

ӘЛ-ФАРАБИ атындағы ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
АКАДЕМИК Т. ТӘЖІБАЕВ атындағы
ЭТНОПЕДАГОГИКА ЖӘНЕ ЭТНОПСИХОЛОГИЯ ОҚУ-ЗЕРТТЕУ ОРТАЛЫҒЫ
ФИЛОСОФИЯ ЖӘНЕ САЯСАТТАНУ ФАКУЛЬТЕТІ
ЖАЛПЫ ЖӘНЕ ҚОЛДАНБАЛЫ ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСЫ



АКАДЕМИК Т.Т. ТӘЖІБАЕВТЫҢ ХVІІІ-ОҚУЛАРЫ
ШЕҢБЕРІНДЕГІ «РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ» БАҒДАРЛАМАСЫ
КОНТЕКСІНДЕГІ ҚАЗІРГІ ТАҢДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ
ҒЫЛЫМ МЕН ТӘЖІРИБЕ» атты
республикалық ғылыми-әдістемелік конференцияның
МАТЕРИАЛДАРЫ

Материалы Республиканской научно-методической конференции
"СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ НАУКА И
ПРАКТИКА В КОНТЕКСТЕ
ПРОГРАММЫ "РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ"
В РАМКАХ ХVІІІ ТАЖИБАЕВСКИХ ЧТЕНИЙ

Materials of
Republican scientific and methodical conference
"MODERN PSYCHOLOGICAL SCIENCE AND PRACTICE IN THE
CONTEXT OF IMPLEMENTATION OF THE "RUHANI ZHANGYRU"
PROGRAM IN THE FRAMEWORK OF THE ХVІІІ TAZHIBAЕV
READINGS

Алматы
«Қазақ университеті»
2018

Жұбаназарова Н.С., Каубаева А. МЕКТЕП - ИНТЕРНАТТАҒЫ ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ТҮЛГАЛЫҚ МАЗАСЫЗДАНУ МӘСЕЛЕСІ	51
Жұман Ш.Е., Байтуғанова М.А. БІЛІМНІҢ САЛТАНАТ ҚҰРУЫ	53
Исаханова А.А. «ЭКОКАРТА» - ТЕХНОЛОГИЯ ПОВЫШЕНИЯ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТА В ЛИЧНОСТНОМ РАЗВИТИИ И ОБУЧЕНИИ	55
Кабиден К.Е. СЕМЕЙНЫЕ ТРУДНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И ИХ АКТУАЛЬНЫЕ ТИПИЧНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ	57
Кадуков Э.В., Пивцова А.А. ПРОБЛЕМЫ В ПРЕПОДАВАНИИ ПСИХОЛОГИИ СТУДЕНТАМ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ	60
Камысбаева А.К., Умарова С.А. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ПЕДАГОГОВ В ОБЩЕНИИ СО СТУДЕНТАМИ	62
Карманова М.Н. АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ (ПО МАТЕРИАЛАМ ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЗОРА)	64
Кенжебаева С., Ахтаева Н.С. ВЛИЯНИЕ СТИЛИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБЩЕНИЯ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	66
Мадалиева З.Б., Сарбасова Г.Ж. ЭМОЦИОНАЛДЫ ИКЕМДІЛІК ЖӘНЕ ОНЫ БОЛАШАҚ ПСИХОЛОГТАРДА ДАМУ	70
Мадалиева З.Б., Тлебадина Ә.Е. К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ УЧИТЕЛЕЙ	73
Масатова Н.Б., Аксериков Г.Е. СТУДЕНТ ЖАСТАРДЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҒЫН САҚТАУДЫҢ МАҢЫЗДЫЛЫҒЫ	75
Махашова П.М., Әбдеш Н.Б. СТУДЕНТТЕРДІҢ КРЕАТИВТІ ОЙЛАУ КАБІЛЕТІН ДАМУДЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	77
Менлібекова Г.Ж. АНДРОГОГИКАЛЫҚ БІЛІМДІ ДАМУДЫҢ МӘСЕЛЕЛЕРІ	80
Мойлауова Ж.А. ОҚУШЫЛАРДЫҢ ӨЗІНДІК ЖҰМЫС ЖАСАУ ДАҒДЫСЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ЖОЛДАРЫ	82
Нақып Ш.Б., Төленті Ш.Ж. ЖЕТКІНШЕКТЕРДЕГІ ДЕВИАНТТЫҚ МІНЕЗ-ҚУЛЫҚ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	84
Нурлыбекова А.Б., Жолдасова М.К., Ахметова А.А. МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМЫН ИННОВАЦИЯЛЫҚ МЕНЕДЖМЕНТ НЕГІЗІНДЕ БАСҚАРУ АСПЕКТІЛЕРІ	86
Сабекова Д.А. Джамалбекова Н.К. БІЛІМ БЕРУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ ПСИХОЛОГ ҚЫЗМЕТІНІҢ МӘНІ	88
Садықова Н.М., Жәнібек Ж.Ж. МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДЫҢ ПСИХИКАЛЫҚ ДАМУЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	91
Сарсенбаева Б.Ғ., Кемал П.С. БАЛАЛАР ӨМІРІНДЕГІ ОЙЫН ІС-ӘРЕКЕТІНІҢ МАҢЫЗДЫЛЫҒЫ	94
Сарыбекова Ж.Т., Тұрдалиева Ш., Абдуллаева Н. ГЕНДЕРЛІК САЯСАТ ЖӘНЕ ОНЫҢ ҚЫЗ ТӘРБИЕСІНЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ӘСЕР ЕТУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ	97
Сахиева Ф.А., Мақұлбек Г.Т. МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДЫҢ АУТИЗІМІНІҢ ЕРЕКШЕЛІГІ	99
Сейдина М.З. ЕРЕСЕКТЕРДІҢ ТОЛЕРАНТТЫЛЫҒЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУДЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ АСПЕКТІЛЕРІ	101
Сембаева С., Әбуова С. ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ СУИЦИДКЕ БЕЙІМДЕЛУІ	104
Смайлова С.М., Саякова А.М. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО И ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ДЕТЕЙ С СИСТЕМОЙ КОХЛЕАРНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ	106

2. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. 4-е изд. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 176 с. (Руководство практического психолога). -С.4
3. Психологическое здоровье учащихся как цель работы школьной психологической службы Ольга Хухлаева «Школьный психолог» №14, 2007
4. Фоминцова А.И., Шабанова Т.Л. Педагогическая психология: учебное пособие, 2-е изд., перераб., доп. 2013. С.231

Мадалиева З.Б., Сарбасова Г.Ж.
(Алматы қ. Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті)

ЭМОЦИОНАЛДЫ ИКЕМДІЛІК ЖӘНЕ ОНЫ БОЛАШАҚ ПСИХОЛОГТАРДА ДАМУ

Эмоционалды икемділік психология ғылымындағы жаңа түсініктердің бірі болып келеді. Әрбір жеке тұлғаның өмісіне бола білу мен қатар өзгелерді де түсініп қабылдауы оның эмоционалды икемділігінің қалыптасуына байланысты болғандықтан, әрбір келешек маманды осыған даярлау қазіргі білім мекемелерінің негізгі міндеті болуда. Эмоционалды икемділік мәселесі қазіргі кезде өзекті және қарқынды даму үстінде. Себебі қазіргі заман жаңа өзгерістерге жылдам бейімделуді және ондағы қиындықтарды жеңуге өз сапасын жаңа түрде қалыптастыратын эмоционалды икемді болуын талап етеді. Яғни эмоционалды икемді болу арқылы ол өзінің мазасыздығын төмендетеді, әр келеңсіздікте өз ойын позитивті ете біледі.

