

RU

## Педагогическая практика как условие нормализации психологического самочувствия личности студента

Землянская Е. Н., Безбородова М. А., Ситниченко М. Я.

**Аннотация.** Цель исследования – обосновать сущность и структуру понятия психологического самочувствия личности студентов – будущих учителей в процессе практики. В статье анализируется понятие «психологическое самочувствие личности» и обосновывается авторское определение понятия «психологическое самочувствие личности студентов в процессе педагогической практики» – интегральная и динамичная характеристика личности, отражающая внутреннее психологическое состояние каждого обучающегося в процессе педагогической практики, раскрывающая самоощущение студентом собственных профессиональных достижений как основы своего социально-профессионального самоопределения. Предлагается система критериев и конкретизирующих их показателей проявления психологического самочувствия студентов-педагогов в процессе педагогической практики (когнитивный, эмоциональный, личностный). Описывается методика и анализируются результаты проведенного пилотного исследования с участием студентов-бакалавров. Научная новизна исследования: обосновано новое направление развития моделей, содержания и методического обеспечения педагогической практики студентов с позиций изменения их психологического самочувствия. В результате исследования подтверждено, что включение в содержание практики контекста рефлексивно-инновационной деятельности, активизация механизмов самоанализа и саморазвития студентов в процессе практической подготовки способствуют нормализации психологического самочувствия студентов-педагогов, повышению чувства уверенности в правильности своих профессиональных действий и личностной самореализации.

EN

## Teaching practice as a condition for normalizing a student's personal psychological well-being

Zemlyanskaya E. N., Bezborodova M. A., Sitnichenko M. Y.

**Abstract.** The research aims to substantiate the essence and structure of the notion of a student's personal psychological well-being in relation to future teachers in the process of practice. The paper analyzes the notion of "personal psychological well-being" and substantiates the author's definition of the notion of "a student's personal psychological well-being in the process of teaching practice", which is an integral and dynamic characteristic of an individual, reflecting the internal psychological state of each student in the process of teaching practice, revealing a student's self-perception of their own professional achievements as the basis of their social and professional self-determination. A system of criteria and their detailed indicators for the manifestation of personal psychological well-being among teacher students in the process of teaching practice (the cognitive criterion, the emotional criterion, the personal criterion) is proposed. The methodology of a pilot study is described and the results of such a study involving undergraduate students are analyzed. The scientific novelty of the research lies in the following: a new direction for the development of models, content and methodological support for students' teaching practice is substantiated from the standpoint of changes in their psychological well-being. As a result of the research, it was confirmed that the inclusion of the context of reflective-innovative activity in the content of practice, the activation of self-analysis and self-development mechanisms in students in the process of practical training contribute to the normalization of psychological well-being among teacher students, increasing the sense of confidence in the correctness of their professional actions and personal self-realization.

### Введение

Практика является обязательной и достаточно объемной составляющей программ подготовки учителя любого профиля. Анализ ряда материалов по обновлению концептуальных подходов к определению целей,

задач и содержания педагогической практики, обобщение опыта организации практики различными вузами позволяет заключить, что сложившаяся за многие годы система педагогической практики имеет значительный потенциал в плане открытости и способности к модификации, что позволяет обновлять ее содержание в соответствии с темпами реформирования отечественного педагогического образования, возможностями корректировки ее структуры для достижения более высоких результатов и ответов на вызовы социума. Так, предметом исследований Л. С. Колодиной (2005), Е. К. Дворянкиной (2012), В. А. Адольфа, И. Ю. Степановой (2005) является моделирование образовательной системы вуза по развитию студентов как субъектов профессиональной деятельности. Путь достижения этой цели, по мнению авторов, связан с усилением профессиональной направленности учебных дисциплин – моделированием форм, методов и средств обучения предметного и социального содержания педагогической деятельности. С введением понятия «практическая подготовка» студентов в 2020 г. (включает практику, но не сводится к ней) возникли новые направления модификации практики, как показано в работах Е. Н. Землянской, М. А. Безбородовой (2021; Оптимизация учебно-методического сопровождения..., 2020).

