

various methods and techniques of psychological assistance aimed at reducing the level of aggression and aggressiveness in general in school-age children.

Keywords: *aggression, aggressiveness, aggressive behavior, social situation of development, school age, preventive measures.*

Об авторе:

ГЕФЕЛЕ Ольга Фридриховна – кандидат философских наук, доцент кафедры психологии, истории и философии, Тверской государственной технической университет, Тверь, Россия; e-mail: helga2003@mail.ru

About the author:

GEFELE Olga Fridrikhovna – candidate of philosophical sciences, associate professor of the department of psychology, history and philosophy, Tver state technical university, Tver, Russia; e-mail: helga2003@mail.ru

УДК 159:9

ВЛИЯНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ

О.В. Захарова

Тверской государственной технической университет, г. Тверь

© Захарова О.В., 2024

DOI: 10.46573/2409-1391-2024-1-52-56

Аннотация. *Рассмотрена проблема психологического сопровождения учебной деятельности студентов. Раскрыты такие основные понятия, как адаптивные способности, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность. Исследованы проявления ситуативной и личностной тревожности и уровень адаптационных способностей студентов на первом году обучения в вузе.*

Ключевые слова: *учебный процесс, студенты, ситуативная тревожность, личностная тревожность, адаптивные способности, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность, помощь психолога.*

В современной действительности, когда образованию уделяется повышенное внимание и требования к его качеству ужесточаются, нельзя упускать из виду активную роль студента как субъекта учебного процесса. Никто не спорит, что большая ответственность за организацию учебного процесса лежит на преподавателе. Здесь важны профессионализм, увлеченность своей дисциплиной, креативность подачи материала, а также личностные качества педагога, в том числе коммуникативные и организаторские способности, применение которых способствует возникновению у студентов интереса к осваиваемому предмету [4]. Однако основную работу по обработке и запоминанию материала студенты выполняют самостоятельно. Количество и качество усвоенных знаний зависят от нескольких факторов: когнитивных возможностей, уровня интеллекта, а также мотивационной направленности и развития волевых свойств личности. Важную роль на протяжении всего учебного процесса,

особенно в первый год обучения в вузе, играет психическая устойчивость студентов, так как в этот период идет перестройка их жизни [5]. Возникают проблемы, связанные с обучением, а именно с иной, чем в школе организацией учебного процесса, другими дисциплинами, новыми преподавателями и требованиями. В это время меняется социальная идентичность молодых людей: они уже не ученики, а студенты. Повышается личная ответственность за результаты учебы и, как следствие, за успешность в дальнейшем трудоустройстве. Одновременно с этим могут появиться сложности, обусловленные выстраиванием новых отношений с окружающими, личностным ростом, поиском смысла жизни. Все это вызывает стресс, фрустрацию, на борьбу с которыми уходит много энергии и сил. Далеко не у всех студентов получается справиться с возникшим давлением, что, конечно же, сказывается на успеваемости обучающихся, их эмоциональном состоянии и физическом самочувствии.

В 2023 году нами было протестировано 120 студентов первого курса Тверского государственного технического университета в возрасте 17–18 лет (88 юношей и 32 девушки). Психологическое исследование было направлено на определение уровня тревожности у студентов первого года обучения. Другой целью исследования было узнать, как проходит их адаптация к учебному процессу в университете. Нами были использованы две методики: «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина и «Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность”» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермянина [1].

Методика, предложенная Ч.Д. Спилбергом и адаптированная для русских ученых Ю.Л. Ханиным, позволяет дифференцированно измерять тревожность (и как личное свойство, и как состояние). Данная методика включает 40 вопросов, которые разбиты на два блока (по 20 вопросов в каждом). В первом вопросы касаются актуального состояния студентов, т. е. того, как они чувствуют себя в настоящий момент. Вопросы второго блока подобраны так, чтобы ответы на них демонстрировали, как студенты обычно себя чувствуют, т. е. выявляется привычное в повседневной жизни для обучающихся состояние. Результаты опроса по первому опроснику представлены на рис. 1.

