

УДК 159.91-057.87

## ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ КОЛЛЕДЖА

*И.Е. Кононец, А.А. Калыкеева*

Дана оценка психофизиологическим показателям студентов колледжа, обучающихся гуманитарным и техническим специальностям.

*Ключевые слова:* показатели внимания; личностная и реактивная тревожность; студенты колледжа; юноши; девушки.

---

## PSYCHOPHYSIOLOGICAL INDICATORS OF A FIRST-YEAR COLLEGE STUDENTS

*I.E. Kononets, A.A. Kalykееva*

It was estimated some psychophysiological indicators of college students trained in humanitarian and technical directions.

*Key words:* attention indicators; trait and state anxiety; college student; young men; girls.

Изучение здоровья студенческой молодежи в настоящее время приобретает характер приоритетных задач, определяя основные тенденции формирования здоровья всего населения и его трудовой потенциал в перспективе [1]. Следует отметить, что студенчество представляет особую социальную группу населения, которая относится к прогрессивной части общества и в ближайшем будущем будет обеспечивать развитие страны [2].

В данной ситуации особый интерес вызывает изучение особенностей психофизиологического развития в переходный период от подросткового к юношескому при постоянном действии фактора внешней среды – процесса обучения. Смена системы обучения в школе на среднее специальное учебное заведение объективно требует большого напряжения функциональных систем организма [3–5].

В это время у студентов появляется тревожность при получении и усвоении знаний на фоне возросшей информационной нагрузки в изменившихся условиях учебы и социального бытия. Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях. Выделяют два вида тревожности – ситуативную, или реактивную, и личностную.

*Реактивная тревожность* – показатель интенсивности переживаний, которые возникают по отношению к типичным событиям, и характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

*Личностная тревожность* – готовность (установка) человека к переживанию страха и волнений по поводу широкого круга субъективно значимых явлений. Она характеризует склонность человека воспринимать большой круг ситуаций как угрозу и реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Сама по себе тревожность не является изначально негативной чертой личности [6].

Как известно, адаптационные механизмы в подростковом возрасте сформировались не до конца, поэтому интенсивная умственная деятельность и высокое нервно-эмоциональное напряжение сопровождаются активизацией всех функциональных систем организма, что может привести к перезагрузке вегетативной и высшей нервной деятельности, эмоциональной сферы и, как следствие, стать звеном в возникновении психосоматических заболеваний [7, 8].

Изучение психофизиологического развития и формирования приспособительных реакций подростков к информационным и физическим нагрузкам представляет одну из важных проблем психофизиологии [9, 10].

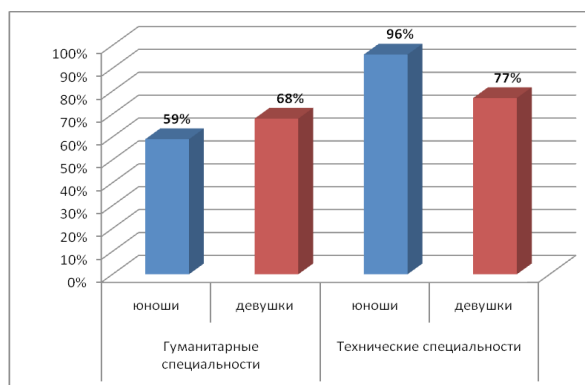


Рисунок 1 – Показатели концентрации внимания студентов

В работах ряда авторов отмечено, что различные режимы, виды и профиль учебной деятельности оказывают воздействие на индивидуальные особенности морфофункционального, психофизиологического и психического развития детей и подростков [11].

Однако на сегодняшний день психофизиологический статус студентов с различной специализацией исследован недостаточно, что послужило предпосылкой настоящего исследования, целью которого явилось изучение показателей тревожности и внимания студентов первого курса гуманитарных и технических специальностей колледжа.

**Материалы и методы исследования.** Проведено исследование показателей тревожности и внимания у 115 студентов, обучающихся в колледже при Кыргызском государственном университете им. И. Арабаева, из них 43 юноши и 72 девушки в возрасте 15–17 лет.

Для исследования некоторых показателей внимания студентов использовался метод корректурной пробы Бурдона [12]. Для определения уровня тревожности студентов был использован опросник Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина (1976) “Шкала самооценки уровня тревожности” [6].

