

Балтабаев Н.Қ.¹, Тоқсанбаева Н.Қ.², Турдалиева Ш.Т.³, Наубаева Х.Т.⁴

¹ PSILK WAY Халықаралық университеті, (Шымкент, Қазақстан)

² Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университеті (Алматы, Қазақстан)

³ М.Х.Дулати атындағы Тараз өңірлік университеті. (Қазақстан, Тараз)

⁴ І.Жансүгіров атындағы Жетісу мемлекеттік университеті, (Талдықорған, Қазақстан)

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНОЕ КАЧЕСТВО ЛИЧНОСТИ УЧИТЕЛЯ

Түйіндеме

Мақалада, мұғалімнің кәсіби-педагогикалық даярлығының сапасын арттыру- білім беру жүйесінің алдында тұрған бірінші кезектегі міндет. Алайда психологиялық-педагогикалық зерттеулерді талдау кезінде мұғалімнің дайындық деңгейі қазіргі заманғы мектеп талаптарына толық сәйкес келмейтін жағдайына қатты алаңдайтынын көрсетеді. Әсіресе, мұғалімдердің эмоциялық тұрақтылығын (ЭТ) қалыптастыру мәселесі аз зерттелген. Білім беру жүйесінің қазіргі тәжірибесін талдау қазіргі таңда педагогтың өзін-өзі табысты жүзеге асыруына қажетті мұғалімнің ЭТ-ін қалыптастырудың біртұтас жүйесінің жоқтығын көрсетеді. Осылайша, ЭТ педагогтың эмоциялық мәдениеті мен кәсіби құзыреттілігінің қажетті құрамдас бөлігі және жеке тұлғаның интегративті қасиеті болып табылады, ол индивидуумның психикалық қызметінің эмоциялық, ерік, зияткерлік және мотивациялық компоненттерінің өзара әрекеттесуімен сипатталады, күрделі эмоциялық жағдайда қызмет мақсатына оңтайлы табысты қол жеткізуді қамтамасыз етеді.

Кілттік сөз: эмоциялық тұрақтылық, мұғалім, кәсіп, білім жетілдіру мекемесі, қабілеттілік, кәсіби-педагогикалық даярлық, психологиялық, педагогикалық, зерттеу.

Балтабаев Н.Қ.¹, Тоқсанбаева Н.Қ.², Турдалиева Ш.Т.³, Наубаева Х.Т.⁴

¹ Международного университета SILKWAY, (Шымкент, Казахстан)

² Казахский национальный университет имени аль-Фараби, (Алматы, Казахстан)

³ Таразский региональный университет им. М.Х. Дулати, (Тараз, Казахстан)

⁴ Жетысуский государственный университет им. И. Жансугурова, (Талдықорған, Казахстан)

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНОЕ КАЧЕСТВО ЛИЧНОСТИ УЧИТЕЛЯ

Аннотация

Повышение качества профессионально-педагогической подготовки учителя-первоочередная задача, стоящая перед системой образования. Однако анализ психолого-педагогических исследований показывает, что учителя сильно обеспокоены состоянием, при котором уровень подготовки не полностью соответствует требованиям современной школы. Особенно мало изучена проблема формирования эмоциональной устойчивости учителей (ЭУ). Анализ современного опыта системы образования показывает, что в настоящее время отсутствует целостная система формирования ЭУ учителя, необходимая для успешной самореализации педагога. Таким образом, ЭУ является необходимым компонентом эмоциональной культуры и профессиональной компетентности педагога и интегративным свойством личности, характеризующимся взаимодействием эмоционального, волевого, интеллектуального и мотивационного компонентов психической деятельности индивида, обеспечивающим оптимальное успешное достижение цели деятельности в сложных эмоциональных условиях.

Ключевое слово: эмоциональная устойчивость, учитель, профессия, образовательное учреждение, способности, профессионально-педагогическая подготовка, психолого-педагогическая, исследовательская.

