

## Методики изучения психологических состояний и их реализация в студенческом обществе

Родионова Анна Геннадьевна, к.п.н., доцент кафедры ФВС,  
 Малиновская Ольга Викторовна, старший преподаватель кафедры ФВС,  
 Левицкая Светлана Викторовна, старший преподаватель кафедры ФВС,  
 Чумачева Елена, студентка экономического факультета 3 курс  
 ФГБОУ ВО «Хабаровский государственный университет экономики и права»

**Аннотация.** Помимо физического здоровья немаловажное значение для человека имеет его состояние психики. Поэтому изучение психических состояний актуально в практическом плане, поскольку данные состояния влияют на эффективность деятельности человека, в том числе, на эффективность учебной деятельности студентов.

**Ключевые слова:** студенты, тестирование, результаты исследования, психологические особенности.

Целью исследования данной работы является выявление особенностей психических состояний студентов в процессе обучения в вузе. Для этого были проведены тестирования по методикам Тейлора, Спилбергера-Ханина и Кеттелла, результатом которых является определение тревожности студентов, а также изучение их индивидуально-психологических особенностей. В опросах приняли участие 35 человек 3 курса экономического факультета.

Для начала проанализируем результаты по шкале тревожности Тейлора.

Вначале следует обработать результаты по шкале лжи. Она диагностирует склонность давать социально желательные ответы. Если этот показатель превышает 6 баллов, то это свидетельствует о неискренности испытуемого. Следует отметить, что все студенты ответили довольно честно, максимальный показатель лжи составляет 5 баллов.

Затем подсчитывается суммарная оценка по шкале тревоги (рис. 1). По результатам ответов получили следующие данные: 15,39% опрошенных имеют средний (с тенденцией к низкому) уровень тревоги, 53,85% - это большая часть опрошенных респондентов имеет средний (с тенденцией к высокому) уровень тревоги, что может быть обусловлено объективной причиной: данный тест проводился в преддверии экзаменационной сессии. Также присутствуют студенты с суммарным баллом более 25 (30,76%), что говорит о высоком уровне тревоги. По данным теста, последние из указанных студентов принадлежат к числу неуспевающих по учебным дисциплинам [1].

Далее проанализируем результаты по шкале реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина.

Данная шкала является информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность, как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека) [2].

Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа [3].

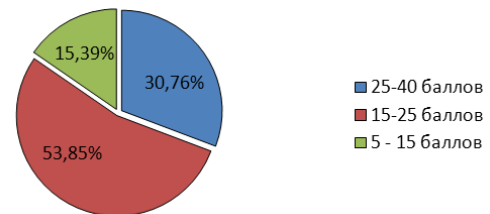


Рисунок 1. Результаты тестирования студентов по шкале тревожности Тейлора

Высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективность значимости ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения чувства ответственности и внимания к мотивам деятельности. Но иногда очень низкая тревожность активного вытеснения личностью высокой тревоги ставит целью показать себя в "лучшем свете".

Очень высокая тревожность (> 46) прямо может быть связана с наличием невротического конфликта, эмоциональными срывами и с психосоматическими заболеваниями.

Низкая тревожность (<12), наоборот, характеризует состояние как депрессивное, неактивное, с низким уровнем мотиваций. Иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете» [3].

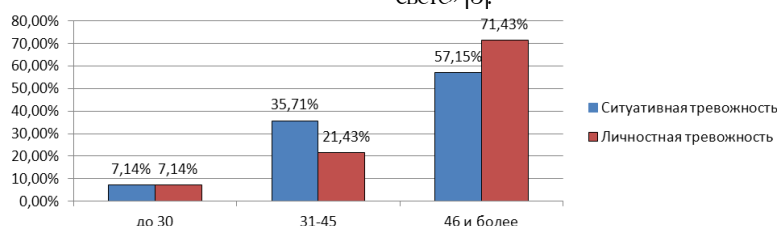


Рисунок 2. Результаты тестирования студентов по шкале ситуативной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина

Как видно на диаграмме (рис. 2), у большей части студентов преобладает личностная тревожность, что говорит о заниженной самооценке, либо о природном отсутствии чувства стрессоустойчивости.

При анализе реактивной (ситуативной) тревожности видим аналогичную ситуацию: больше половины студентов (57,15%) имеют высокий уровень тревоги. Возможно, это также связано с эмоциональными переживаниями студентов из-за предстоящей экзаменационной сессии.

Теперь проведем оценку индивидуально-психологических особенностей личности по результатам прохождения теста Кеттелла.

Обработка результатов тестирования начинается с проверки ответов испытуемого на искренность (по показателю MD). При значении показателя  $MD > 9$  считается, что испытуемый отвечал на вопросы неискренне, либо не желал сотрудничать с экспериментатором и ответы давал наугад, не обдумывая их [2]. Все опрошенные имеют значение меньше 9, что говорит о достоверности результатов.

В данном тесте учитываются 20 различных факторов, однако далее будут рассмотрены 8, которые являются основными (таб. 1).

Таблица 1. Процентное распределение студентов по факторам

Интервал	Фактор "А"	Фактор "С"	Интервал	Фактор "Е"	Фактор "F"	Фактор "H"	Фактор "I"	Фактор "Q2"
0-6 баллов	83,30%	75,00%	0-5 баллов	50,00%	41,70%	50,00%	75,00%	25,00%
7-12 баллов	16,70%	25,00%	6-12 баллов	50,00%	58,30%	50,00%	25,00%	75,00%

1) Фактор «А» (степень общительности человека в группе)

Лишь четверо опрошенных имеют значение больше 7, это значит, что для них характерно богатство и яркость эмоциональных проявлений, отзывчивость, непринужденность поведения, готовность к сотрудничеству, доброта и мягкосердечие. Предпочитают работать с людьми, легко включаются в активные группы. Не боятся критики, хорошо запоминают лица, события, фамилии, имена и отчества.