**Результаты исследований и их обсуждение.** К основным свойствам внимания относятся избирательность, устойчивость, концентрация, распределение, переключение и объем внимания. Исследования устойчивости и концентрации внимания были вызваны потребностями практики, в частности поиском условий безаварийной работы, снижения травматизма, повышения производительности труда. Так, при исследовании произвольного внимания обязательным условием является учет активности самого субъекта. В последнем случае наиболее распространенным методом является

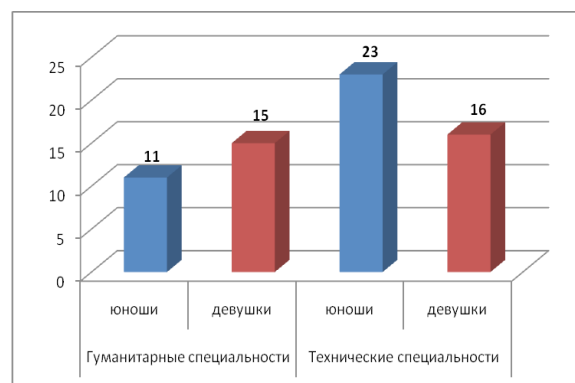


Рисунок 2 – Показатели устойчивости внимания студентов при шкальной оценке (в баллах)

корректурная проба. Корректурная проба используется в качестве методики оценки темпа психо моторной деятельности, работоспособности и устойчивости к монотонной деятельности, требующей постоянного сосредоточения внимания.

Под концентрацией внимания подразумевается степень или интенсивность сосредоточенности внимания. А.А. Ухтомский полагал, что концентрация внимания связана с особенностями функционирования доминантного очага возбуждения в коре. В частности, он считал, что концентрация является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон коры головного мозга.

В ходе исследования этого показателя было обнаружено, что студенты-юноши технического направления имеют очень высокий показатель концентрации внимания (96 %), а у девушек – хороший показатель (77 %). У студенток гуманитарного направления установлен хороший коэффициент концентрации внимания (68 %), у юношей – средний показатель (59 %) (рисунок 1).

Таким образом, студенты технического направления обучения имеют наиболее высокие показатели концентрации внимания.

Следующее свойство внимания – устойчивость внимания. Устойчивость заключается в способности субъекта не отклоняться от направленности психической активности и сохранять сосредоточенность на объекте внимания. Характеристиками устойчивости внимания являются временные параметры длительности сохранения направленности и сосредоточенности психической активности без отклонения от исходного качественного уровня.

Сравнительный анализ выявил более высокий уровень устойчивости внимания у студентов тех-

нических специальностей по сравнению с гуманитариями (рисунок 2).

Таким образом, анализ полученных данных позволил сделать вывод о том, что при сравнении юноши и девушки технического направления имеют высокие показатели внимания. Согласно литературным данным, хорошо развитые свойства внимания являются одним из факторов, который напрямую определяет успешность обучения, о чем свидетельствует успеваемость в учебной деятельности данных студентов.

В подростково-юношеском периоде проявляются физиологические особенности, характерные только для данного возраста: начало функционирования половых желез, появление вторичных половых признаков, гормональная перестройка, высокие темпы роста и др. Эти факторы, конечно же, влияют и на психологическое состояние подростков.

В связи с этим в наших исследованиях проводилось изучение влияния половых признаков на показатели тревожности у юношей и девушек.

На основании проведенных сравнительных исследований на состояние реактивной тревожности у девушек и юношей, обучающихся по гуманитарному направлению, можно сделать вывод о том, что высокий уровень реактивной тревожности характерен как для девушек (74 %), так и для юношей (62 %), хотя у юношей этот показатель имеет меньшие значения. Показатели уровня умеренной тревожности более выражены у юношей (38 %), чем у девушек (26 %). Установлено, что среди девушек и юношей гуманитарных специальностей не зарегистрированы лица с низкой тревожностью.

