

Севостьянова С.С., кандидат медицинских наук, доцент

Родионова С.Н., студентка

Костанайский государственный педагогический институт

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ С НИЗКИМ УРОВНЕМ АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Эмоциональная система является одной из регуляторных систем, обеспечивающих активные формы взаимодействия организма. Эмоциональные состояния как помогают нам преодолеть ситуацию затруднения, так и препятствуют справиться с самым легким [2]. Дезорганизирующее влияние эмоций наблюдается на протяжении онтогенетического развития, но особенно ярко проявляется в кризисные периоды жизни человека и выражается в различных формах.

Поступление в высшее учебное заведение вчерашнего школьника рассматривается как критический период в его жизни и характеризуется напряжением адаптационных механизмов [1]. Привыкание студентов затрудняется, прежде всего, несовпадением способов преподавания в средней школе и в ВУЗе, недостаточным пониманием лекций, излагаемых в иной форме, чем в школе. Отсутствие ежедневного контроля может отрицательно повлиять как на успеваемость, так и на самочувствие студентов, что нередко ведет к потере уверенности в себе. Отсутствие должной организации и управления адаптационным процессом со стороны педагогов, может привести к неуспеваемости студентов и значительному ухудшению здоровья. Бурные социально-экономические преобразования, накопление новых знаний в различных отраслях науки, совершенствование процессов производства и образования, стремительная информатизация общества – все это породило новые требования к человеку. Современному обществу необходимы люди, способные не только существовать с окружающей действи-

тельностью, но и реализовывать свой внутренний потенциал.

В условиях возросших требований к адаптационным возможностям студентов необходим поиск новых подходов к процессу адаптации. Одним из вариантов такого подхода может быть комплексное изучение эмоциональных особенностей и процесса адаптации студентов с последующей психокоррекцией. Считаем, что прочные и глубокие знания студентов могут формироваться при условии, если в ходе учебно-воспитательного процесса преподаватель будет учитывать эмоциональные особенности студентов и соответствующим образом управлять процессом адаптации.

Цель данного исследования состоит в изучении эмоциональных особенностей студентов с низким уровнем адаптации с последующей психокоррекцией.

Для достижения поставленной цели была разработана программа исследования, состоящая из диагностической, коррекционной и проверочной частей. Диагностическая часть была направлена на получение информации об эмоциональных особенностях студентов и их адаптации к обучению в ВУЗе. В исследовании приняли участие 64 студента первого курса Рудненского индустриального института. В ходе эксперимента были использованы следующие методы исследования: шкала «Самооценка уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, 16-факторный личностный опросник Р.Кеттела, опросник «Диагностика показателей агрессии» А.Басса и А.Дарки, методика определения уровня субъективного контроля Е.Ф.Бажина, методика «Дифференциальная диагностика депрес-

сивных состояний» В.Зунга, многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г.Маклакова и С.В.Чермянина и методика «СПА» в редакции Осницкого А.К.

По результатам психодиагностики адаптации были сформированы контрольная и экспериментальная группы по 15 человек каждая. В контрольную группу вошли оптимально адаптированные студенты, а в экспериментальную – студенты с низким уровнем адаптации.

Использование методик по изучению адаптации у первокурсников показало, что из 64 студентов 18 (28,1%) имели низкий уровень адаптации, 24 (37,5%) – средний уровень и 22 (34,4%) – высокий уровень адаптации.

Сравнительный анализ результатов по шкалам адаптивности в контрольной и экспериментальной группах показал, что у студентов контрольной группы наблюдались высокие статистически достоверные показатели адаптивности. В экспериментальной группе преобладали низкие адаптивные способности, что свидетельствует о психологическом дискомфорте и внутренней тревожности.

Результаты методики «Адаптивность» были подтверждены и в ходе использования методики «Социально-психологическая адаптация» Установлено, что из 64 испытуемых 46 (71,9%) имели высокие и средние показатели адаптивности и 18 (28,1%) имели признаки дезадаптации. Статистически значимые различия в показателях у испытуемых контрольной и экспериментальной групп выявлены по шкалам: адаптивность, эмоциональный комфорт, внутренний контроль, доминирование. В экспериментальной группе преобладали низкие показатели адаптивности, студенты испытывают эмоциональный дискомфорт и тяготеют к ведомости.

С целью измерения эмоциональных особенностей у студентов были проанализированы результаты 16-фак-

торного опросника Р.Кеттела по следующим шкалам: А – «замкнутость – общительность»; С – «эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость»; Е – «подчиненность – доминирование»; F – «сдержанность – экспрессивность»; Н – «робость – смелость»; О – «уверенность в себе – тревожность»; Q – «расслабленность – напряженность». По рассматриваемым шкалам выявлены статистически значимые различия в показателях испытуемых контрольной и экспериментальной групп (t – критерий Стьюдента $>2,25$).

