

Научное мнение. 2025. № 9. С. 45–49.

Nauchnoe mnenie. 2025. № 9. Р. 45–49.

Научная статья

УДК 159.923.3:378.12.015.325

DOI: [https://doi.org/10.25807/22224378\\_2025\\_9\\_45](https://doi.org/10.25807/22224378_2025_9_45)

## ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЕЙ АУТОПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ

**Яна Витальевна Головащенко<sup>1</sup>, Ольга Алексеевна Шумакова<sup>2</sup>**

<sup>1, 2</sup> Южно-Уральский государственный медицинский университет Минздрава России,  
г. Челябинск, Россия

<sup>1</sup> [saikojav@mail.ru](mailto:saikojav@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-4472-5508>

<sup>2</sup> [olgash37@yandex.ru](mailto:olgash37@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0001-9928-0548>

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию уровней аутопсихологической компетентности будущих педагогов. В результате применения метода Уорда было зафиксировано два самооценочных уровня (кластера): 1) «социально неуверенные — тревожные»; 2) «социально открытые — уверенные». В каждый уровень (кластер) вошли показатели от 111 до 228 человек. При этом показатели аутопсихологической компетентности у будущих педагогов имеют ряд отличий в каждом кластере.

**Ключевые слова:** аутопсихологическая компетентность, кластерный анализ, профессиональное будущее, психологическое благополучие, самооценка, тревожность

Original article

## A STUDY ON THE LEVELS OF AUTOPSYCHOLOGICAL COMPETENCE OF FUTURE TEACHERS

**Yana V. Golovashchenko<sup>1</sup>, Olga A. Shumakova<sup>2</sup>**

<sup>1, 2</sup> South Ural State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation,  
Chelyabinsk, Russia

<sup>1</sup> [saikojav@mail.ru](mailto:saikojav@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-4472-5508>

<sup>2</sup> [olgash37@yandex.ru](mailto:olgash37@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0001-9928-0548>

**Abstract.** The article is devoted to the levels of autopsychological competence of future teachers. As a result of applying Ward's method, two self-assessment levels (clusters) were revealed: 1) "socially insecure – anxious"; 2) "socially open – confident". Each level (cluster) included indicators from 111 to 228 people. At the same time, the indicators of autopsychological competence in future teachers have a number of differences in each cluster.

**Keywords:** autopsychological competence, cluster analysis, professional future, psychological well-being, self-esteem, anxiety

### Введение

Проблема планирования профессионального будущего особенно актуальна для молодежи, так как выбирая сферу деятельности,

человек не только находит сферу приложения своего труда, но и определенное социальное окружение в будущем, и потенциальный уровень доходов. Правильно выбранная профес-

сия, а также сформированная аутопсихологическая компетентность положительно влияют на психологическое благополучие. Как отмечают К. Н. Наджафалиева и Е. Б. Марин, психологическое благополучие и устойчивость к стрессовым ситуациям способствуют достижению успеха в профессиональной деятельности [1].

Вместе с тем увеличенная учебная нагрузка в работе педагога приводит к появлению астенической реакции (это состояние проявляется быстрой утомляемостью, слабостью и сниженной работоспособностью, которое не проходит после полноценного отдыха). Физическое и психическое напряжение в деятельности педагога усугубляется высоким уровнем тревожности [2]. Значительная часть показателей, показывающих адаптационные ресурсы человека, таких как нервно-психическая стабильность, способность приспосабливаться к различным ситуациям и коммуникативные способности, зависят от уровня реактивной и личностной тревожности [3].

В работе Т. Л. Кузьмишиной о специфике самоотношения в юношеском возрасте при выраженной тревожности установлена положительная корреляционная связь между тревожностью и самообвинением. Эти данные побуждают к психолого-педагогическому сопровождению студентов с целью изменения позиции «против себя» и выработки навыков саморегуляции и самоконтроля, что позволит найти эффективные пути самореализации в обществе [4]. В то же время, когда человек испытывает тревожность, он может быть более склонен искать причину своей тревоги в собственных недостатках или ошибках, что снижает его самооценку.

Влияние аутопсихологической компетентности на личностное развитие является многогранным и охватывает различные аспекты психологического благополучия. Снижение тревожности, повышение активности и уверенности в себе, активное отношение к познавательной деятельности и потребность в рефлексии — все это свидетельствует о том, что развитие аутопсихологической компетентности является важным фактором, спо-

собствующим успешной самореализации индивидов в современном обществе [5]. Также осознанный подход к своему внутреннему состоянию помогает идентифицировать источник тревоги и позволяет разрабатывать стратегии ее преодоления.

### Материалы и методы

В данном исследовании участвовали 339 студентов Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета (ЮУрГГПУ). Возраст респондентов от 17 до 22 лет.

Применялись следующие психодиагностические методики: тест «Смыслоразностных ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева [6]; многофакторная личностная методика Р. Кеттелла [7]; методика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан [8]; **самоактуализационный тест (САТ)** Э. Шострома [9].

**С целью выделения** и описания самооценочных **уровней** (кластеров) аутопсихологической компетентности у будущих педагогов был применен кластерный анализ по методу Уорда (Ward's method) с расчетом евклидовых расстояний между объектами [10; 11].

