

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА: ВЕКТОРЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

С.И. Филиппченкова, Е.В. Балакшина

ФГБОУ «Тверской государственной технический университет», г. Тверь

© Филиппченкова С.И., Балакшина Е.В., 2022

DOI: 10.46573/2409-1391-2022-1-70-74

*Аннотация.* В статье представлены психологические детерминанты психоэмоционального состояния студентов технического вуза: личностная и ситуативная тревожность, депрессия, удовлетворенность жизнью и одиночество. Приведены результаты психодиагностического исследования студентов инженерных специальностей технического университета по выявлению структуры эмоционального состояния и его психологических детерминант.

*Ключевые слова:* тревожность, депрессия, удовлетворенность жизнью, одиночество, студент, учебная деятельность.

Сегодня одним из главных векторов обучения в вузе, независимо от профиля и направления подготовки, выступает его гуманитарная направленность. Традиционный тип обучения постепенно заменяется компетентностным (субъектно-ориентированным) подходом к взаимодействию преподавателя и студента, который выражается в изменении методов, способов и форм обучения. Основными требованиями современного компетентностного подхода в высшем образовании выступают стабилизация психоэмоционального состояния студентов, развитие заинтересованности в обучении и создание ситуации успеха, поскольку такое сочетание позволяет сконструировать наиболее эффективную учебную деятельность [5, 8]. Налицо потребность в модернизации, а зачастую в создании новых подходов в образовании, организации теоретических и практических моделей, отвечающих требованиям современных социально-экономических реалий.

Для эффективной учебной деятельности студентам необходимо иметь позитивное настроение, стабильное психоэмоциональное состояние, умеренный уровень тревожности, обусловленный направленностью на достижение успеха в учебной деятельности, а также не чувствовать себя одиноким в окружении сокурсников и преподавателей и чувствовать удовлетворенность жизнью и сегодняшним днем [3, 4, 9]. Умеренный и низкий уровень тревожности, стабильный и позитивный фон психоэмоционального состояния выступают психологическими детерминантами академической успеваемости студентов.

Тревожность нами понимается как стойкое нарушение эмоциональной сферы человека, которое сохраняется в течение длительного промежутка времени. Она свидетельствует о плохой приспособляемости личности к изменяющимся условиям внешней среды, а именно социальным ситуациям. Тревожность выступает фактором риска не только развития серьезных невротических и психосоматических заболеваний, но и их усиления и развития новых патологий. Именно поэтому диагностика и эффективная коррекция тревожности являются одними из важных задач психологической службы образовательной организации [6, 11].

Неоспорима роль эмоционального состояния человека как фактора, опосредующего воздействие поступающей информации. Это становится особенно важным в период профессионального обучения. Значимым является не только то, какое состояние (позитивное или негативное) переживается обучающимся, но и степень выраженности переживаемой эмоции.

Во многих случаях эмоции влияют на эффективность воздействия опосредованно, через модулирование объема систематической обработки поступающей информации. Как известно, переживание негативных эмоций (грусти, печали), как правило, стимулирует проведение систематического анализа и рефлексии над собственными поступками и поведением, что делает человека более подверженным воздействию при предъявлении ему сильных, веских и доказательных аргументов в поддержку предлагаемого тезиса. Вклад эмоций в эффективность воздействия на личность определяется также тем, что человек, находящийся в определенном эмоциональном состоянии, переоценивает значимость эмоционально-положительных событий и, соответственно, недооценивает эмоционально-негативные.

Личностная тревожность является устойчивой индивидуальной характеристикой, которая отражает предрасположенность личности к тревоге [4]. Такой человек воспринимает всевозможные ситуации как угрожающие. Другими словами, личная тревожность проявляется, когда человек воспринимает определенные ситуации как опасные для его самооценки и самоуважения. Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Им свойственно появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда затрагивается оценка его компетенции и престижа. Состояние *реактивной (ситуационной) тревоги* возникает при попадании в стрессовую ситуацию и характеризуется субъективным дискомфортом, напряженностью, беспокойством и вегетативным возбуждением. Это состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации [8, 11].

Векторами проведенного в рамках скринингового социально-психологического мониторинга эмоциональной сферы студентов технического вуза стали психологические компоненты структуры психоэмоционального состояния: личностная и ситуативная тревожность, депрессия, удовлетворенность жизнью и одиночество. Выборку составили студенты 1–2-х курсов инженерных направлений Тверского государственного технического университета (ТвГТУ), количество респондентов – 225 человек с (преобладали лица мужского пола). Исследование было проведено на базе Центра психологической поддержки сотрудников и студентов ТвГТУ.

