

ПЕДАГОГИКА

Юй Сянь

(Армавирский государственный педагогический университет. г. Армавир, Россия)

Стратегии повышения эмоциональной устойчивости педагогов

Эмоциональная устойчивость педагогов играет важную роль в учебно-воспитательном процессе, она определяет эффективность и успешность педагогической деятельности. В статье суммируются внутренние и внешние факторы, которые влияют на эмоциональную устойчивость педагогов, с помощью онлайн-анкеты и интервью с китайскими учителями в средней школе. Результаты показывают, что у 12 учителей из 20 с высокой эмоциональностью наблюдается психологическое состояние тревоги, депрессии и беспокойства. Основываясь на результатах онлайн-опроса, автор раскрыл потенциал Техники Эмоциональной Свободы (ТЭС) в снижении тревожности и депрессии и выдвинул предположение, что ТЭС можно использовать как стратегию повышения эмоциональной устойчивости педагогов. Сделан вывод, что такой подход является перспективным и заслуживающим внимания.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, внутренние и внешние факторы, педагоги, онлайн-опрос, стратегия, Техника Эмоциональной Свободы.

30 мая 2021 г.