К имеющимся данным был применен кластерный анализ — метод Уорда (Ward's method). Данный метод позволяет разделить будущих педагогов на однородные группы.

Метод Уорда (Ward's method) создает кластеры примерно равных размеров, создает более отчетливые, мелкие кластеры и представляет собой способ графического представления материала [12].

### Результаты и их обсуждение.

При помощи иерархического анализа по методу Уорда (Ward's method) с вычислением евклидовых расстояний между объектами было получено дерево, визуальный анализ которого позволил установить оптимальное количество кластеров (рис. 1).

В результате использования метода Уорда (Ward's method) было выявлено **два самооценочных кластера**. В каждый кластер вошло от 111 до 228 будущих педагогов. При этом показатели аутопсихологической компетентности у будущих педагогов имеет ряд отличий в каждом кластере.

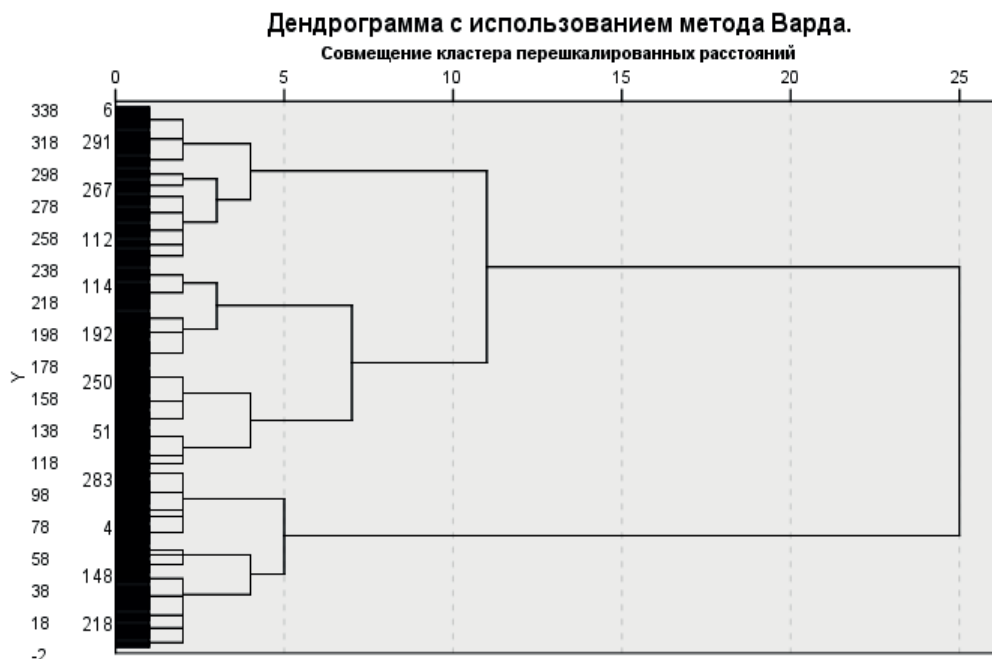


Рис. 1. Дендрограмма с использованием метода Уорда (Ward's method).

#### Первый кластер (N = 111) образовали:

1. Самооценка, которая находит отражение в **среднем** (уверенность в себе, способность, внешность, профессиональные умения) и **низком** (**характер, авторитет у сверстников**) уровнях оценки личностью своих качеств.

2. Смысложизненные ориентации, которые располагаются в пределах среднего уровня (цель, процесс жизни, локус контроля — Я, локус контроля — Жизнь и результативность жизни).

3. **Личностные особенности** (**замкнутость**, абстрактное мышление, эмоциональная неустойчивость, **робость**, опирается на свои силы, консерватор, высокий самоконтроль, расслабленность, **высокие значения тревожности** и средние значения экстраверсии).

4. Шкала самоактуализации, имеющая высокий балл (самоуважение), шкалы, которые соответствуют статистической норме (ориентация во времени, ценностные ориентации, самопринятие, поддержка, гибкость поведения, сензитивность, спонтанность, синергия, принятие агрессии, контактность и креативность).

#### Второй кластер (N = 228) образовали:

1. Самооценка, которая проявляется в **высоком** (уверенность в себе, способность, внешность, профессиональные умения, авторитет у сверстников) и **очень высоком** (**характер**) уровнях оценки личностью своих качеств.

2. Смысложизненные ориентации, которые располагаются в пределах среднего уровня (цель, процесс жизни, локус контроля — Я, локус контроля — Жизнь и результативность жизни).

3. **Личностные особенности** (**общительность**, абстрактное мышление, эмоциональная неустойчивость, **смелость**, опирается на свои силы, консерватор, высокий самоконтроль, расслабленность, **среднее значение тревожности** и экстраверсия).

4. Шкала самоактуализации, имеющая высокий балл (самоуважение), шкалы, которые соответствуют статистической норме (ориентация во времени, поддержка, ценностные ориентации, гибкость поведения, сензитивность, спонтанность, самопринятие, синергия, принятие агрессии, контактность и креативность).