Психодиагностическое тестирование проводилось с помощью психодиагностического оборудования лаборатории кафедры психологии и философии – аппаратно-программного комплекса «Мультитсихометр». Предметом исследования выступили показатели личностной и ситуативной тревожности, депрессии, удовлетворенности жизнью и субъективное ощущение одиночества студентов таких технических специальностей, «Строительство», «Химия», «Информационные технологии».

Психодиагностический инструментарий исследования составили:

1. Шкала тревоги Ч.Д. Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory, или STAI; русская адаптация сделана Ю.Л. Ханиным), используемая для оценки уровня личностной (ЛТ) и ситуативной (СТ) тревожностей. При интерпретации показателей

использовались оценки тревожности: до 30 баллов – низкая; 31–44 балла – умеренная; 45 и более – высокая.

2. Шкала депрессии А.Т. Бека (Beck Depression Inventory, или BDI), предназначенная для диагностики уровня депрессии. При интерпретации данных учитывался суммарный балл по всем категориям: 0–9 – отсутствие депрессивных симптомов; 10–15 – легкая депрессия (субдепрессия); 16–19 – умеренная; 20–29 – выраженная (средней тяжести); 30–63 – тяжелая.

3. Шкала удовлетворенностью жизнью (Satisfaction With Life Scale, или SWLS), предложенная E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen и S. Griffin в 1985 г., переведена на русский язык, адаптирована и валидизирована Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиним. Представляет собой краткий скрининговый опросник, предназначенный для выявления степени субъективной удовлетворенности жизнью, состоящий из пяти утверждений, на каждое из которых на выбор респондента предложено семь вариантов ответа, отражающих степень согласия/несогласия с утверждением. Количественная оценка ответов осуществляется по семибалльной шкале, где 7 – это полное благополучие.

4. Методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, предназначенная для определения уровня одиночества как особой формы самовосприятия и самосознания. Максимально возможный показатель одиночества – 60 баллов; 40–60 баллов – высокая степень одиночества; 20–40 баллов – средняя; 0–20 баллов – низкая.

Исследование ситуативной тревожности показало, что данный критерий имеет высокую степень выраженности у 21 % студентов, среднюю – у 79 %, низкая степень не наблюдается. Высокая степень личностной тревожности характерна для 24 % студентов, средняя – для 76 %, низкая не выявлена. Таким образом, практически у трети студентов технического вуза обнаружены высокие показатели тревожного психоэмоционального состояния, которое негативно влияет на процесс обучения в вузе. Тревожность имеет приспособительный характер, если не переходит границы оптимального уровня [15, 16]. При полном отсутствии ситуативной тревожности с безразличным отношением к трудностям и безответственным отношением к поставленной цели снижается эффективность деятельности, что не позволяет добиться лучших результатов. Однако при повышении ситуативной тревожности, когда уровень беспокойства находится выше уровня возможных затруднений, результат деятельности также снижается [1, 3].

В результате исследования степени выраженности депрессии были получены данные, что у 17 % студентов наблюдается легкая степень выраженности, у 5 % – средняя, у 78 % она не выявлена. Таким образом, депрессивного психоэмоционального состояния у студентов технического вуза не выявлено, что не может не радовать. Однако небольшая часть студентов требует повышенного внимания со стороны преподавателей и психологов-консультантов, им необходимы психологическая помощь и поддержка [2, 7].

Удовлетворенность жизнью демонстрируют 44 % испытуемых, 32 % удовлетворены в достаточной мере и 12 % не удовлетворены жизнью и испытывают субъективное неблагополучие. Данные показатели также свидетельствуют о том, что определенной части обучающихся необходимо психологическое сопровождение со стороны психологов-консультантов, требуется проведение индивидуальных консультаций со студентами [10].

Одинокими себя ощущают 23 % испытуемых, средний уровень одиночества фиксируют 34 % респондентов и не чувствуют себя одинокими 43 % студентов. Таким образом, около трети студентов испытывает субъективное ощущение одиночества и требует к себе повышенного внимания со стороны психологов образовательной организации [12, 14].

