

ефективної методикою для інтерпретації емоціональних состоянь підростков являється опросник САН. Поскольку он нашел широкое распространение при оценке психического состояния больных и здоровых лиц, психоэмоциональной реакции на нагрузку, для выявления индивидуальных особенностей и биологических ритмов психофизиологических функций.

#### **Список использованной литературы**

1. Батурина Г.И. Эмоции и чувства как специфическая форма отражения действительности. - В кн. Диалектика познания и сознания. Учёные записки Ивановского пед. ин-та.- Иваново: Изд-во пед. ин-та, 1973.
2. Выготский Л.С. Проблемы общей психологии.-Соб.соч. - М.: Педагогика, 1962.
3. Выготский Л.С. Проблемы эмоций. Вопросы психологии, 1958.- №3.
4. Руденко А.В. Учебное пособие по педагогической психодиагностике. Министерство образования Украины. Донецк: ДИСО, 1998 .
5. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. - М.: Изд-во МГУ, 1976.

### **МЕТОДИ ПСИХІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ СТАНІВ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПІЛКУВАННІ ІНОЗЕМНИМИ МОВАМИ УДК 159.94:612.8**

**Світлана Михайлівна Бучацька,**  
*кандидат психологічних наук, доцент*  
*доцент кафедри іноземних мов,*  
*Вінницький державний педагогічний університет*  
*імені Михайла Коцюбинського*

**Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень та публікацій.** Емоційно-вольова готовність особистості фахівця з вищою освітою до професійної діяльності визначається її здатністю до регуляції поведінки, спілкування в емоціогенних ситуаціях, що виникають в процесі професійної діяльності, зокрема і при використанні іноземної мови у професійному за змістом спілкуванні. Як засвідчує загальна практика підготовки студентів з іноземних мов у вищих навчальних закладах України, майбутні випускники мають суттєві психологічні бар'єри в ситуаціях професійного обміну думками, проявляють невпевненість, нездатні управляти своїми емоціями, хвилюваннями тощо. Відтак необхідною умовою належної психологічної підготовки фахівців є цілеспрямоване формування у них психологічної стійкості до негативної дії факторів діяльності, корекція та розвиток психологічних

якостей особистості, які б забезпечували успішність спілкування іноземною мовою.

Різні аспекти досліджуваної проблеми знайшли своє відображення у наукових працях вітчизняних психологів, зокрема, О. Ф. Бондаренко, О. Я. Чебикіна, Н. В. Чепелевої, Т. С. Яценко та інших. Окремі аспекти зазначеної проблеми представлені у працях О. І. Бондаренко [1], О. Б. Павлик [2], С. П. Тетерук [3] та ін. Вплив тривожності на процес навчання іноземної мови та зв'язок між тривожністю та рівнем володіння мовою стали предметом досліджень цілої низки зарубіжних науковців MacIntyre P. D., Masgoret A. – M., Gardner R. C., Horwits E. K. [4-5].

**Метою** нашого пошуку є теоретичний аналіз емоційно-вольової готовності особистості до професійного спілкування іноземними мовами та методів її психічної регуляції у процесі навчальної та професійної діяльності.

**Виклад основного матеріалу.** Однією з найважливіших складових загальної психологічної готовності особистості до професійного спілкування іноземною мовою є емоційно-вольова готовність. Під нею ми розуміємо здатність особистості свідомо регулювати свою поведінку, дії в будь-яких ситуаціях професійного за змістом спілкування іноземною мовою.

Засвоєння студентами іноземних мов є складною емоціогенною діяльністю, що пов'язана з постійним подоланням труднощів, негативних психічних станів (страхів, хвилювань). Все це вимагає формування у майбутніх фахівців здатності до емоційної саморегуляції діяльності, психічних станів. Як було зазначено раніше, найбільш характерними проявами негативних емоційних станів у процесі навчання, спілкування іноземними мовами, є фрустрації, страхи, тривога, пригніченість, стрес та деякі інші.

Негативні емоційні стани у студентів у їх професійному спілкуванні іноземною мовою викликані як об'єктивними, так суб'єктивними чинниками. Встановлено також, що студенти достатньою мірою усвідомлюють власні проблеми при вивченні та спілкуванні іноземною мовою, вони роблять спроби знайти шляхи їх розв'язання. Так, наприклад, сильні негативні хвилювання, більш ніж у кожного другого студента зумовлені недостатнім словниковим запасом, обсягом знань з іноземної мови. Така особливість є характерною для студентів різних спеціальностей і напрямків підготовки. На другому за рейтингом місці знаходяться негативні психічні стани студентів, що зумовлені відсутністю необхідних навичок та вмінь використовувати запас слів та знань у реальному професійному спілкуванні іноземною мовою з іншими. Про це заявив кожен третій студент. Певні труднощі, а відповідно і негативні переживання студентів при спілкуванні

іноземними мовами, зумовлюються високим темпом мовлення, затримками при переході з побудови граматичної структури рідною мовою на іноземну, складністю схоплювати смисл сказаного, думки інших при спілкуванні іноземною мовою.