Baltabaev N.K.¹, Toxanbayeva N.K.², Turdaliyeva Sh.T.³, Naubaeva H.T.⁴

¹ SILK WAY International University, (Kazakhstan, Shymkent)

² al-Farabi Kazakh National University, (Almaty, Kazakhstan)

³ Taraz regional university named after M.Kh.Dulaty, (Kazakhstan, Taraz)

⁴ Zhetysu State University named after I.Zhansugurov, (Taldykorgan, Kazakhstan)

EMOTIONAL STABILITY AS A PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITY OF THE TEACHER'S PERSONALITY

Abstract

Improving the quality of professional and pedagogical training of teachers is a priority task facing the education system. However, the analysis of psychological and pedagogical research shows that teachers are very concerned about the state in which the level of training does not fully meet the requirements of modern schools. The problem of forming emotional stability of teachers (ES) is particularly poorly studied. The analysis of the modern experience of the education system shows that at present there is no complete system for forming the teacher's ES, which is necessary for the successful self-realization of the teacher. Thus, ES is a necessary component of the emotional culture and professional competence of the teacher and an integrative property of the individual, characterized by the interaction of emotional, volitional, intellectual and motivational components of the individual's mental activity, ensuring optimal successful achievement of the goal of activity in difficult emotional conditions.

Key word: *emotional stability, teacher, profession, educational institution, abilities, professional and pedagogical training, psychological and pedagogical, research.*

Соңғы онжылдықта болып жатқан қоғамдық құрылымдағы трансформациялар білім беру жүйесіндегі елеулі өзгерістерге себепші болды. Мектеп әлеуметтік институт бола отырып, әлеуметтік-экономикалық өзгерістерді көрсетеді. Өскелең ұрпақ, бәлкім, социумның ең сезімтал қасиетінің бірі болып табылады, демек, басқа да психологиялық қолдау, көмек қажет. Әлеуметтік құрылғының өзгеруі адамдардың қоғамдағы қарым-қатынасының сипатына әсер етеді. Білім берудегі ізгілендіру үрдістеріне, педагогикадан "білім, білік, дағды", қалыптастыру педагогикасы — даму педагогикасына көшуге байланысты өзгерістер практикалық педагогикалық психологияны дамыту үшін қажетті алғышарттар жасайды, оның ішінде білім беру психологының жеке мәселелері мен қызметіне арналған ғылыми зерттеулердің қажеттілігін қамтамасыз етеді.

Мұғалімнің кәсіби-педагогикалық даярлығының сапасын арттыру- білім беру жүйесінің алдында тұрған бірінші кезектегі міндет. Алайда психологиялық-педагогикалық зерттеулерді талдау кезінде мұғалімнің дайындық деңгейі қазіргі заманғы мектеп талаптарына толық сәйкес келмейтін жағдайына қатты алаңдайтынын көрсетеді. Білім беру жүйесінің басты мақсаты бүгінгі күні "Білім өндірісі" емес, "маманның жеке басын өндіру" болып табылады. Әсіресе, мұғалімдердің эмоциялық тұрақтылығын (ЭТ) қалыптастыру мәселесі аз зерттелген. Білім беру жүйесінің қазіргі тәжірибесін талдау қазіргі таңда педагогтың өзін-өзі табысты жүзеге асыруына қажетті мұғалімнің ЭТ-ін қалыптастырудың біртұтас жүйесінің жоқтығын көрсетеді. ЭТ қалыптастыруға қатысты мәселенің теориясы мен тәжірибесінің жеткіліксіз әзірленуі оқытушының кәсіби-педагогикалық дайындық процесіндегі оның рөлін бағаламаумен, заманауи білім берудегі педагогтың жеке тұлғасына және қызметіне қойылатын талаптардың өзгеруімен және оның кәсіби дайындығындағы кемшіліктермен түсіндіріледі. Қазіргі оқу-тәрбие процесі мұғалімнің жеке тұлғасына, оқушылармен тиімді қарым-қатынас жасау үшін қажетті қасиеттеріне үлкен талаптар қояды. Мұғалімдерде қалыптасуға тиіс көптеген қасиеттердің ішінде ең маңыздысы - "өзін-өзі меңгеру" қабілеті ретінде бөлінеді. Қазіргі мектеп мұғалімнен эмоциялық тұрақтылықты, тепе-теңдікті, үлкен төзімділікті талап етеді. Өз тәрбиеленушілерге деген сүйіспеншіліктің жоғары сезімі өзін-өзі ұстаудың жоғары деңгейімен, өз эмоцияларын басқара білуімен үйлесуі тиіс. Қазіргі педагогтардың басым бөлігінде кәсіби қызметтегі эмоциялық шиеленіс жағдайы, психикалық функциялардың тұрақтылығының төмендеуі және жұмысқа қабілеттіліктің төмендеуі байқалады. Сонымен қатар, жиі қайталанатын жағымсыз эмоциялық жағдайлар педагогтың теріс тұлғалық қасиеттерін (тітіркендірушілік, мазасыздық, пессимизм және т.б.) бекітуге әкеледі, бұл әртүрлі психосоматикалық ауруларды тудыра отырып, педагогикалық қызметтің тиімділігіне және денсаулыққа кері әсерін тигізеді [1, 110 б].