Совсем в другом ракурсе рассматривается проблема развития профессиональной направленности личности студентов в процессе педагогической практики в исследованиях Е. В. Оганесяна (2005), М. Я. Ситниченко (2016), развивающих культурологическую модель практики. По их мнению, практика направлена на повышение общей культуры будущего педагога, на формирование у него аксиологических ценностей поведения и деятельности, на его духовное развитие. Важность формирования мировоззренческой культуры будущего учителя, воспитания педагогической интеллигенции и профессиональной позиции в процессе педагогической практики раскрывается в работах Е. В. Головневой (2013), М. А. Дементьевой (2012), Р. Р. Хайрутдиновой (2013).

Реализация концепции модернизации педагогического образования в России и разрабатываемые в проектах модернизации образовательные программы (2014–2018 гг.) (Землянская, Ситниченко, 2015; Марголис, 2014) предполагают существенные изменения в практической стороне подготовки педагогов в процессе вузовского образования. Акцент уже сделан не на «механическое» увеличение объема практики, но на изменения в задачах, структуре, содержании; обуславливается введение тематических практик, заданных содержанием модулей программы; распределенных (встроенных) практик, усиливающих практико-ориентированность теоретических курсов; интеграцию практик с научно-исследовательской работой студентов; сетевое взаимодействие вузов и школ при организации практик и т. п. Однако психологическое самочувствие студентов в процессе педагогической практики является малоизученной, но уже актуальной проблемой.

Психологическое самочувствие личности – относительно новая научная дефиниция. Интерес специалистов в области психологии и педагогики, проявившийся в последние годы к данному феномену, не случаен – он обусловлен важными социальными, экономическими, политическими событиями последних лет, которые нарушили привычные условия жизни и труда людей, обострили представления о нравственных ценностях, повлияли на становление у молодежи жизненных перспектив. Закономерным ответом на эти социальные вызовы являются активизация психологической помощи населению, развитие сети психологических служб и их внедрение во все образовательные организации страны (Ульянина, 2023). Один из аспектов помощи основан на усилении внимания к психологическому самочувствию выпускников среднего профессионального и высшего образования. На одном из представительных совещаний ректор Томского государственного университета Э. В. Галажинский отметил, что «по данным Российской академии образования, более 20% первокурсников сталкиваются с эмоциональными проблемами, связанными с повышенной возбудимостью, склонностью к депрессивным состояниям, частыми сменами настроения, тревогой. В группе риска, по данным РАО, также студенты из незащищенных семей» (Психологическим службам вузов доверяют более 70% студентов. 06.04.2022. <https://www.minobrnauki.gov.ru/press-center/news/molodezhnaya-politika/49598/>). По данным исследования, проведенного в Казанском федеральном университете в 2014 году, студенты 1–5 курсов демонстрируют признаки социальной напряженности и нарушения социального здоровья (Ефлова, Ишкинеева, Фурсова, 2014). Наличие таких негативных эмоциональных состояний среди студенчества – а особенно будущих учителей, профессиональная деятельность которых должна быть проникнута, по мысли А. С. Макаренко, «социальным оптимизмом», – усиливает внимание преподавателей вузов к психологическому самочувствию личности каждого выпускника и подчеркивает актуальность исследования любых аспектов данного психолого-педагогического направления.

Пребывание на практике в школе, общение с детьми, контактирование с учителями, родителями – это не простое изменение в распорядке обычной жизни студента, это поэтапный путь освоения им будущей профессиональной деятельности. Внешние условия сказываются на внутреннем самочувствии студента – от курса к курсу повышается его статус, а значит и осознание себя в будущей профессии: помощник воспитателя, помощник учителя, вожатый, педагог дополнительного образования, учитель-практикант, учитель-стажер. Любая деятельность формирует личность, а успех или неуспех в деятельности сказывается на психологическом самочувствии ее субъекта. Это позволяет рассматривать процесс педагогической практики, а точнее – профессиональную деятельность обучающихся в период практики, инструментом нормализации, а может быть, и коррекции психологического самочувствия личности студента – будущего учителя.

Проблема исследования: при каких условиях процесс педагогической практики будет способствовать нормализации психологического самочувствия личности студентов – будущих учителей?

Гипотеза исследования: педагогическая практика будет способствовать нормализации психологического самочувствия личности обучающихся, получающих высшее педагогическое образование, если:

- практическая деятельность студентов будет успешной, то есть повышающей чувство уверенности в правильности своих профессиональных действий и способствующей личностной самореализации обучающихся;

- обучающиеся будут уметь рефлексировать собственное профессиональное развитие на основе самоконтроля и самоанализа своей педагогической деятельности.