**Выводы.** Таким образом кластерный анализ позволил выделить и описать проявления

двух самооценочных уровней (кластеров) АПК у будущих педагогов: 1) «социально неуверенные — тревожные»; 2) «социально открытые — уверенные».

Составной частью аутопсихологической компетентности является тревожность и ее выраженность. Когда уровень тревожности высок, это может затруднять процессы саморегуляции и самоконтроля, снижая эффективность аутопсихологической компетентности. «Социально неуверенным — тревожным» студентам сложно устанавливать межличностные контакты и им трудно принимать самостоятельные решения, а также у них прослеживается низкая оценка своего авторитета среди сверстников и характера (сомнение в личностных качествах, которые позволят достичь успеха). При этом самооценка может быть реалистичной.

«Социально открытые — уверенные» будущие педагоги имеют средний уровень тревожности. Данный уровень тревожности благоприятный, это так называемая «оптимальная тревожность», которая обеспечива-

ет равновесие между низким и чрезмерным уровнем тревоги. Она может побуждать личность готовиться к ответственным событиям (экзамены, конференции), выступает стимулом к деятельности (быстрое реагирование в экстремальной ситуации), способствует рефлексии и др. Данные студенты общительны, проявляют смелость в принятии решений и имеют высокий уровень самооценки.

Взаимосвязь между аутопсихологической компетентностью и тревожностью является двусторонней: развивая свою аутопсихологическую компетентность будущий педагог может снизить уровень тревожности; управляя тревожными состояниями, будущий педагог улучшает свою аутопсихологическую компетентность. Это подчеркивает важность работы над этими аспектами в рамках психоэмоционального развития. В связи с этим сформированная аутопсихологическая компетентность и оптимальный уровень тревожности позволяют избежать эмоционального выгорания, что критически важно для длительного пребывания в профессии.

### Список источников

1. *Наджафалиева К. Н.* Методы повышения психологического благополучия и эмоциональной устойчивости у сотрудников пенитенциарной системы / К. Н. Наджафалиева, Е. Б. Марин // *Мировая наука*. № 1(82). С. 72–81.
2. *Верченко И. А.* Влияние тревожности на профессиональное выгорание педагогов // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2021. Т. 9 № 3. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/40PSMN321.pdf> (дата обращения: 08.06.2025).
3. *Долгушина Н. А.* Изучение взаимосвязи уровня тревожности и социальной адаптации у студентов к обучению в высшем учебном заведении / Н. А. Долгушина, Г. В. Ильина, Е. А. Овсянникова // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2024. Т. 12. № 6. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/114PDMN624.pdf> (дата обращения: 08.06.2025).
4. *Кузьмишина Т. Л.* Специфика самоотношения людей юношеского возраста с выраженной тревожностью // *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*. 2024. № 4 (72). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-samootnosheniya-lyudey-yunosheskogo-vozrasta-s-vyrazhennoy-trevozhnostyu> (дата обращения: 08.06.2025).
5. *Совершенствование аутопсихологической компетентности педагога: учебно-методическое пособие* / Ред. коллегия: Боброва И. А., Чурсинова О. В. Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2019. 99 с.
6. *Леонтьев Д. А.* Тест смысложизненных ориентаций. М.: Смысл, 2000. 18 с.
7. *Капустина А. Н.* Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла // *Практикум по психодиагностике*. СПб., 2007. 104 с.
8. *Практикум по возрастной психологии* / под редакцией Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб.: Речь, 2002. 694 с.

9. Алешина Ю. Е., Гозман Л. Я., Загика М. В. и др. Самоактуализационный тест / Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика // Психология. Пермь. URL: <http://www.psychology-perm.ru/T40.htm> (дата обращения: 01.02.2024).

10. Бантикова О. И. Методы кластерного анализа. Классификация без обучения (непараметрический случай): методические указания к лабораторному практикуму, курсовой работе, дипломному проектированию и самостоятельной работе студентов / О. И. Бантикова, Е. Н. Седова, О. С. Чудинова. Оренбург: ГОУ ОГУ, 2011. 93 с.

11. Куладжи Т. В. Кластерная экономика: матричный инструментальный оценки эффективности производства: монография / Т. В. Куладжи. 2-е изд. Архангельск: САФУ, 2014. 368 с. URL: <https://e.lanbook.com/book/96637> (дата обращения: 24.07.2025).

12. Васягина Н. Н. Особенности субъектности матери в период восстановления родительских прав: монография / Н. Н. Васягина, Е. О. Мазурчук; Уральский государственный педагогический университет. Екатеринбург: [б. и.], 2020. 160 с.

Статья поступила в редакцию 23.07.2025; одобрена после рецензирования 29.08.2025; принята к публикации 12.09.2025.

The article was submitted 23.07.2025; approved after reviewing 29.08.2025; accepted for publication 12.09.2025.

#### **Информация об авторах:**

Я. В. Головащенко — старший преподаватель кафедры биологии;

О. А. Шумакова — доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психологии.

#### **Information about the Authors:**

Ya. V. Golovashchenko — senior lecturer at the Department of Biology;

O. A. Shumakova — Doctor of Sciences (Psychology), associate professor, head of the Department of Psychology.