Эмоционалды икемділік түсінігін ең алғаш зерттеген Америка ғалымдарының бірі Сьюзан Д. ол жирма жыл бойы эмоция мәселесін зерттей келе, ақыл, ерекше шығармашылық, жеке тұлғалық тип сәттіліктің негізі емес екендігін анықтады. Барлығыда сіздердің өздеріңіздің ішкі әлемдеріңізбен байланыста болуларыңыз да деген, яғни ішкі ойыңызбен, сезіміңізбен, диалогыңызбен. Осымен қатар зерттеулерінде эмоционалды икемді бола алмаушылық көптеген психологиялық проблемаларға әкеліп соғатынын дәлелдеді, олар депрессия, алаңдаушылық т.с.с. Керсінше эмоционалды икемділік – ойымызбен сезіміміздің икемділігі өмірдегі күнделікті болып жататын мәселелерге оңтайлы қарау арқылы жақсылық пен сәттілікке әкеледі. Эмоционалды икемді адамдар әлемде болып жатқан күрделі өзгерістерге жылдам бейімделгіш болып келеді. Олар стресс пен қиындықтарды жеңуде өте тозімді, өз қызығушылықтарынан бас тартпайтын жарқын жүзді адамдар болып келеді [1, 3].

Осымен қатар Ресей ғалымдары да өз зерттеулерінде эмоционалды икемділікті терең қарастырған, ең алғаш болып бұл түсінікті Л.М.Митина педагогтардың тұлғалық сапаларын зерттеуде эмоционалды икемділік мәселесінің маңыздылығын ашып көрсеткен. Әдіснамалық тұрғыда эмоционалды икемділікті өз зерттеулерінде тиімді қолданған Е.С. Асмакова (2000), Е.М. Семенова (2002) және тағы басқалары [2,1116]. Бұл ғалымдардың еңбектеріндегі ортақ көзқарас пен мақсат ол эмоционалды икемділікті ең алдымен маманда қалыптастырулары негіз болды.

Жоғарыдағы ғалымдардың көзқарастары мен зерттеулеріндегі тұжырымдар қазіргі заманауи сұранысқа сай болғандықтан бізде өз зерттеуімізде эмоционалды икемділік мәселесін болашақ психолог маман бойында қалыптастыруды негізге алдық.

Мамандардың заманауи өзгерістерге байланысты қызмет атқаруы олардың индивидуалды ерекшеліктерінің соған сай болуын талап етуде. Қазіргі таңда сұранысқа ие және де қоғамға, ондағы әрбір жеке тұлғаға дұрыс бағыт беріп, өзін-өзі тануға көмектесе білетін мамандардың бірі болып отырған ол «психолог». «Психолог» маманы эмоционалды икемді бола білуі арқылы өзінің кәсібінің нағыз маманы болары айқын.

Біздің зерттеу бағытымызда болашақ психологтардың «эмоционалды икемділігі» олардың жаңа келеңсіз жағдайларға жеңіл және жылдам бейімделуі, түсіне білу қабілетінің көрінуі, өзінің және өзгелердің эмоционалды күйін басқара білуі мен саналы түрде сезінуі, экспрессивтілігі, өз эмоциясын айқын көрсетуі, әңгімелесуші адамның эмоционалды жағдайын түсіну мәселелері жалпы оқу құрылымымен байланысында. Себебі әр психолог маман жеке тұлғаға психологиялық көмек көрсетпес бұрын ең алдымен өз-өзіне психологиялық қолдау жасай білуі қажет, бұл үшін олар ең алдымен өз эмоцияларын басқарушы, яғни «эмоционалды икемді» болулары қажет [2,1126].

Эмоционалды икемділікті оқу процесі арқылы болашақ психологтарға қалыптастыру талаптары негізінде олардың эмоционалды ұстамдылығы, жағымды эмоционалды экспрессиясы, эмпатия мен рефлексиялары дамиды.

Эмоционалды ұстамдылық арқылы олардың өзін-өзі басқара білу дағдылары қалыптасады. Осы арқылы олар келешекте психолог маманы ретінде қызмет атқаруда клиенттің және өзінің эмоционалды күйін басқара біледі. Бұл мәселені өз зерттеулерінде Е.М.Семенова «өзінің психоэмоционалды күйін