Задачи исследования:

- рассмотреть психологическое самочувствие личности как научную категорию (определение, структура);
- определить критерии и показатели психологического самочувствия личности студента, получающего высшее педагогическое образование, в процессе практики;
- изучить психологическое самочувствие обучающихся различных курсов бакалавриата по направлению «Педагогическое образование», выявить изменения психологического самочувствия личности будущего учителя в процессе педагогической практики.

Методы исследования. Для решения указанных задач в статье применяются следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы по проблеме психологического самочувствия личности студента в процессе педагогической практики для обоснования дефиниции понятия «психологическое самочувствие личности»; систематизация и обобщение опыта коллег в изучаемом аспекте; пилотное исследование психологического самочувствия студентов в условиях практики на основе анкетирования студентов педагогического вуза.

Методология задуманного исследования основана на диалектике как методе познания, признающем взаимосвязь всех предметов и явлений и их непрерывное развитие; на теории деятельности как основном факторе развития личности (С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев), на положениях социокультурной концепции Л. С. Выготского об интериоризации как процессе становления высших психических функций и развития личности в целом с опорой на усвоение внешней социальной деятельности; на компетентностном подходе к формированию и развитию личности в процессе освоения профессиональной деятельности (И. А. Зимняя, А. В. Хуторской).

Теоретической базой исследования послужили два пласта публикаций. Во-первых, публикации, посвященные концептуальному обоснованию и научно-методическому сопровождению, опыту организационной, педагогической, методической, научно-исследовательской работы по различным аспектам профессиональной подготовки будущего учителя в процессе вузовского обучения и педагогической практики (Адольф, Степанова, 2005; Головнева, 2013; Дворянкина, 2012; Дементьева, 2012; Колодина, 2005; Хайрутдинова, 2015; Оганесян, 2005), а также исследования последнего десятилетия в области модернизации педагогического образования (Марголис, 2014; Землянская, Безбородова, 2021; Землянская, Ситниченко, 2015; Ситниченко, 2016). Во-вторых, исследования психологов по проблемам психологического здоровья личности, психологического благополучия (Дубровина, 2023; Байкова, 2019; Ковалев, 2019; 2021; Тугайбаева, 2018; Ульянина, 2023; Холондович, 2018); социологов и философов в области социального самочувствия и здоровья (Алиева, Самаркина, 2014; Ефлова, Ишкинеева, Фурсова, 2014; Психологический словарь, 2006; Тощенко, Харченко, 2015; Харченко, 2016; Петрова, 2000).

Практическая значимость исследования, представленного в статье, заключается в следующем: выделены направления коррекции программ педагогической практики студентов всех курсов с учетом стратегий активизации внутренних психологических условий студентов: включение в содержание практики контекста рефлексивно-инновационной деятельности; расширение субъектных функций студентов на этапе согласования содержания и индивидуальных заданий для практики; повышение осознанности студентами процесса и результата практики.

## Обсуждение и результаты

Самочувствие личности человека – широко используемый научный термин, представленный в философии, социологии, психологии, медицине, педагогике. Самочувствие раскрывается как определенное состояние личности, возникающее на основе субъективных ощущений собственного благополучия и комфортности, чувства удовлетворенности своей жизнью. Именно поэтому философы рассматривают самочувствие в контексте смысла жизни, социологи изучают самочувствие личности в условиях меняющегося мира, для психологии самочувствие личности раскрывается через призму отношений и переживаний (В. П. Зинченко, Б. Г. Мещеряков) (Психологический словарь, 2006). Активно исследуются проблемы социального самочувствия и здоровья (Алиева, Самаркина, 2014; Петрова, 2000; Байкова, 2019; Тощенко, Харченко, 2015; Харченко, 2016); И. В. Дубровиной (2023) исследуются проблемы психологического здоровья личности, психологического благополучия. Отметим, что основные работы, рассматривающие психологическое самочувствие личности (Ковалев, 2019; 2021; Тугайбаева, 2018; Харитонова, 2018; Холондович, 2018), датированы не ранее 2018 года, то есть данная научная область находится на этапе поиска своего понятийного содержания. Исходными методами этого поиска являются анализ и сравнение данной дефиниции со смежными, более разработанными и имеющими достаточно высокий научный статус категориями (Ковалев, 2021; Харитонова, 2018; Холондович, 2018). При этом проблемное поле понятия «психологическое самочувствие личности» сегодня представлено рядом характеристик:

(1) Все авторы признают интегративную структуру психологического самочувствия личности, представляющего собой «сложное образование, в котором отражаются чувства и настроения человека» (Харитонова, 2018, с. 7), это «актуальное, субъективное психологическое состояние человека, внутреннее ощущение им себя в окружающей действительности, имеющее системный и динамический характер...» (Холондович, 2018, с. 71).