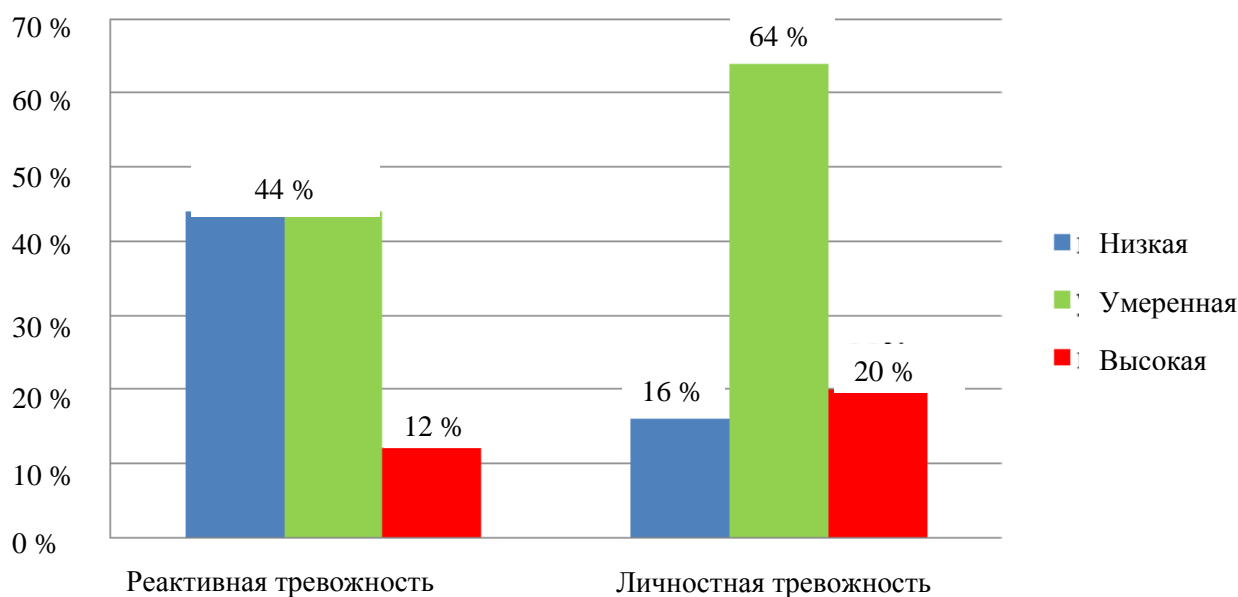


Рис. 1. Результаты опроса студентов по методике «Диагностика ситуативной и личностной тревожности» Спилберга – Ханина

Как видно из рис. 1, у 20 % опрошенных высокий уровень личностной тревожности, у 12 % умеренный и лишь у 16% низкий. Личностная тревожность в данной работе рассматривается как «индивидуальное свойство восприятия значительного числа событий в качестве угрожающих с реагированием на них состоянием тревоги» [2, с. 59]. Лишь 12 % респондентов показали высокий уровень реактивной тревожности. Низкий и умеренный уровни реактивной тревожности были отмечены у 44 % опрошенных. Реактивная, или ситуативная, тревожность подразумевает «реакцию человека в определенный жизненный момент, характеризующую субъективно переживаемыми эмоциями: напряженностью, беспокойством, нервозностью, волнением и т. д.» [2, с. 60].

Таким образом, у студентов первого курса, принявших участие в исследовании, личностная тревожность выше, чем ситуативная. Вторая является акцидентией, в то время как личностная формирует модальные черты личности, выступая лейтмотивом состояний, поступков, действий, эмоций и т. д.

Методика «Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность”» содержит 165 вопросов и имеет шкалы: «адаптивные способности» (АС), «нервно-психическая устойчивость» (НПУ); «коммуникативные способности» (КС); «моральная нормативность» (МН) [2, с. 549–558]. Авторы методики считают, что все перечисленные факторы, составляющие шкалы опросника, влияют на эффективность адаптации. Одним из основных условий адаптации является то, насколько человек реально воспринимает себя, свои потребности и возможности, осознает мотивы своего поведения.