Эмоциялық тұрақтылықты қалыптастыру педагогтардың кәсіби дайындығының ең маңызды

жақтарының бірі болып табылады. ЭТ белсенділікті, жұмысқа қабілеттілікті сақтауға, оқушылармен, ата-аналармен және әріптестермен тиімді өзара іс-қимыл жасауға, жұмыстан қанағаттануға және ерте кәсіби "жанудан" аулақ болуға көмектеседі. Гуманитарлық саладағы маманды кәсіби даярлау мәселесіне келер болсақ, Білім беру сапасын бағалау негізіне ең алдымен жоғары деңгейдегі кәсіби қызметке жарамдылығы болуы тиіс деген сөзін келтіруге болады. Ізгілендіру жағдайында нақты мамандық үшін емес, кәсіпқойды тәрбиелеу рөлі басым болып табылады. Сондықтан, кәсіби дайындық жүйесі тек кәсіби пәнге ғана емес, сонымен қатар мамандыққа да бағытталуы тиіс. И. А. Зимний анықтауы бойынша кәсіпқойлық-бұл адамға кәсіби қызметпен талап етілетін міндеттерді барабар шешу қабілетін қамтамасыз ететін білім, білік жиынтығы".

А. А. Леонтьев бойынша кәсіпқойлық - бұл "кәсіби міндеттерді шешудің дұрыстығы, дәлдігі, жылдамдығы және кең түрде ауысуы". В. И. Кудзоева кәсібилікті "мамандықты жақсы меңгеру, яғни оны жоғары біліктілік деңгейінде меңгеру" деп анықтайды. Алайда, кәсіптік білім беру құрылымындағы және кәсіптік қызметтегі барлық өзгерістер кезінде де бірінші орында білім тасымалдаушы ретінде адам қалады, өйткені ол білімді өндіріс саласына шебер үйретеді. Сондықтан ЭТ құрамына кіретін оның жеке қасиеттері мұқият зерттеуді талап етеді. ЭТ ұғымының анықтамаларының едәуір саны бар, алайда олардың көпшілігі әр түрлі айырмашылықтарға ие. Л. М. Митина ЭТ-ды "бейімделуді сақтай отырып, педагогикалық және психологиялық қиындықтарға қарсы тұру қабілеті" деп анықтайды[2] және бұл сапаны педагог қызметі үшін кәсіби маңызды деп санайды. В. М. Писаренко жеке тұлғаның ЭТ-ны "жұмысқа қабілеттілікті арттыратын адамның эмоциялық жағдайдың өзгеруімен шиеленіскен жағдайларға жауап беру қабілеті". О. А. Сиротин ЭТ анықтамасына жүйке және дене төзімділігін сипаттайтын параметрлер кіреді-адамның күрделі және жауапты міндеттерді қиын эмоциогендік жағдайда табысты шешу қабілеті "деп түсіндіреді[3].

Осылайша, ЭТ педагогтың эмоциялық мәдениеті мен кәсіби құзыреттілігінің қажетті құрамдас бөлігі және жеке тұлғаның интегративті қасиеті болып табылады, ол индивидуумның психикалық қызметінің эмоциялық, ерік, зияткерлік және мотивациялық компоненттерінің өзара әрекеттесуімен сипатталады, күрделі эмотивтік жағдайда қызмет мақсатына оңтайлы табысты қол жеткізуді қамтамасыз етеді. Эмоциялық тұрақсыздығы педагогикалық қызметтің тиімділігін төмендетеді және адамның тіршілік әрекетінің толыққанды кәсіпқойлығы үшін кедергі болады. Эмоциялық тұрақсыздық мұғалімнің (оқытушының) өзіндік субъективті ерекшеліктеріне сәйкес өз әрекеттерін түзете алмауымен байланысты. Бұл қиындықтар өзін-өзі бақылаудың, өзін-өзі түзетудің жетіспеушілігінен (А. К. Маркова) тұлғалық, пәндік-кәсіби және қызметтік өзін-өзі реттеудің жеткіліксіз көріністерінен туындайды.