(2) Психологическое самочувствие личности складывается под влиянием внешних условий (ощущение себя в окружающей действительности) и отражает внутреннее, сугубо индивидуальное отношение к ним

человека как личности и как субъекта деятельности. «Психологическое самочувствие личности – это субъективное психологическое состояние, возникающее у личности под влиянием культурно-исторических условий жизни и деятельности», – отмечает Б. Н. Тугайбаева (2018, с. 93). Однако, по мнению Е. Н. Холондович, система отношений хотя и занимает важное место в психологическом самочувствии, но она не отражает полностью сути данного феномена, который имеет системный характер и компоненты которого взаимосвязаны и взаимообуславливают друг друга. Таковыми автор считает: знания о себе и представления об окружающей действительности (когнитивный компонент); эмоциональные переживания и степень удовлетворенности жизнью (аффективный компонент); активную деятельность и жизненную стратегию (поведенческий компонент) (Холондович, 2018, с. 68-69).

(3) Структура психологического самочувствия включает: самопознание, самооценку, самопонимание, самоконтроль, жизненный план или темпоральную характеристику (Харитоновна, 2018, с. 5). По мнению Б. Н. Тугайбаевой, «сущностью психологического самочувствия выступает комплекс представлений человека о его настоящем, прошлом и будущем, его эмоциональные переживания удовлетворенности/неудовлетворенности собой и жизнью в целом, счастья/несчастья, его активность и оценка возможности реализации себя как субъекта своей жизнедеятельности в сложившихся социальных условиях» (2018, с. 93).

Психологическое самочувствие студентов педагогических вузов – интегральная и динамическая характеристика личности, отражающая внутреннее психологическое состояние каждого обучающегося в процессе педагогической практики, раскрывающая самоощущение студентом собственных профессиональных достижений как основы своего социально-профессионального самоопределения.

Остановимся далее на некоторых положениях, высказанных в психологических работах по интересующей проблеме, имеющих, на наш взгляд, особую важность для данного исследования. Так, Е. В. Харитоновна отмечает: «Психологическое самочувствие личности, на наш взгляд, определяется в первую очередь именно внутренними психологическими особенностями личности, которые, безусловно, формируются под воздействием извне, а далее и проявляется в зависимости от тех или иных условий жизни человека. Психологическое самочувствие зависит от того, что субъект думает о себе, в нем отражается состояние здоровья, стиль деятельности и общения с другими» (2018, с. 5). Эта мысль согласуется с представленной гипотезой и является для нас основополагающей при определении методики исследования.

П. А. Ковалев указывает на важность самооценивания в структуре психологического самочувствия. Он пишет, что «психологическое самочувствие определяется наряду с удовлетворенностью внешней социальной ситуацией жизни еще и самоотношением человека, его оценкой собственных способностей, достижений, перспектив» (Ковалев, 2021, с. 150). Это позволяет предположить, что именно рефлексия, самоанализ своей практической деятельности будут раскрывать в большей степени психологическое самочувствие студента и отражать его изменения именно под влиянием педагогической практики. Таким образом, качество самоанализа, рефлексии своей профессиональной деятельности студентами разных курсов и уровней образования по окончании педагогической практики является одним из основных показателей их психологического самочувствия.

В работе Б. Н. Тугайбаевой (2018, с. 90) проводится мысль о необходимости междисциплинарных исследований проблемы психологического самочувствия с опорой на собственную дисциплинарную базу. Применительно к педагогическому знанию можно отнести к таковым пока что только две работы: исследование психологического самочувствия детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в разных условиях социализации, которое было представлено П. А. Ковалевым (2021), а также небольшое исследование психологического самочувствия педагогов, работающих в классах коррекции, проведенное на базе Уральского государственного университета в 2014 году, то есть до научного самоопределения данной проблемы (Алиева, Самаркина, 2014). Отметим также, что психологические аспекты педагогической практики представлены в различных вузах в основном сериями методических пособий, содержащих описание диагностических методик и процедур организации практики, а исследования психологического самочувствия самих студентов и его изменений под влиянием педагогической практики до сих пор не проводились.