По шкале «АС» 60 % опрошенных показали низкие результаты, 20 % – средние (рис. 2). Лишь 20 % респондентов продемонстрировали высокий уровень указанных способностей. Адаптивные навыки – сложная совокупность, объединяющая в себе множество качеств: от самооценки и стабильности личности до поддержки со стороны других. Согласно общему определению, такой навык – это способность человека к творческой и активной адаптации к среде деятельности [1].

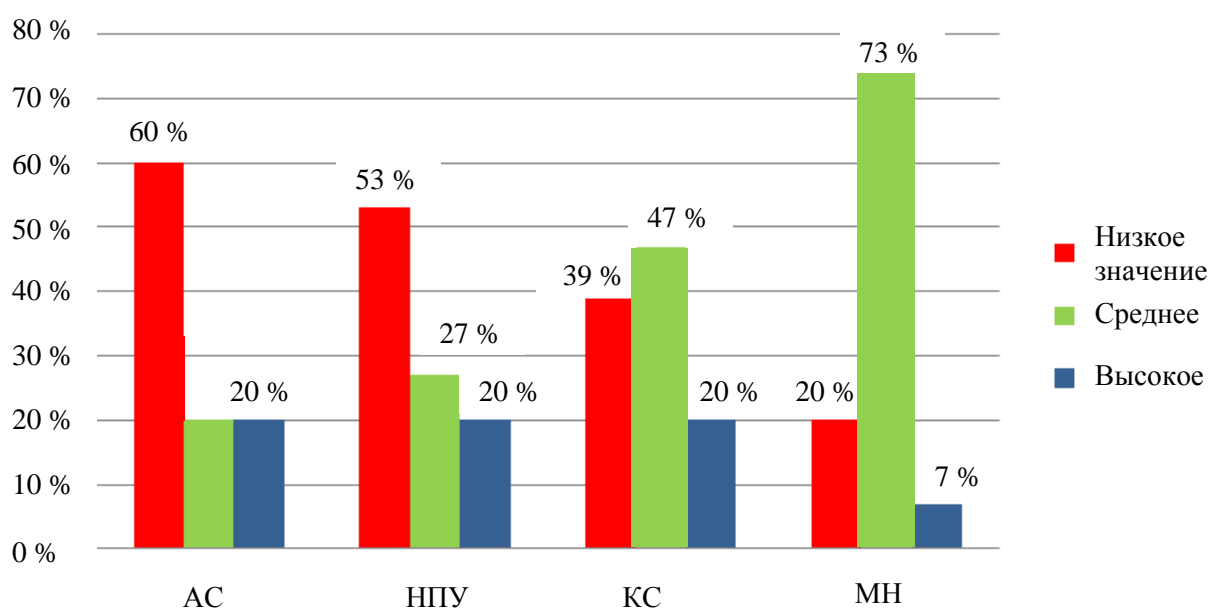


Рис. 2. Результаты опроса студентов по методике МЛО-АМ Маклакова – Чермянина

По шкале «НПУ» низкий уровень был выявлен у 57 % опрошенных, высокий лишь у 20 % студентов, средний только у 27 % респондентов. Нервно-психическая устойчивость в данной работе рассматривается, скорее, как стрессоустойчивость и способность регулировать свое поведение. По шкале «КС» высокий уровень обнаружен только у 20 % студентов, а низкий – у 39 %. У большинства опрошенных (47 %) оказался средний уровень развития КС. Коммуникативные способности в рамках статьи мы трактуем как умение построить отношения с другими людьми, наличие потребности в общении. По шкале «МН» высокий уровень был установлен у 7 % студентов, средний – у 73 %, низкий – у 20 %. Мы определяем моральную нормативность как способность студентов реально оценивать свою роль в коллективе с соблюдением общепринятых норм поведения.

Таким образом, результаты исследования показали, что большинство студентов первого курса, а именно 60 % от общего числа опрошенных, оказались недостаточно хорошо адаптированы к учебному процессу. Эти студенты имеют низкий уровень стрессоустойчивости и слаборазвитые КС. Указанные черты мешают студентам позитивно, успешно общаться как с одноклассниками, так и с преподавателями. Это может оказывать негативное воздействие на настроение, самочувствие, самооценку, провоцировать конфликтное поведение, отнимать желание посещать лекции и в итоге сказаться на общем отношении к учебе, снизить успеваемость, привести к разочарованию в осваиваемой профессии.