В итоге психоэмоциональное состояние студентов можно охарактеризовать как стабильное с тенденцией к негативному. Результаты исследования служат базой для индивидуальной консультационной и групповой социально-психологической работы с обучающимися, а также для разработки психолого-педагогических программ, направленных на коррекцию психоэмоционального состояния студентов. На основании полученных данных психологами-консультантами Центра психологической поддержки сотрудников и студентов ТвГТУ разрабатываются практические рекомендации для психологического сопровождения образовательного процесса преподавателями вуза.

### Библиографический список

1. Дубровина И.В. Психологическая служба в современном образовании. СПб.: Питер, 2010. 592 с.
2. Изотова Е.И. Психологическая служба в системе образования. М.: Академия, 2012. 304 с.
3. Кузнецова Л.Э., Кулешова М.Ю. Повышение адаптационного потенциала личности студентов в процессе их психологического сопровождения // Молодой ученый. 2015. № 23 (103). С. 877–879.
4. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. М.: Смысл, 2007. 116 с.
5. Лукьянова М.И. Личностно-ориентированное обучение как ресурс здоровьесбережения // Психология обучения. 2008. № 5. С. 49–56.
6. Лусканова Н.Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении. М.: Мир, 2013. 32–34 с.
7. Масыгин В.П., Назаренко В.Л. Инновационная модель профессиональной деятельности психолога в образовательном учреждении // Инновационное развитие студентов, аспирантов и профессорско-преподавательского состава в высшей школе: миф или реальность: материалы всероссийской научно-практической заочной конференции / под ред. В.А. Толкачева. М.: СГУ, 2012. С. 182–187.
8. Осницкий А.К. Регуляторный опыт, субъектная активность и самостоятельность человека // Психологические исследования. 2009. № 5 (7). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2009n5-7/221-osnitsky7.html> (дата обращения: 17.02.2022).
9. Программа комплексной оценки здоровья и развития студентов высших и средних учебных заведений / А.В. Лебедев, Р.И. Айзман, В.Б. Рубанович, Н.И. Айзман // Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2013611632.
10. Смирнов А.А., Живаев Н.Г. Адаптация студентов и образ вуза: монография. Ярославль: ЯрГУ, 2010. 168 с.
11. Степанский В.И. Психоинформация. Теория. Эксперимент. М.: Флинта, 2006. 136 с.
12. Узденова Ж.Р., Анаев М.А. Изучение стрессоустойчивости студентов в процессе обучения в вузе // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2015. № 37. С. 35–39.

13. Якиманская И.С. Технология личностно-ориентированного образования. М.: Педагогика, 2013. 23 с.
14. Якуб А.С., Абелите Л.Л., Ширяев Д.А. Связь тревожности с мотивацией достижения успеха и избегания неудач // Молодой ученый. 2011. № 9 (32). С. 174–180.
15. Gender differences in implicit personality traits / M. Vianello, K. Schnabel, N. Sriram, B. Nosek // Personality and Individual Differences. 2013. Vol. 55. Pp. 994–999.
16. Individual characteristics and student's engagement in scientific research: a cross-sectional study / A. Salgueira, P. Costa, M. Gonçalves, E. Magalhaes, M. Joao // BMC Medical Education. 2012. Vol. 12. P. 95.

## **PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF TECHNICAL UNIVERSITY STUDENTS: RESEARCH VECTORS**

**S.I. Filippchenkova, E.V. Balakshina**  
Tver State Technical University, Tver

***Abstract.** The article presents the psychological determinants of the psycho-emotional state of students of a technical university: personal and situational anxiety, depression, life satisfaction and loneliness. The results of a psychodiagnostic study of students of engineering specialties of a technical university to identify the structure of the emotional state and its psychological determinants are given.*

***Keywords:** anxiety, depression, life satisfaction, loneliness, student, learning activities.*

Об авторах:

БАЛАКШИНА Елена Владимировна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и философии, ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь. SPIN-код: 8787-2928; e-mail: balakshina79@mail.ru

ФИЛИППЧЕНКОВА Светлана Игоревна – доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии и философии, ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь. SPIN-код: 1852-8794; e-mail: sfilippchenkova@mail.ru

About the authors:

BALAKSHINA Elena Vladimirovna – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology and Philosophy, Tver State Technical University, Tver. SPIN-code: 8787-2928; e-mail: balakshina79@mail.ru

FILIPPCHENKOVA Svetlana Igorevna – Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Psychology and Philosophy, Tver State Technical University, Tver. SPIN-code: 1852-8794; e-mail: sfilippchenkova@mail.ru