октантами. Однако анализ верхних пределов нормы позволил выделить следующие тенденции в характеристике типов межличностных отношений: учителям первой группы свойственны преобладание конформных установок, установка на бесконфликтность в контактах с окружающими (сотрудничающий, альтруистический типы межличностных отношений), податливость мнению окружающих, склонность к компромиссам (покорно-застенчивый). Верхний предел нормы имеет и 1 октант (авторитарный тип межличностных отношений), который, как мы предполагаем, вероятно, больше свойственен молодым учителям в отношениях с учениками, как более легкий, не требующий постоянной работы над собой. Анализ полученных результатов по II группе показал похожие результаты. Фиксируем верхние пределы нормы показателей 7 и 8 октант, представляющих соответственно сотрудничающий и альтруистический тип межличностных отношений. В III группе верхние пределы нормы фиксируются в тех же 7 (сотрудничающий) и 8 (альтруистический) октантах. Таким образом, особенностью общения учителя на протяжении всей профессиональной деятельности является преобладание сознательной уступчивости, подчинения, установки на конгруэнтность в контактах с окружающими.

Далее мы проанализировали показатели по тесту Кэттелла. Учителям первой группы свойственна прямолинейность, самоконтроль и высокая тревожность. Анализ средних показателей по данному тесту во II группе позволяет фиксировать снижение показателей факторов А (общительность), В (сообразительность), С (эмоциональная устойчивость), Е (подчиненность), F (серьезность), Н (робость), I (чувствительность), L (подозрительность), N (прямолинейность), О (тревожность), Q3 (высокий самоконтроль) и Q4 (напряженность). А это позволяет заметить, что эмоционально-волевые качества (факторы С, I, О, Q3, Q4), а также коммуникативные свойства и

особенности межличностного взаимодействия (факторы А, Н, F, E, N, L), могут привести к сужению круга общения, эмоциональной отстраненности от учеников, заниженной самооценке самого учителя. Положительная тенденция в изменении качеств личности касается профессионального роста педагога, что подтверждается ростом следующих факторов: Q1 (склонность к новаторству), Q2 (самостоятельность), М (практичность), G (выраженная сила «я»). Возможно, в данной группе стресс проявляется через изменение эмоционального состояния испытуемых и их личностных качеств. Особенности профиля личности по III группе учителей позволяют нам охарактеризовать его как общительного, сообразительного, жесткого, практичного, с высоким самоконтролем, склонностью к новаторству. Но в тоже самое время, у него проявляются и такие черты характера, как подчиненность, робость, тревожность и неискренность.

Несмотря на существование тенденции к росту или понижению значений некоторых факторов, большинство из них оставались в границах своей половины шкалы, то есть имеют положительный (+) или отрицательный (-) полюс. Изменяющимися категориями оказались факторы А (общительность), L (подозрительность), Q4 (напряженность). Именно в них зафиксированы существенные скачки значений. Соответственно, можно предположить, что эти факторы являются индикаторами возникающих изменений в личности педагога, связанных с особенностями педагогической деятельности и именно на них должна опираться коррекционная работа с педагогами. Итак, анализ особенностей межличностного взаимодействия учителей исследуемых групп позволяют составить обобщенный образ учителя: склонный к сотрудничеству, гибкий в общении, при том что компромисс чаще является способом решения проблем. Учитель деликатен, умеет подбодрить и успокоить окружающих, но, к сожалению, часто не позволяет себе проявить возникающие эмоции и часто испытывает отрицательно окрашенные состояния. Анализ личностных качеств учителей описываемых групп характеризует их как контролирующих свои эмоции и поведение, несколько тревожных, недооценивающих свои

возможности. В общественных контактах наблюдается формальность и сужение круга общения.

Анализ взаимосвязей между исследуемыми показателями был следующим этапом нашего исследования. Была поставлена задача определить, насколько эмоциональные, коммуникативные, личностные качества учителя взаимосвязаны с показателем уровня профессионального стресса и каков характер изучаемых взаимосвязей. Для каждой из трех групп испытуемых были составлены матрицы интеркорреляций.

В I группе учителей центральными системообразующими показателями, являются: фактор С (эмоциональная устойчивость) – 9 связей; 7 октант (сотрудничающий тип межличностных отношений), уровень профессионального стресса – по 6 связей; фактор Q3 (самоконтроль), F (серьезность), 5 (покорно-застенчивый тип межличностных отношений) и 8 октанты (альтруистический) – по 5 связей. Показатель «уровень профессионального стресса» имеет обратные корреляции с факторами А (общительность) ( $p \leq 0,05$ ), С (эмоциональная устойчивость) ( $p \leq 0,01$ ), Н (смелость) ( $p \leq 0,05$ ), М (практичность) ( $p \leq 0,05$ ). И, соответственно, при повышении уровня стресса изменяются значимые для педагога как профессионала качества личности - эмоциональная устойчивость, общительность, смелость и практичность. Соответственно, работа по формированию эмоциональной устойчивости педагога будет способствовать понижению уровня профессионального стресса.