Обращаясь к объекту нашего исследования – системе педагогической практики студентов педагогических вузов, отметим, что путь профессионального становления будущих учителей основан на непрерывном и постепенном расширении видов их педагогической деятельности, на овладении все более сложными умениями по организации учебно-воспитательной работы со школьниками, на накоплении первоначального собственного педагогического опыта, то есть постепенном наращивании уровня компетенций. Анализ компетенций, необходимых будущему учителю и предусмотренных федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, позволяет выделить в их общем перечне те, которые напрямую связаны с рефлексией и самооценкой, так как именно они выступают для данного исследования определенным «лакмусом», или индикатором изучаемого феномена. Данные компетенции являются универсальными и относятся к категориям «Системное и критическое мышление» и «Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)»: УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач, УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование: утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 121. [https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/440301\\_B\\_3\\_16032018.pdf](https://fgosvo.ru/uploadfiles/FGOS%20VO%203++/Bak/440301_B_3_16032018.pdf)).

Обобщая, определим критерии проявления психологического самочувствия студентов – будущих учителей в процессе педагогической практики:

- интерес к профессиональной деятельности (работе учителем), осознание своих возможностей и способностей как соответствующих требованиям выбранной профессии, самопознание (познавательный, или когнитивный критерий);
- эмоциональное отношение студента к профессиональной деятельности, любовь к детям, уверенность в собственных силах, уровень тревожности, желание работать учителем, способность к саморазвитию (аффективный, или эмоциональный критерий);
- мотивация профессиональной деятельности, активность, инициативность студента в процессе педагогической практики; нравственные ценности; жизненные перспективы (личностный критерий).

**Методика эмпирической части исследования.** С целью изучить психологическое самочувствие личности обучающихся различных курсов бакалавриата по направлению педагогического образования в процессе педагогической практики на факультете начального образования Московского педагогического государственного университета в 2023 г. было организовано и проведено пилотное исследование на основе анонимного анкетирования. Анкета состояла из 23 вопросов, отражающих критерии и выделенные выше показатели проявления психологического самочувствия студентов – будущих учителей в процессе педагогической практики: личностный, эмоциональный, когнитивный. На выявление уровня показателей личностного критерия было направлено 5 вопросов, их основной тематикой была мотивированность и активность студентов в процессе педагогической практики, например: «Я охотно принимаю участие в анализе ситуаций, возникающих в школе», «На практике я еще больше убедился (-ась) в правильности выбора профессии». Для выявления показателей эмоционального критерия предусматривалось 9 вопросов, отражающих уверенность респондента в собственных силах, проявление тревожности, беспокойства, субъективные эмоциональные переживания студентов в процессе прохождения практики, например: «Я редко испытываю чувство неудовлетворенности от своей работы с детьми», «Я редко испытываю чувство страха перед работой с новым для меня коллективом учащихся», «Я не испытываю робости перед проведением родительских собраний, общением с родителями учащихся». Тематика 9 вопросов, предлагаемых для изучения показателей когнитивного критерия, отражала в основном самооценку респондентом соответствия *своих возможностей и способностей с требованиями, предъявляемыми к профессии учителя, а также наличие интереса к работе учителем. Примеры вопросов:* «Я умею организовать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей урока», «Я не испытываю проблем в общении со своими коллегами и учениками».

По форме предъявления анкета содержала закрытые вопросы по шкале Ликерта, респондентам предлагалось оценить приведенные высказывания в баллах от 0 до 10, где 0 – «полностью не согласен», 10 – «полностью согласен». Формулировка вопросов анкеты обращала респондентов к самопознанию и ставила их в ситуацию самоанализа своей деятельности в процессе педагогической практики. Всего в исследовании приняли участие 328 студентов педагогического бакалавриата 1-5 курсов. По каждой выборке были вычислены среднее значение, стандартное отклонение (Табл. 1).

**Таблица 1.** Динамика критериев проявления психологического самочувствия бакалавров в процессе педагогической практики

Критерий	Параметры статистического распределения (по курсам)					
	1-2 курсы		3-4 курсы		5 курс	
	$\bar{X}$	$\sigma$	$\bar{X}$	$\sigma$	$\bar{X}$	$\sigma$
Личностный	8,06	0,61	8,03	0,36	8,66	0,42
Эмоциональный	6,90	0,91	7,00	0,63	8,05	0,48
Когнитивный	7,26	0,57	7,72	0,63	8,32	0,40
Общее	7,29	0,83	7,50	0,71	8,29	0,48

В таблице:  $\sigma$  – стандартное отклонение,  $\bar{X}$  – среднее значение.