Жоғарыда аталған қиындықтардың көпшілігі педагогтың кәсіби маңызды қасиеттерін қалыптастыру мен дамытуға бағытталған арнайы тренингтермен (Хмелюк Р. И., Курлянд З. Н., Шевченко Н. А.[4], Черникова А. А. [5] Митина Л. М. [6] және т. б.), сондай-ақ өз бетінше түзетумен де дұрысталуы мүмкін. Келтірілген деректерді түйіндей келе, мұғалім ең алдымен, эмоциялық тұрақсыздықтың мәні, оқу-тәрбие жұмысы барысында шамадан тыс уайымның жағымсыз салдарларының ықтималдығы, жеке-психологиялық ерекшеліктері, өз эмоцияларын басқару әдістері мен тәсілдері туралы білуі тиіс. Педагог өзінің кәсіби іс-әрекеттері үшін жеке жауапкершілігін сезінуі қажет. Мұғалімдердің кәсібилігін арттыру, біздің ойымызша, эмоциялық тұрақсыздықты ескерту және оны барынша азайту көзделуге тиіс, яғни педагогтардың жеке-кәсіби өзін-өзі сақтау туралы айту қажет. Осыған байланысты, кәсіби қызметтің әртүрлі шиеленісті факторларына эмоциялық тұрақтылық мұғалім тұлғасының кәсіби маңызды сапасы ретінде қаралады. Осы сапаны дамытуға білім беру процесін ізгілендіру жағдайында мұғалімді даярлау жүйесіне ерекше назар аудару қажет.

Қазіргі әдебиетте эмоциялық тұрақтылықтың жеке айырмашылықтарының табиғаты туралы үш көзқарас қалыптасқан. Бірінші көзқарас бойынша, жекелеген айырмашылықтар жүйке жүйесінің қасиеттерімен тікелей байланысты. Басқа зерттеушілердің пікірінше, төтенше жағдайлардағы тұрақтылық тек жеке қасиеттерге байланысты, мысалы, ерік-жігер, табандылық т.б. Үшінші бағыт – бұл соңғы тәсілдерді жақындастыруға тырысумен сипатталады.

Жүйке жүйесі қасиеттерінің эмоциялық тұрақтылықтың жеке өзіндік ерекшеліктерін анықтайтын физиологиялық детерминант ретіндегі рөлін зерттеу біршама қайшылықты көрініс тапты. Сондықтан, В.В. Белоус зерттеуі бойынша В.С.Мерлин мектебінде жүйке жүйесінің қасиеттерімен салыстырғанда темперамент қасиеттерінің бірі ретінде түсіндірілетін эмоциялық тұрақтылық – күшке тәуелсіз, бірақ тежеу процесінің динамикасына байланысты болып шықты. Р.И.Аллагуловтың жұмысында эмоциялық тұрақтылық жүйке жүйесінің күштілігімен теріс байланыста болады (дегенмен оның тек

бір көрсеткішімен ғана). Р. П. Мильруд эмоциялық тұрақтылықтың жүйке жүйесінің күші мен құбылмалылығына оң тәуелділігін тапты [7].

"Эмоциялық тұрақтылық" терминін біздің түсінігіміз Л. М. Митинаның еңбектеріне негізделген, онда бұл ұғым мұғалімнің кәсіби маңызды сапасы болып табылады, оның дамуы мен қалыптасуы педагогикалық қызметтің тиімділігін (өнімділігін) қамтамасыз етеді [6], сондай-ақ Н. Д. Левитовтың "фрустрациялық төзімділік" ұғымының ашылуына, өмірлік, оның ішінде психологиялық бейімделуді жоғалтпай кәсіби қиындықтарға қарсы тұру қабілеті ретінде қарастырылады. Болашақ мұғалімнің ЭТ дамуының табыстылығы бірқатар факторларға негізделген, олардың ішінде: субъективті және рефлексивті тәжірибе факторы (О. С. Газман, И. С. Якиманская), құндылық тәжірибе (Е. В. Бондаревская), операциялық тәжірибе (С. Т. Шацкий), ынтымақтастық тәжірибесі (А.В. Мудрик) ерекше атап өткен жөн.