Системообразующими показателями, имеющими наибольшее количество связей во II группе являются: 4 октант (недоверчиво-скептический тип межличностных отношений) – 7 связей; «уровень профессионального стресса», 1 октант (авторитарный тип межличностных отношений) – по 6 связей; 8 октант (альтруистический тип межличностных отношений) – 5 связей; 5 октант (покорно-застенчивый тип межличностных отношений), фактор I (чувствительность), Q4 (напряженность), – по 4 связи; F (серьезность), С (эмоциональная устойчивость) – по 3 связи. В анализе

взаимосвязей по показателю «уровень профессионального стресса» отметим, что прямая взаимосвязь относится к показателю фактор Q4 (напряженность) при  $p \leq 0,01$ . 4 октант как системообразующий показатель находится в обратной зависимости с факторами MD (искренность) ( $p \leq 0,01$ ), I (чувствительность) ( $p \leq 0,05$ ), Q3 (самоконтроль) ( $p \leq 0,001$ ), и в прямой зависимости с фактором M (практичность), 3 октант (агрессивный). Анализ показателей по 4 октанту позволяет интерпретировать учителя данной группы как скептика, неконформного, реалистичного в суждениях и поступках, критичного по отношению к окружающим. Тенденция к замкнутости, скрытности и недоверчивости к окружающим будет увеличиваться, при изменении (увеличении в случае прямой зависимости и уменьшении – в случае обратной зависимости) находящихся во взаимосвязи с данным октантом показателей.

Корреляционный анализ взаимозависимости показателей в III группе показывает, что системообразующими показателями в данной группе являются факторы F (серьезность) – 6 связей, O (тревожность), E (подчиненность), 5 октант (покорно-застенчивый тип межличностных отношений), – по 4 связи. Показатель «уровень профессионального стресса» в данной группе имеет всего одну прямую зависимость с показателем O (тревожность) ( $p \leq 0,05$ ). С точки зрения нашего исследования очень интересен фактор O (тревожность), который находится в прямой зависимости с уровнем профессионального стресса ( $p \leq 0,05$ ) и в обратной зависимости с фактором Q1 (склонность к новаторству) ( $p \leq 0,05$ ) и октантом 2 (независимо-доминирующий тип межличностных отношений) ( $p \leq 0,05$ ). Это значит, что рост тревожности у педагогов вызывает увеличение уровня стресса и личностной тревожности, неблагоприятно влияет на новаторские способности учителя и его независимость в отношениях. Также выявился ряд взаимосвязей с фактором A (общительность), который находится в прямой зависимости с октантами 7 (сотрудничающий тип межличностных отношений) ( $p \leq 0,05$ ), 8 (альтруистический тип межличностных отношений) ( $p \leq 0,05$ ) и в обратной зависимости с 4-м октантом (недоверчиво-скептический тип межличностных

отношений) ( $p \leq 0,01$ ). Рост общительности при увеличении сотрудничества и альтруизма по отношению к окружающим естественен, как естественно и то, что недоверчивый человек ограничивает себя в общении.

Сравнение корреляционных связей по трем группам позволяет нам сделать некоторые выводы: в I и II группах сохраняющимися системообразующими показателями являются «уровень профессионального стресса», 8 октант (альтруистический тип межличностных отношений), факторы F (серьезность), С (эмоциональная устойчивость), 5 октант (покорно-застенчивый тип межличностных отношений). В III группе связей значительно меньше, чем в I и II группах. Системообразующими показателями, сохранившимися и в III группе остались: фактор F (серьезность), 5 октант (покорно-застенчивый тип межличностных отношений).

Итак, нами зафиксировано, что профессиональный стресс взаимосвязан как с коммуникативными, так и с эмоционально-личностными показателями; отрицательно воздействует на такие показатели как эмоциональная устойчивость, общительность, смелость, практичность, новаторские способности учителя и его независимость в отношениях. Перспективным направлением исследования в рамках обозначенной темы видится реализация авторской программы, направленной на формирование стрессоустойчивости учителей.

#### **Список литературы.**

1. Баранов А.А. Стрессоустойчивость и мастерство педагога / А.А.Баранов. – Ижевск : Изд-во Удмуртского ун-та, 1997. – 108 с.
2. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя / Л.М.Митина. – М. : Флинта, 1998. – 156 с.
3. Сыманюк Э.Э. Профессионально обусловленные деструкции педагогов / Э.Э.Сыманюк // Мир психологии. – 2004. - № 3. – С. 202-207.
4. Эмоции человека в нормальных и стрессорных условиях / Яроцкий А.И., Космолинский Ф.П., Попов А.К.; под общ. редакцией А.И.Яроцкого,

- И.А.Криволапчука. – Гродно : Изд-во Гродненского ун-та им. Я.Купала –, 2001. – 492 с.
5. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний в учебной и педагогической деятельности / А.О.Прохоров // Вопросы психологии. – 1991. – № 5. – С. 156-161.
6. Хусаинова Р.М. Теоретические и практические основания исследования психологического здоровья учителя в педагогической деятельности / Вестник КазНУ (Казахский национальный университет имени аль-Фараби), Серия психологии и социологии, № 4 (39). – Алматы: Изд-во КазНУ, 2011. – С.70-76.

## THE EFFECT OF COMMUNICATIONS QUALITIES OF TEACHERS PERSONALITY ON THE LEVEL OF OCCUPATIONAL STRESS

Khusainova R.M.

Abstract. The article discusses the dependence of communicative personality characteristics of the teacher and the level of occupational stress by increasing teaching experience.

Recorded that a certain level of occupational stress is present throughout a teacher's work. Revealed that the rate of the "level of occupational stress" is a system almost throughout professional educator.

Interpersonal communication feature is the predominance of teachers on conflict-free installations, installation for approval in contacts with others. Occupational stress is interconnected with communication as well as with emotional-personal performance; negative impact on indicators such as emotional stability, sociability, courage, practicality, innovation ability of the teacher and his independence in a relationship.

Keywords: professional stress, teaching activities, communication skills teacher's personality.

Сведения об авторе.

Хусаинова Резеда Мунировна  
Казанский (Приволжский) федеральный университет,  
Институт психологии и образования, кафедра психологии,  
доцент, кандидат психологических наук.  
Тел. 8-917-265-12-76

R.M.Khusainova  
Associate professor, M. Mezhlauk St., 1, Kazan, Russia, 420008.