**Результаты и анализ исследования.** Укрупненные данные о динамике критериев проявления психологического самочувствия бакалавров в процессе педагогической практики представлены в Таблице 1. Данные таблицы показывают, что в целом произошел подъем среднего значения всех критериев от младших курсов к пятому курсу. При этом наибольший рост показал эмоциональный критерий (среднее значение возросло на 1,15 пункта), а также когнитивный.

Обнаружено снижение стандартного отклонения от 0,83 (первый-второй курсы) до 0,48 (пятый курс). Причем среднеквадратическое отклонение по эмоциональному критерию для младших курсов является значительным (0,91 пункта) и превосходит все остальные соответствующие параметры, то есть эмоциональная составляющая психологического самочувствия студентов младших курсов крайне неустойчивая. Понижение показателей разброса к пятому курсу свидетельствует об устоявшемся отношении студентов к практической стороне профессиональной деятельности и может быть расценено как характеристика социально-профессионального самоопределения пятикурсников. Это указывает не только на изменения в психологическом самочувствии бакалавров, но и на его положительную динамику под влиянием педагогической практики.

Наибольшее приращение среднего балла от первого-второго курсов к пятому произошло по показателю «Я редко испытываю чувство страха перед работой с новым для меня коллективом учащихся» (рост на 2,17 пункта). Значительный рост также продемонстрировали показатели «Я редко испытываю чувство тревоги во время

проведения урока» (рост на 1,60 пункта) и «Мне хватает психолого-педагогических знаний для решения профессиональных проблем, возникающих на практике» (рост на 1,43 пункта), относящиеся к эмоциональному и когнитивному критериям проявления психологического самочувствия. То есть студенты выпускного курса бакалавриата демонстрируют в целом снижение тревожности и большую уверенность в себе, что указывает на качественное улучшение психологического самочувствия студентов в процессе педагогической практики.

Наименьший прирост обнаружен по показателю «Я с нетерпением жду начала практики в школе, ситуаций общения с ребятами и педагогами» (личностный критерий) (вырос только на 0,38 пункта) – то есть пятикурсники уже имеют значительный опыт прохождения педагогической практики, в то время как для первокурсников практика является еще неизведанной частью обучения. Заслуживают внимания также показатели эмоционального критерия: «После окончания обучения я планирую работать по специальности» и «Самообразование является моей сильной стороной», которые выросли незначительно по сравнению с остальными показателями – на 0,56 пункта. Этот факт можно объяснить следующим образом.

Во-первых, студенты-педагоги первых курсов демонстрируют довольно высокое желание работать в школе (среднее значение – 8,25), однако их выбор во многом еще носит эмоциональный характер. А прирост этого показателя к выпускному курсу, хотя и незначительный (среднее по показателю – 8,81), напротив, можно рассматривать как уточнение первоначального профессионального выбора; желание работать в школе для выпускников уже является обоснованным и проверенным на практике намерением. Представление о будущем является важнейшим показателем темпоральной характеристики психологического самочувствия, а незначительное его увеличение свидетельствует о растущей у обучающихся осознанности себя в будущей профессиональной деятельности, которая сохраняется не у всех студентов.

Во-вторых, следует обратить внимание на данные по показателю «Способность к самообразованию»; этот показатель для студентов первых курсов (среднее значение – 6,96) ожидаемо не высок, поскольку эти студенты поступили в вуз именно для того, чтобы получить профессиональную подготовку. Этот же показатель для студентов-выпускников (среднее значение – 7,52), к сожалению, также не является высоким, а динамика его от первого курса к пятому курсу – одна из самых низких. То есть студенты уверены, что получили достаточную подготовку в процессе обучения для успешной профессиональной педагогической деятельности, и самообразование не стало для них значимым фактором жизни и карьеры. Таким образом, формирование устойчивой мотивации будущего педагога к самообразованию должно стать одним из аспектов корректировки педагогических образовательных программ.