Загалом тривожність студентів може бути зумовлена багатьма чинниками. Ми виокремили у експерименті три найбільш типових, а саме: тривожність, що зумовлена самим процесом засвоєння іноземної мови, тривожність, яка детермінована процесом спілкування іншою мовою та тривожність, яка викликана оцінкою мовних здібностей студента іншими.

Враховуючи вище наведені чинники та емоційні стани, нами застосована система психодіагностичних засобів з метою вивчення особливостей прояву психічних станів у студентів на заняттях та оперативного коригування форм та методів їх психологічної підготовки.

Методи психологічної підготовки передбачали оволодіння студентами прийомами довільної психічної саморегуляції своїх психічних станів (тривожності, страхів, розсіяності, інших). У процесі використання тих чи інших відомих і адаптованих нами до умов навчальної діяльності прийомів, враховувались наступні обставини:

- засоби, які використовувались з метою регуляції психічних станів, повинні бути ефективними і не забирати багато часу;
- вони не повинні мати побічних проявів (відволікати студентів від виконання професійних завдань, викликати сонливість, втомлюваність, чи навпаки агресивність і т.п.);
- їх виконання в реальній навчально-професійній діяльності повинно бути, по можливості, непомітним для інших.

**Висновки.** Спостереження, аналіз спілкування навчальної, професійної діяльності, письмове опитування учасників експерименту засвідчили, що близько 56,25% студентів навчилися певним чином знімати негативні психічні стани, вплив травмуючих факторів за допомогою прийомів, вправ на самонавіювання, здійснювати саморегуляцію власних станів. Таким чином, запропонована нами програма методів є ефективною і сприяє покращенню підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою.

#### **Список використаної літератури**

1. Бондаренко О. І. Типова модель міжпрофесійної комунікації / О. І. Бондаренко, О. Ф. Волобуєва // Збірник наукових праць № 28. Частина II / гол. ред. Балашов В. О. – Хмельницький : Вид-во Нац. академії ДПСУ, 2004. – С. 24–26.

2. Павлик О. Б. Професійно-педагогічна підготовка майбутніх перекладачів до використання офіційно-ділового мовлення : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і

методика професійної освіти» / О. Б. Павлик. – Хмельницький : Вид-во Нац. академії ДПСУ, 2004. – 20 с.

3. Тетерук С. П. Розвиток саморегуляції при вивченні іноземної мови / С. П. Тетерук // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К., 2006. – Т. 8, вип. 3. – С. 313–318.

4. Gardner, R. C., Tremblay, P.F., & Masgoret, A.M. (1997) Towards a full model of second language learning: An empirical investigation. *Modern Language Journal*, 81, 344-362.

5. MacIntyre, P.D. & Gardner, R.C. (1991) Methods and results in the study of anxiety and language learning: A review of the literature. *Language Learning*, 41, 85-117.

## МЕТОДОЛОГІЧНІ ТРУДНОЩІ СУЧАСНОЇ ПСИХОДІАГНОСТИКИ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.9.072.5

**Катерина Миколаївна Васюк,**

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*доцент кафедри психології,*

*Донецький національний університет*

*(м. Вінниця)*

**Актуальність дослідження.** Психолог ХХІ ст. вже не мислить себе без процедур психодіагностичного тестування, до того ж в арсеналі сучасної психології є безліч збірок тестів на будь-який смак – об'єктивних і проєктивних, опитувальників і малюнків, психофізіологічних замірів і когнітивних проб. Пересічний психолог-практик використовує ці методики і часто не замислюється над тим, наскільки вони надійні. О. П. Двінін і І. А. Романченко у посібнику з психодіагностики вже у передмові вказують на суттєві недоліки тестів: так, на достовірність їх можуть впливати актуальний психоемоційний стан, мотивація досліджуваних, їх нещирість у відповідях, ефекти соціальної бажаності, відсутність довіри до психолога, неадекватне використання методики для діагностики конкретної проблеми, спрощення психологічного портрету особистості за результатами тестування. Це далеко не повний перелік недоліків, на які вказують сучасні психодіагности [2, с. 3].

**Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій.** На жаль, повторюється історія 30-х рр. ХХ ст., коли були заборонені тести через кричущі випадки помилок діагностів. Перше тотальне захоплення тестуванням призвело до розчарування через кричущі випадки неправильних висновків. В 1936 р. в СРСР була введена заборона на використання тестів, але не дивлячись на справедливую критику