Пятеро опрошенных имеют значение менее четырех, что свидетельствует о замкнутости вышеуказанных личностей. Эти люди холодны, формальны в контактах. Они не интересуются жизнью окружающих, чуждаются людей. Стараются работать одни, избегают коллективных мероприятий, не идут на компромиссы. Предпочитают иметь дело с предметами, вещами, а не с людьми. В делах же точны, обязательны, но недостаточно гибки, особенно в оценках людей. Остальные опрошенные имеют оптимальные значения.

2) Фактор «С» (эмоциональная стабильность)

Почти все опрошенные (75%) имеют довольно высокие значения. Это говорит об эмоциональной зрелости, уверенности в себе, постоянности в своих планах и привязанностях. На вещи смотрят реалистично, хорошо осознают требования действительности, не скрывают от себя собственные недостатки. Способны следовать нормам и правилам поведения. Высокий уровень фактора позволяет адаптироваться даже при психических расстройствах.

Однако, 25% опрошенных имеют низкие значения. Такие оценки бывают у лиц, неспособных контролировать эмоции и импульсивные влечения. У них снижен эмоциональный контроль, отсутствует чувство ответственности. Внутренне человек чувствует себя уставшим, неспособным справиться с жизненными трудностями. Для них вероятна низкая эмоциональная устойчивость, склонность к невротическим проявлениям (расстройство сна, психосоматические жалобы), подверженность чувствам, эмоциональной нестабильности.

3) Фактор «Е» (подчиненность-доминантность)

По данному фактору опрошенные разделились поровну. Это говорит о самостоятельности, независимости, частичном игнорировании социальных условий и авторитетов у первой половины.

Вторая же половина опрошенных зависимы от чужого мнения, склонны легко выходить из равновесия.

4) Фактор «F» (сдержанность — экспрессивность)

Чуть больше половины опрошенных (58,3%) имеют довольно большие оценки. Это характерно для лиц бодрых, активных, беспечных, легко воспринимающих жизнь, они подвижны, импульсивны и о будущем мало заботятся.

5) Фактор «H» (робость — смелость)

По данному фактору также, как и в факторе «Е» опрошенные поделились поровну. Высокие оценки большинства опрошенных свидетельствуют о стрессовой устойчивости, невосприимчивости к угрозе, смелости, решительности. Однако, эти люди невнимательны к деталям, тратят сравнительно больше времени на разговоры. Трудности в общении не испытывают. Склонны активно общаться. Не теряются при столкновении с неожиданными обстоятельствами. Быстро забывают о неудачах. Лица с высокими показателями фактора часто выбирают лидерами в группах, где деятельность связана с соперничеством и риском.

Однако, другая половина имеет низкие баллы. Для них характерна неустойчивость поведения в стрессовых ситуациях. Имеют сверхчувствительную нервную систему, остро реагирует на любую угрозу. Медлительны, сдержанны в выражении своих чувств, избегают больших компаний.

6) Фактор «I» (жесткость — чувствительность)

Стоит заметить, что по данному фактору почти все опрошенные (75%) являются довольно суровыми, несентиментальными. Для них характерна самоуверенность, рассудительность, гибкость в суждениях, практичность, иногда некоторая жесткость по отношению к окружающим, рациональность, логичность.

7) Фактор «Q2» (конформизм — неконформизм)

Из всех респондентов ответы 75% свидетельствуют о их независимости, ориентации на собственные решения, самостоятельности, находчивости, стремление иметь собственное мнение.

Результаты остальных же опрошенных говорят зависимости от мнения и требований группы, следованию за общественным мнением, стремлению работать и принимать решения вместе с другими людьми, низкой самостоятельности, ориентации на социальное одобрение.

8) Фактор «F2» (экстраверсия — интроверсия)

Наиболее значимым среди вторичных факторов является фактор «Экстраверсия — интроверсия», поскольку

остальные дополнительные факторы уже были описаны в ходе выполнения данной работы.

Проанализировав данный фактор, можно сказать, что среднее значение по всем опрошенным равно 5,4, что является довольно низким баллом. Это говорит о склонности к сухости, «замороженности» межличностных контактов. Это может быть благоприятно в работе, требующей точности.

Таким образом, существенное значение имеет изучение психических состояний для повышения эффективности учебной деятельности, особенно в ее напряженных момен-

тах (семинар, контрольная работа, зачет, экзамен), связанных с неопределенностью исхода ситуации.

По результатам трех проведенных тестов, видим, что приближении неопределенной и экстремальной ситуации большинство опрошенных студентов имеют повышенный уровень тревоги, что может говорить либо об объективном факторе тревоги, обусловленным предстоящими трудностями, либо о природной предрасположенности определенных лиц к тревожному состоянию.

#### **Литература:**

1. Дорофеева, Н.В. Учет психофизиологических и психодинамических особенностей студентов в образовательном процессе [Текст] / Н.В. Дорофеева // Пед. образование и наука. - 2011. - № 11. - С. 86-88.
2. Куликов Л. В. Диагностика психического состояния // Психология состояний / под ред. проф. А. О. Прохорова. М.; СПб., 2004. С. 74–81.
3. Ларионова, Ю. Н. Влияние психофизиологических особенностей на успеваемость [Текст] / Ю.Н. Ларионова // Нач. шк. плюс до и после - 2010. - № 12. - С. 58 - 62.