## Заключение

В статье представлены различные подходы к дефиниции нового понятия – «психологическое самочувствие личности», которое рассматривается нами как интегративное образование, отражающее чувства, актуальные настроения человека, внутреннее ощущение им себя в окружающей действительности, имеющее системный и динамический характер. Обоснованы и конкретизированы системой показателей критерии проявления психологического самочувствия студентов – будущих учителей в процессе педагогической практики: познавательный, или когнитивный; аффективный, или эмоциональный; личностный.

В процессе пилотного исследования изучено психологическое самочувствие личности обучающихся различных курсов бакалавриата по направлению «Педагогическое образование». Обнаружены снижение тревожности, страхов перед практической стороной профессиональной деятельности, возрастающая уверенность студентов старших курсов в своем профессиональном будущем. К выпускному курсу возрастает способность студентов рефлексировать собственное профессиональное развитие на основе самоконтроля и самоанализа своей педагогической деятельности. Это указывает на нормализацию психологического самочувствия бакалавров под влиянием педагогической практики, формирование у них профессионального и личностного самоопределения и подтверждает положения гипотезы исследования.

Теоретическое исследование и пилотный эксперимент позволили сформулировать ряд выводов относительно дальнейшей корректировки программ и условий организации непрерывной педагогической практики:

1. Обоснование модели непрерывной педагогической практики, при которой в наибольшей степени происходит актуализация внутренних психологических условий студента с тем, чтобы, включаясь в профессиональную деятельность, человек мог реализовать себя в ней.

2. Дополнение содержания практики контекстом рефлексивно-инновационной деятельности, процедурами актуализации и учета личностного опыта обучающихся за счет расширения субъектных функций студентов при разработке целей, задач и содержания практики.

3. Активизация механизмов саморазвития студентов на практике на основе стимулирования студентов к анализу мотивов и способов собственных действий и поведения; совместного обсуждения не только конкретных действий практикантов, но и мотивации, альтернативных способов деятельности, ее направленности, степени самостоятельности; вовлечение студентов в процесс обсуждения целей и результатов, успешных шагов, причин успехов и неудач, отношения к деятельности; инициация программ самообразования будущих педагогов.

Перспективы дальнейшего исследования. В настоящей статье сделан лишь первый шаг по исследованию проблемы обеспечения психологического самочувствия будущих педагогов. Результаты комплексного теоретико-эмпирического исследования показывают, что проблема психологического самочувствия студентов

в процессе педагогической практики в современных социальных условиях является актуальной, слабо атрибутированной в педагогической теории и требует существенного научно-методического оснащения. В частности, еще предстоит разработать и обосновать методики диагностики и мониторинга психологического самочувствия студентов бакалавриата, магистратуры, а также среднего профессионального образования; спроектировать программы практики и практической подготовки в целом, обеспечивающие оптимальное психологическое самочувствие студентов различных курсов и уровней образования; подготовить скоординированные рекомендации для профессорско-преподавательского состава вузов и супервизоров организаций общего образования, в которых студенты проходят практику.