У девушек и юношей, обучающихся по техническим специальностям, проявляется высокий уровень реактивной тревожности (53 и 50 % соответственно), юноши с умеренной тревожностью составляют 45 %, а девушки – 37 %. Необходимо отметить, что среди юношей и девушек технических специальностей имеются лица с низкой реактивной тревожностью, а именно: среди юношей данный показатель составил 5 %, среди девушек – 10 %.

Анализ полученных данных позволил сделать вывод о том, что на особенности состояния тревожности студентов разных специальностей колледжа в период их обучения в семестре оказывают влияние половые признаки. Так, по сравнению с девушками и юношами технического направления, у девушек гуманитарного направления доминирует уровень высокой реактивной тревожности, уровень умеренной тревожности повышен у студентов-юношей технических специальностей. По сравнению со студентами гуманитарного направления, девушки и юноши технического на-

правления по степени выраженности психоэмоционального стресса в данный момент времени более устойчивы, у девушек-гуманитариев показатели низкой тревожности превышают таковые у юношей.

По данным наших исследований установлено, что по сравнению с показателями юношей гуманитарного и технического направлений показатели личностной тревожности студенток обеих специальностей в период семестрового обучения имеют высокие значения, что свидетельствует о появлении состояния тревожности в разнообразных ситуациях. У большинства юношей технических и гуманитарных специальностей преобладали показатели, характеризующие умеренный уровень личностной тревожности. Следовательно, самочувствие у испытуемых юношей более благополучное, чем у девушек изучаемых специальностей. Студенты и студентки исследуемых специальностей, имеющие низкую личностную тревожность, в период обучения отсутствовали.

Таким образом, представленный материал свидетельствует о том, что студенты колледжей разных специальностей проявляют высокий и средний уровень тревожности, из них студенты гуманитарных специальностей оказались более стрессированными как по показателям ситуативной, так и личностной тревожности и имеют сравнительно низкие показатели внимания. В ходе исследований установлено, что на особенности проявления состояния тревожности влияют специфика учебной деятельности и половые признаки, что, в свою очередь, требует дальнейших углубленных исследований, направленных на снижение уровня стресса студентов и обеспечение полноценной их адаптации к условиям обучения в колледже.

#### *Литература*

1. Попов А.В. Комплексное социально-гигиеническое исследование здоровья населения студентов медицинского вуза: дис. ... канд. мед. наук / А.В. Попов. М., 2008. 205 с.
2. Горбылёва К.В. Психофизиологический статус студентов – уроженцев высокогорья / К.В. Горбылёва, А.Г. Зарифьян // Вестник КРСУ. 2013. Т. 13. № 11. С. 54–56.
3. Бантингер О.Е. Отношение молодежи к высшему образованию / О.Е. Бантингер // Аняевские чтения. Образование и психология. СПб., 2001. С. 71–73.
4. Балахонов А.В. Преимущество обучения “школа – вуз” в системе медицинского образования / А.В. Балахонов // Вестник Сев.-Зап. отделения РАО. 2003. Вып. 8. С. 268–276.

5. *Захаров Н.Н.* Профессиональная ориентация школьников: монография / Н.Н. Захаров. М., 1988. 242 с.
6. *Ханин Ю.Л.* Краткое руководство по применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера / Ю.Л. Ханин. Л., 1976.
7. *Аверин В.А.* Личность студента и успешность его обучения в вузе: монография / В.А. Аверин. Н. Новгород: ННГУ, 1991. 126 с.
8. *Баевский Р.М.* Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии: монография / Р.М. Баевский. М., 1979. 223 с.
9. *Безруких М.М.* Возрастная физиология: физиология развития ребенка: учебное пособие / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. М., 2007. 416 с.
10. *Казин Э.М.* Адаптация и здоровье. Теоретические и прикладные аспекты: монография / Э.М. Казин, С.Б. Лурье, В.Г. Селятницкая и др. Кемерово, 2008. 299 с.
11. *Барбараш Н.А.* Конституциональные аспекты психоэмоциональных стрессов юношеского возраста / Н.А. Барбараш, Д.Ю. Кувшинов, М.Я. Тульчинский и др. // Физиология человека. 2000. Т. 26. № 4. С. 140–142.
12. *Кирдяшкина Т.А.* Методы исследования внимания. Практикум по психологии: учебное пособие / Т.А. Кирдяшкина. Челябинск, 1999. 71 с.