басқарудағы адамның өз-өзіне әсер етуіндегі ойша бейнелері, тыныс алуын, бұлшықетін басқаруы» деп анықтаған. Осы арқылы өз-өзінді басқара білудің негізгі үш тиімді нәтижесі көрсетілді: тынышталу тиімділігі (эмоционалды қысымды жою); қалыпқа келу тиімділігі (қажу көрінісінің әлсіреуі); жандану қатыптасу тиімділігі (психофизиологиялық реактивтіліктің жоғарлауы). Өзін-өзі реттей білу дағдысының сипатталады [2,1106]. Бұл тұжырым негізінде эмоционалды ұстамдылықтың болашақ психолог үшін қаншақты маңызды кәсіби қабілет болатындығына сенімімізді арттырамыз. Психолог мамандығының студенттеріне арнайы кәсіби пәндерді оқытуда олардың эмоционалды өзін-өзі басқара білуіне бағытталған тәжірибелік сабақтарда түрлі әдістерді тиімді қолдануды өз зерттеуіміздің негізі болуда бұл тұжырымға сүйенеміз.

Эмоционалды ұстамдылықпен қатар студент психологтарға позитивті эмоционалды экспрессия да өте қажет. Бұл мәселені Л.М.Митина өз зерттеуінде қарастырған, эмоционалды экспрессия ол маманның өз образын мен эмоциясын, мимика, жест, жүріс тұрысы мен сойлеу мәнері, дауыс интонациясы мен өзіндік ой бейнесін ашық еркін түрде көрсете білуінде деген [3,2066]. Әрине бұл қасиет психолог үшін өте маңызды ол тез арада өзінің эмоционалды күйін өзгерте білуде экспрессия дағдысын қалыптастыруы қажет, бұл дағды оның мінез-құлық ерекшелігімен де сипатталуы мүмкін, дегенмен оқу процесінде арнайы психологиялық пәндерді оқытуда мұның психолог үшін маңызды қасиеті екендігіне олардың ой-санатарып қалыптастыруымыз маңызды болып келеді. Эмоционалды экспрессияны қалыптастыра білген психолог маман әр кезде өзінің эмоционалды икемділігін іс-жүзінде көрсете алады, өзінің қоршаған ортасында әр кезде позитивтілікті орната білетін маманның бірі болатыны анық.

Эмоционалды икемді болудың тағы бір негізгі факторы, ол – эмпатия. Эмпатия ол басқа адамның эмоционалды жағдайына алдын ала болжау жасай білу қабілетінде, жеке тұлға жайлы ақпараттың жеткіліксіздігіне байланысты әрекет жасауы, адамның ішкі жан дүниесіндегі қиындыққа бірлесе қайтыруы мен оны түсіне білуі. Бұдан біз эмпатияның психолог маманының іс-әрекетіндегі маңызды қасиеті ретінде көреміз, себебі көмек сұраушы әр клиенттің мәселесін шешуде өз «менінді» ұмытып оның мәселесіне бірге үңілуді қажет, сол кезде ғана онымен бірге жан дүниесіндегі қиындықтарды сезіп көре аласың. Студент психологтардың эмпатиялары іс-тәжірибе кезінде қалыптасады, осыған байланысты практикалық сабақтарда арнайы кеңес берудің әдіс-тәсілдері жүзеге асырылуы қажет деген болжам жасаймыз.

Эмоционалды икемді болудағы келесі фактор, ол рефлексия. Эмоционалды күйіңнің өзіндік рефлексиясы ол өзіндік санасы, танымы, білімі. Бұл ең алдымен адамның өз-өзіне деген қатынасы, атқарып отырған әрекетіне деген есеп берушілігі болып келеді.

Жоғарыда аталған эмоционалды икемділіктің факторлары негізінде болашақ психологтарға икемді болудың негізін түсіндіре аламыз. Психолог маманының өз кәсіби іс-әрекетінде жетістікке жете білуімен қатар оған соққы болатын түрлі жеке тұлғалардың психологиялық қиындықтарына жауап берумен қатар өз-өзіне де психологиялық қорғаныс жасаудың кепілі ол оның эмоционалды икемді бола білуі. Психологтың эмоционалды икемді бола білуі оның өз кәсібінің нағыз маманы екендігінің дәлелі болып келеді, себебі икемділік арқылы ол адамдардың ойын өзгерте біледі, ал өз ойын өзгерткен адам өзінің мәселесіне, санасындағы психологиялық қиындықтарға өз көзқарасын икемділігі арқылы өзгертеді.