Качественный анализ полученных результатов свидетельствует о том, что студенты с низким уровнем адаптации отличаются замкнутостью, эмоциональной холодностью по отношению к другим, склонностью к лабильности настроения, раздражительности, неврастеническим симптомам.

Студентам с низким уровнем адаптации характерна высокая тревожность, депрессивность, эмоциональная напряженность, возбудимость и беспокойство, несдержанность.

Преобладание тревожности в группе дезадаптированных студентов было подтверждено в ходе использования методики Ч.Д.Спилбергера. Получены достоверно значимые различия в показателях личностной и реактивной тревожности у испытуемых контрольной и экспериментальной групп. У студентов с низким уровнем адаптации определяется высокий уровень тревожности (t – критерий Стьюдента $>3,47$).

Одной из особенностей студентов данной группы является и повышенный уровень агрессивности, что подтверждают результаты методики А.Басса – А.Дарки. Индекс агрессивности у них был равен 23,0, а в контрольной группе – 15,5 ($t=3,53$).

Исследование студентов на наличие депрессии установило, что в группе высокоадаптированных студентов показатель депрессии равен $38,0 + 16,2$ и расценивается как состояние без депрессии. В экспериментальной груп-

пе этот показатель был значительно выше – 58,0 + 14,4, что свидетельствует о наличии у испытуемых легкой депрессии ситуативного или невротического генеза.

Об эмоциональных особенностях можно судить и по результатам методики «Уровень субъективного контроля».

Установлено, что у студентов экспериментальной группы преобладали низкие показатели интернальности, в то время как в контрольной группе – высокий уровень интернальности. Такой тип локализации контроля присущ экстеральному локусу и характеризует студентов с низким уровнем адаптации как эмоционально неустойчивых с высоким уровнем напряженности.

Таким образом, студентов с низким уровнем адаптации отличают не только затруднения в общении, но и такие эмоциональные особенности, как высокая тревожность, агрессивность, легкая депрессивность ситуативного или невротического генеза, эмоциональная неустойчивость и напряженность.

В соответствии с полученными результатами была проведена психокоррекция, направленная на повышение у студентов с низким уровнем адаптации эмоциональной устойчивости.

При разработке психокоррекционной части общей программы психокоррекции принимались во внимание рекомендации, отраженные в программах Е.Н.Колодич, И.В.Шевцовой, И.В.Шевченко.[3]; [4];[5]. Занятия проводились со студентами экспериментальной группы. Всего проведено 16 занятий. Продолжительность каждого занятия составляла 40-60 минут.

Повторная психодиагностика эмоциональных нарушений с использованием комплекса методик выявила положительную динамику. Изменения в области эмоциональной сферы студентов после психокоррекции свидетельствует о том, что произошло снижение уровня личностной и реактивной тревожности, показатель интер-

нальности приблизился к показателю испытуемых контрольной группы. Выявлено и достоверно значимое повышение уровня адаптации у студентов экспериментальной группы: повысился личностный адаптивный потенциал и уровень адаптации приблизился к уровням удовлетворительной и нормальной адаптации.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют о том, что эмоции играют не последнюю роль в процессе адаптации студентов к обучению в ВУЗе. Для обеспечения эффективной адаптации необходима не только своевременная психодиагностика эмоциональных нарушений, но и соответствующая их психокоррекция.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ануфриенко Е.В. Особенности адаптации первокурсников в ВУЗе-Братск, 1999.
2. Бреслав Г. Психология эмоций – М:2004.
3. Колодич Е.Н., Павлова И.М. Возможности социально психологического тренинга в процессе повышения эмоциональной устойчивости // Мир психологии. 1999, № 4.
4. Шевченко В.С. Методики коррекции эмоциональной сферы // Вестник МГУ, серия 14–психология, 2003, №4.
5. Шевцова И.В. Тренинг личностного роста. – СПб, 2003.

Түйіндеме

Мақалада студенттердің адаптациялық және эмоциялық ерекшеліктерін зерттеу бойынша эксперименттік материалдар берілді.

Зерттеу нәтижесін жоғары оқу орнының психологтары мен оқытушылары оқу тәрбиелік процесті ұйымдастыруда қолдана алады.

Conclusion

Experimental material on study of emotional peculiarities and students' adaptation is given in the article/

The results of research may be used by psychologists and High School teachers when organizing educational process.