### Источники | References

1. Адольф В. А., Степанова И. Ю. Обновление процесса подготовки педагогов на основе моделирования профессиональной деятельности: монография. Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2005.
2. Алиева Н. Ф., Самаркина Л. Г. Изучение социально-психологического самочувствия педагогов, работающих в классах коррекции // Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза: мат. всерос. науч.-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов и слушателей. Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2014.
3. Байкова Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи: учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры. Изд-е 2-е, испр. и доп. М.: Юрайт, 2019.
4. Головнева Е. В. К вопросу о повышении качества профессиональной подготовки учителя начальных классов // Вестник Нижневартковского государственного университета. 2013. № 4.
5. Дворянкина Е. К. Моделирование образовательной системы вуза по развитию студентов как субъектов профессионально-педагогической деятельности: автореф. дисс. ... д. пед. н. Хабаровск, 2012.
6. Дементьева М. А. Становление профессиональной позиции будущего учителя в процессе педагогической практики: автореф. дисс. ... к. пед. н. Саратов, 2012.
7. Дубровина И. В. Психологическое благополучие школьников: учеб. пособие для вузов. М.: Юрайт, 2023.
8. Ефлова М. Ю., Ишкинеева Ф. Ф., Фурсова В. В. Социальное самочувствие и ценностные ориентации студенческой молодежи в контексте социальных изменений // Вестник Института социологии. 2014. № 3 (10).
9. Землянская Е. Н., Безбородова М. А. Моделирование практической подготовки студентов-педагогов в условиях школьно-университетского партнерства // Педагогика. Вопросы теории и практики. 2021. Т. 6. Вып. 1. <https://doi.org/10.30853/ped210018>
10. Землянская Е. Н., Ситниченко М. Я. Модель углубленной профессионально-ориентированной практики магистрантов психолого-педагогического образования // Преподаватель XXI век. 2015. Т. 1. № 2.
11. Ковалев П. А. Психологическое самочувствие детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в разных условиях социализации: дисс. ... к. психол. н. М., 2021.
12. Ковалев П. А. Психологическое и социальное самочувствие: анализ содержания понятий // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 6А.
13. Колодина Л. С. Моделирование общедидактической подготовки студентов – будущих учителей в условиях педагогической практики в университете: автореф. дисс. ... к. пед. н. Ижевск, 2005.
14. Марголис А. А. Требования к модернизации основных профессиональных образовательных программ (ОПОП) подготовки педагогических кадров в соответствии с профессиональным стандартом педагога: предложения к реализации деятельностного подхода в подготовке педагогических кадров // Психологическая наука и образование. 2014. Т. 19. № 3.
15. Оганесян Е. В. Культурологическая модель педагогической практики в системе высшего педагогического образования: автореф. дисс. ... д. пед. н. М., 2005.
16. Оптимизация учебно-методического сопровождения реализации образовательных программ как условие повышения качества высшего образования: монография / под ред. Е. В. Ляпунцовой, Ю. М. Белозеровой, И. И. Дроздовой. М.: РУСАЙНС, 2020.
17. Петрова Л. Е. Социальное самочувствие молодежи // СОЦИС. 2000. № 12.
18. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. Изд-е 2-е, перераб. и доп. М.: Астрель; АСТ; Транзиткнига, 2006.
19. Ситниченко М. Я. Моделирование педагогической практики студентов: проблемно-исторический анализ: монография. М.: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016.
20. Тощенко Ж. Т., Харченко С. В. Социальное настроение. М.: Логос, 2015.
21. Тугайбаева Б. Н. Некоторые вопросы изучения психологического самочувствия личности в исторической психологии // Человек и мир. 2018. Т. 2. № 3 (5).
22. Ульянина О. А. Психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в 2022 году: презентация. 2023. [http://ovz24.ru/images/Презентация\\_ФКЦ\\_compressed.pdf](http://ovz24.ru/images/Презентация_ФКЦ_compressed.pdf)
23. Хайрутдинова Р. Р. Современные проблемы профессиональной подготовки учителя начальных классов в вузе и пути их решения // Теория и практика общественного развития. 2013. Т. 1. № 11.
24. Харитоновна Е. В. Психологическое самочувствие личности и его составляющие // Человек. Искусство. Вселенная. 2018. № 1.

25. Харченко С. В. Социальное самочувствие российских фрилансеров // Стратегии развития социальных общностей, институтов и территорий: мат. II междунар. науч.-практ. конференции (г. Екатеринбург, 18-20 апреля 2016 г.): в 2-х т. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2016. Т. 1.
26. Холондович Е. Н. Психологическое самочувствие человека как психологическая проблема // Социальная и экономическая психология. 2018. Т. 3. № 4 (12).

#### Информация об авторах | Author information

**RU**

Землянская Елена Николаевна<sup>1</sup>, д. пед. н., проф.  
Безбородова Мария Александровна<sup>2</sup>, к. психол. н., доц.  
Ситниченко Марина Ярополковна<sup>3</sup>, к. пед. н., доц.  
<sup>1, 2, 3</sup> Московский педагогический государственный университет

**EN**

Zemlyanskaya Elena Nikolaevna<sup>1</sup>, Dr  
Bezborodova Maria Aleksandrovna<sup>2</sup>, PhD  
Sitnichenko Marina Yaropolkovna<sup>3</sup>, PhD  
<sup>1, 2, 3</sup> Moscow Pedagogical State University

<sup>1</sup> enz\_888@mail.ru, <sup>2</sup> bezborodova.ma@mail.ru, <sup>3</sup> navigare2006@yandex.ru

#### Информация о статье | About this article

Дата поступления рукописи (received): 07.12.2023; опубликовано online (published online): 17.01.2024.

**Ключевые слова (keywords):** психологическое самочувствие личности; студенты педагогических вузов; педагогическая практика; высшее образование; подготовка педагогов; самообразование; personal psychological well-being; students of pedagogical universities; teaching practice; higher education; teacher training; self-education.