Мұғалім бейнесін оқушы арқылы салыстыру біріншіден, оқушының бейнесі анық, нақты және толық екенін көрсетеді. Егер мұғалім бейнесінің сипаттамасында психологтар үш нақты тұлғалық конструктіні ("жабық", "жасырын", "үрейлі") бөлсе, онда оқушының бейнесінің сипаттамасында — сегіз ("үрейлі", "үрейлі", "эмоциялық" "шашыраңқы", "тұйық", "күдікті", "жабық"). Мұғалім бейнесіндегі қалған конструкторлар "бейтарап" бола отырып, айқындық дәрежесі бойынша оң жаққа, оқушының бейнесі - қарама-қарсы, жағымсыз жағдайға жақындайды.

"Оқушы" және "мұғалім" рөлдік ұстанымдары психологтардың ұсынымдарында "күдіктілік" сияқты жеке конструктивтілікке ие. Бұл психологтардың білім беру жүйесіне педагогикалық үдерістің барлық субъектілерінің күдіктілік танытуына жағдай жасайтын жүйе ретіндегі қарым-қатынасын сипаттайды, мұғалім мен оқушының образдарында психологтар күдіктілікті "аландаушылықпен" және "жабықтықпен" байланыстырады.

Мұғалімнің кәсіби даму концепциясы арнасында [8] эмоциялық икемділік-педагогпен қатар, мұғалім тұлғасының интегралдық сипаттамаларының бірі ретінде бөлінеді. Эмоционалдық икемділік физиологиялық негізде болса да,

түзету мен дамытуға беріледі. Тәжірибе көрсеткендей, мұғалімдердің көпшілігінде эмоционалдық икемділік дамымаған.

Бұл мұғалімдердің:

- эмоционалдық икемділікті дамыту қажет деп санамайды;
- өз көзқарасын, оң эмоцияларын, эмоционалдық қарым-қатынасты көрсете алмай жатуы
- теріс эмоцияларды ұстай алмайды.

Сауалнамасы эмоционалдық икемділігі дамымаған немесе жоқ мұғалімдердің келесі топтарын бөліп көрсетуге мүмкіндік берді.

Жеткілікті дамыған эмоционалдық икемділік:

- кез келген (оң және теріс) деп санайтын мұғалімдердің эмоциялары мен сезімдерін білдіретін іс-қимылдар оқушылармен өзара қарым-қатынас кезінде кедергі келтіреді деп санайды;
- оң көзқарасты ұстап тұру қажет екеніне сенімді мұғалімдер бұл пәнге теріс әсер етеді, сондықтан эмоциялар мен сезімдерді білдіру артық деп санайды;
- қажетсіз деп ойлайтын мұғалімдер кез келген эмоциялар білдіре береді

Мұғалімдер эмоционалдық сауаттылығын, мәдениеттілігінің маңыздылығын көрсетіп, зерттегендер: Ф. Н. Гоноволлин, Б. И. Додонов, Н. В. Кузьмина, Н. Д. Левитов, Р. П. Мильруд, Н. Ж. Полехина, А. О. Прохоров, М. М. Рубинштейн, С. В. Субботин, А. С. Шафранова, А. Я. Чебыкин, Г. Х. Шингаров және басқалар. Педагогтардың жиі өзін ұстай алмауы, немесе эмоциясын білдірмегені мынадай жағдайларға алып келетіні анықталған:

- оқыту мен тәрбиелеудің тиімділігін төмендетеді;
- оқушылармен және әріптестермен өзара қарым-қатынаста жанжалды арттырады;
- сипатты және кәсіби құрылымда пайда болуы мен бекітілуіне ықпал етеді-жағымсыз қасиеттер, денсаулықты бұзады;
- жоғары ситуациялық шиеленісті, агрессивті өзін-өзі қорғауды және оқушылардың әлсіз әлеуметтік бейімделуі;
- шығармашылық белсенділікті бәсеңдетеді.

Эмоциялық икемді даму деңгейі жоғары мұғалім деп вербалды және вербалды емес сезімдер мен мақсатты оқушылармен қарым-қатынаста болжауға болады:

- педагогикалық қарым-қатынасты байытады, оны эмоционалды қанық етеді;
- оқушыларда психологиялық қорғаныс пен қауіпсіздік сезімін қалыптастырады;

- педагогикалық қызметтің жоғары өнімділігіне қол жеткізуді қамтамасыз етеді;
- оқушылардың даралығын дамытуға оң әсер етеді.

Жоғарыда айтылғандардың барлығы эмо деңгейін арттыру қажет деген қорытынды жасауға мүмкіндік береді-

олардың назарын эмоционалдық дамудың маңыздылығына аудару- және өзін-өзі реттеу және өзін-өзі көрсету тәсілдерін үйрету.