Біз жоғарыда атап кеткендей эмоционалды икемділік түсінігі қазіргі кездегі қолданысқа енді еніп жатқан түсініктердің бірі болуда, себебі жылдар бойы жасалған ғылыми тәжірибелер, соның ішінде эмоцияға байланысты жүргізілген зерттеулердің кепілі негізінде «эмоционалды икемділік» түсінігінің эмоцияға байланысты жүргізілген зерттеулердің кепілі негізінде «эмоционалды икемділік» түсінігінің маңыздылығы мен қажеттілігі ашылды. Осы бағытты біз өз зерттеуімізде эмоционалды икемділікті жас мамандардың бойында қалыптастыруымызды негізге алып отырмыз. Осы арқылы келешекте әр мамандардың бойында қалыптастыруымызды негізге алып отырмыз. Осы арқылы келешекте әр психолог маман өзінің кәсіби іс-әрекетіндегі түрлі қиындықтарға төтеп бере алуымен қатар нәтижелі жұмыс көрсете алады. Адам санасының икемді болуы ол ең алдымен өзін-өзі түрлі жағдайларға даярлай білуі. Адам санасы осымен еркшеленеді ол өзін жағымды іске бағыттай отырып позитивті шабытта болса оның өмірге деген көзқарасы мен іс-әрекетінде үйлесімділік пайда борлады.

Болашақ психолог маманды эмоционалды икемділіктері анықталуы қажет, ол үшін байланысты. Оқу барысында студенттердің эмоционалды икемділіктері анықталуы қажет, ол үшін келесі әдістемелер ұсынылады: Әдістеме «Өзін-өзі бағалаудың эмоционалды күйі» (Г. Айзенк бойынша); Өзін-өзі өзектендіру тесті; Жеке тұлғаның жетістікке жету мотивациясын анықтау әдістемесі Т. Элерс бойынша; А. Меграбян мен Н. Эпштейн ұсынған эмпатия диагностикасы, бұл әдістемелер көмегі арқылы студенттердің эмоционалды күйі, икемділігі өзінің кәсіби іс-әрекетіне деген мақсаты анықталады. Әр маман өзін-өзі студенттік кезеңнен бастап кәсіби іс-әрекетіне даярлауы қажет, ал психолог маманы ол басқа мамандардан ерекшелігі оның эмоционалды икемді болуы арқылы

өзгелерге үлкен психологиялық қолдау көрсете білуінде. Осы бағытта біз өз зерттеуімізде жоғарыдағы әдістемелер бойынша олардың эмоционалды икемділігіне баға беруді негізге алдық.

Болашақ психологтардың эмоционалды икемді болуын тест әдістері арқылы анықтасақ, оны қалыптастырудың жолдары оқу процесіндегі пәндердің мазмұнымен байланысады осымен қатар психологиялық тренингтер мен жағтығулар да маңызды ролді атқаруда. Төменде эмоционалды икемділікті терең зерттеген ғалымдардың жаттығуы үлгі ретінде ұсынылып отыр, осы арқылы болашақ психолог күнделікті өмірде өзін-өзі эмоционалды икемді болуға дағдыландыра алады.

Авторлары: Сьюзан Дэвид пен Кристина Коглетон бойынша жасалған келесі жаттығу эмоционалды икемділікті қалыптастырады:

Жаттығу: «Өзіңнің эмоционалды икемділігіңді бағала»

Өзіңіздің өмірде атқарып жүрген іс-әрекетіңізбен байланысты бір жағдайат ойластырыңыз, мысалы: «Сізді басқарушы адамнан жағымсыз кері байланысты алу» немесе «Басшылыққа қызметіңізге байланысты сізді жоғарлатуды сұрау»

Осы жағдайға байланысты сіз өз ойыңызды анықтауыңыз қажет, мысалы: «Менің бастығым маған сенбейді» немесе «Маған қарағанда менің әріптестерімнің атқарған қызметтері бағалы»

Өзі-өзіңізге сұрақ қойыңыз: «Бұл ойдың менен кетуі үшін мен одан қаншалықты қашуым керек? Қаншалықты бұл ойдың мені жаулап алуына мүмкіндік бере аламын?»