Такие черты личности, как личностная и реактивная тревожность также могут влиять на процесс адаптации, а именно на способность студентов быстрее приспособливаться к учебному процессу. Снижая уровень личностной и реактивной тревожности у студентов, мы можем ускорить процесс их освоения в вузе. С этой целью в университетах работают психологи-консультанты, которые помогают обучающимся разобраться с причинами их тревожности и скорректировать поведение в дальнейшем. Реактивную тревожность могут также уменьшить кураторы группы, которые назначаются из числа студентов старших курсов. Задача университетских психологов, таким образом, состоит прежде всего в том, чтобы помочь студентам лучше адаптироваться к новой реальности, повысить психическую устойчивость обучающихся, наладить взаимоотношения в группе, а это сделает учебный процесс легким и приятным, улучшит успеваемость и дисциплину студентов. Последние два пункта являются целями создания и существования центров психологической поддержки в вузах.

Библиографический список:

1. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. М.: ЭКСМО, 2010. 369 с.
2. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие. Самара: БАХРАХ-М, 2004. 672 с.
3. Теоретико-методологические основы организации психологической службы в вузе: монография / отв. ред. Т.Н. Разуваева. Белгород: НИУ «БелГУ», 2017. 342 с.
4. Ткаченко В.В. Социальное партнерство как социальная технология // Научные материалы для подготовки специалистов социальной сферы. Вып. 1. Благовещенск: АмГУ, 2003. С. 107–109.
5. Шейнис М.Ю. Рабочая книга психолога организации. Самара: БАХРАХ-М, 2001. 224 с.

THE INFLUENCE OF ANXIETY ON THE EFFECTIVENESS OF ADAPTATION OF FIRST-YEAR STUDENTS TO THE EDUCATIONAL PROCESS

O.V. Zakharova

Tver state technical university, Tver

Abstract. *The problem of psychological support of students' educational activities is considered. Such basic concepts as adaptive abilities, neuropsychic stability, communicative abilities, and moral normativity are revealed. The manifestations of situational and personal anxiety and the level of adaptive abilities of students in the first year of study at the university are studied.*

Keywords: *educational process, students, situational and personal anxiety, adaptive abilities, neuropsychic stability, communicative abilities, moral normativity, psychologist's help.*

Об авторе:

ЗАХАРОВА Ольга Викторовна – старший преподаватель кафедры психологии, истории и философии, Тверской государственной технической университет, Тверь, Россия; e-mail: olga.zakharova.71@list.ru

About the author:

ZAKHAROVA Olga Viktorovna – senior lecturer of department of psychology, history and philosophy, Tver state technical university, Tver, Russia: e-mail: olga.zakharova.71@list.ru

УДК 316.624-057.875

ТРЕВОЖНОСТЬ И АГРЕССИЯ СТУДЕНТА КАК ПРЕДИКТОРЫ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ

М.И. Михеев, А.В. Финагина, О.В. Захарова

Тверской государственной технической университет, г. Тверь

© Михеев М.И., Финагина А.В., Захарова О.В., 2024

DOI: 10.46573/2409-1391-2024-1-56-60

Аннотация. *Раскрыты теоретические аспекты таких личностных особенностей, как тревожность, агрессивность, девиантность и делинквентность. Приведены результаты психологической диагностики студенческой молодежи по ситуативной и личностной тревожности, а также склонностям к отклоняющемуся поведению.*

Ключевые слова: *тревожность, делинквентность, агрессия, девиантность, студенты, диагностика.*

Актуальность. Проблематика тревожности и агрессивности у студентов как личностных детерминантов весьма важна для психологии. Эти внутренние факторы, влияющие на качество жизни обучающихся, могут негативно сказаться не только на формировании индивидуальности, но и профессиональных компетенций.

Девиантные аспекты поведения в данной статье рассмотрены в фокусе внутренних личностных процессов. Эти аспекты большинство авторов считают