Мұғалімнің эмоциялық икемділігін дамыту құралдарының бірі-элеуметтік-психологиялық тренинг (СПТ), атап айтқанда "тұлғалық өсу тренингі".

Мәскеу және Омск мектептерінде өткізілген зерттеу- мұғалімнің оқушылармен қарым-қатынасы мұғалімдер үшін өзекті мәселе емес деп көрсеткен (психологиялық климат және т. б.).

Бірінші орынға мұғалімдер өз-өзіне қанағаттанбаушылық мәселесін қояды (ата-анасымен, жұбайларымен, балаларымен, достарымен, таныстарымен, бұдан әрі-әріптестермен өзара қарым-қатынас).

Мұғалімдерге "тренингтік сабақта нені үйренгісі келді және нені білгісі келді" деген сұраққа жауап келесідей болды:

- өзінді сүйеге үйрену;
- өзіне сенімді болу;
- "жоқ" деп айтуды үйрену, манипуляторлармен өзара әрекеттесуді үйрену;
- айналасындағылармен ашық болу;
- айналадағыларға тәуелді болу (формаланбаған));
- өзін тану;
- ұстамды болу, өзін, өз жағдайын басқаруды үйрену[9].

Мұғалімдердің сұранысы СПТ-ның бірінші кезеңінің мазмұнын анықтады. Ол дамуға арналды өзін-өзі тану, рефлексия, "мен" жаңа бейнесін құру, өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыру, яғни жеке тұлға-педагогтердің өсуі. Бұл дағдылар, жеке өзгерістер өзара қарым-қатынас саласында қажет-

"мұғалім — оқушы" моделінің өзгеруіне әсер етеді.

оқушылар, бірақ бірінші кезеңде өзін-өзі тануға баса назар аударылады.

"Ересектер-бала" қарым-қатынасы мәселесі қозғалып, бірақ тек контекст "мұғалім — оқушы" емес, "ата — ана-бала" мұғалім).

Сонымен қорыта айтқанда, эмоциялық тұрақтылық білім беру жүйесі мұғалімдердің кәсіби өтілімен байланысты және олардың кәсіби дамуы барысында құлдырау мен көтерілу болуымен сипатталады және білім беру жүйесі мұғалімдердің эмоциялық тұрақтылығына қарым-қатынастың психологиялық әсер етеді.

Пайдаланылған әдебиеттер:

1. Abolin L. M. Zhurnal "Voprosy psihologii" : *Emocional'naya ustojchivost' puti ee povysheniya* 89'4 s.141
2. Mitina L. M. *Psihologiya professional'nogo razvitiya uchitelya*. M., 1998.
3. Sirotin O. A. *Ustojchivost' k psihicheskomu stressu kak harakteristika met aindivi- dual'nosti uchitelya: Avtoref. kand. dis. Perm', 1992.*
4. Chernikova A. A. «*Psihologo-pedagogicheskie usloviya razvitiya emocional'noj ustojchivosti budushchego uchitelya*». avtoreferata po VAK RF 13.00.08, kandidat pedagogicheskikh nauk
5. Hmelyuk R. I., Kurlyand Z. N., Shevchenko N. A. *Emocional'naya regulyaciya kak komponent psihologicheskoy ustojchivosti deyatel'nosti uchitelya // Emocional'naya regulyaciya uchebnoj deyatel'nosti*. M., 1987.
6. Mitina L. M. *Uchitel' kak lichnost' i professional*. M., 1994.
- Mil'rud R. P. *Formirovanie emocional'noj regulyacii povedeniya uchitelya // Voprosy psihologii*. 1987. № 6.
7. Gol'eva G. Yu. *Formirovanie emocional'noj ustojchivosti kak klyuchevoy kompetencii u budushchih pedagogov-psihologov*. Avtoreferata po VAK RF 19.00.07, kandidat psihologicheskikh nauk 2010, Chelyabinsk.
8. Prohorov A. O. *Psihicheskie sostoyaniya shkol'nikov i uchitelya v processe ih vzaimodej- stviya na uroke // Voprosy psihologii*. 1990. № 6.
9. Chebykin A. Ya. *Problema emocional'noj regulyacii uchebno-poznavatel'noj deyatel'nosti uchashchihsya // Voprosy psihologii*. 1987. № 6.