Бұл жағдай қандай сезімдерді сездіретінін анықтаңыз. Бұл ашу, қайғы, қорқыныш, ұят, желкеніштілік немесе тағы басқа сезімдер ме?

Өз-өзіңізге келесі сұрақты қойыңыз: «Қаншалықты мен бұл сезімнен қаша аламын немесе оны елемеге тырысамын?» Оған қаншалықты үңіле аламын»

Кеңес

Егер сіз күнделікті өзіңіздің ойыңыз бен сезіміңізден қашатын болсаңыз онда оны мойындаңыз. Бұл ойлар қалай пайда болатынына мән беріңіз, және өзіңіздің эмоционалды күйіңізді күніне бірнеше рет тексеріңіз, осы арқылы сіздің миыңыз қажетті ақпаратты жібереді.

Егер сіз өз тірек нүктеніңізді табуда күнделікті өзіңіздің сезіміңіз бен ойыңызға берілсеңіз, онда он рет терең тыныс алу арқылы өзіңіздің сезімдеріңізді атаңыз.

Эмоцияға байланысты қарым-қатынасыңызды аламасытаратын болсаңыз онда өзіңіздің іс-әрекетіңіздің моделін қабылдаңыз. Бұл жерде қандай сезімдеріңізді қабылдап қайсысынан қашатыныңызға мән беріңіз. Енді жоғарыда мысал ретінде көрсетілген қай стратегияны қолданар едіңіз, қорытынды жасаудағы келесі қадамыңыз сіздің құндылықтарыңызбен байланысады. (Сьюзан Д)

Жаттығудағы тиімді көрсеткіштер:

1. **Өз іс-әрекетіңіздің моделін қабылдауыңыз.**
2. **Эмоция мен ойыңызды өз атауларымен атауыңыз**
3. **Сезімдеріңізді қабылдауыңыз**
4. **Өзіңіздің құндылығыңызбен келісе отырып әрекет етуіңіз.**

Бұл жаттығу арқылы авторлар эмоционалды икемділікті қалыптастыру жолдарын көрсеткен, әрине бұл мысалды адам өз өмірінің түрлі жағдайларында қолдана алады, бұндағы ең маңыздысы сіздің эмоционалды икемділігіңіз құндылықтарыңызға қарай бағытталуында. Осы арқылы сіз өзіңізге қажеттіні анықтайсыз және оның ішіндегі маңыздысына, қажеттісіне көз жеткізе отырып өз мәселеніңіздің шешімін таба аласыз.

Осымен қатар бұл жаттығу негізінде сіз өзіңіздің эмоционалды икемділігіңізді бағалай аласыз, бұл жаттығуларды авторлар өз еңбектерінде кеңінен қолдана отырып көптеген адамадарға психологиялық тұрғыдан өз ойын жинақтауда, эмоцияларын түсіне білуде көмегін тигізген.

Осы арқылы эмоционалды икемділік мәселесі болашақ психологтар үшін маңызды және қажетті сапа екендігіне көз жеткіземіз. Болашақ психологтардың оқу процесіндегі кәсіби және базалық пәндерінің негізі эмоционалды икемділікті қалыптастыруға бағытталуы қажет деген пікірдеміз.

Әдебиеттер:

1. Дэвид Сьюзан. «Эмоциональная гибкость» Как научиться радоваться переменам и получать удовольствие от работы и жизни. Пер. с англ. Е. Ряхина. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017. – 304 с.
2. Колмогорцева Н.Н., Наумова М.В. «Сущность характеристики эмоциональной гибкости: происхождение понятия, структура, функции и уровни развития» Научный журнал: Вопросы психологии и воспитания №11, 2009. Стр 110-112
3. Александр П.Л. «Общее представление о психологической структуре эмоциональной гибкости будущего психолога» Вестник ТГУ, выпуск 5 (109), 2012 с. 205-207
4. Климина Н.А. Мотивация учения и ее формирование у учащихся начальной школы // Социальная сеть работников образования nsportal.ru. – 2012.