

## СТАТЬИ

УДК 378.178

**ВЛИЯНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ НА ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА****Шульгина Ю.В.***ОКР УМВД России по городу Архангельску, Архангельск, e-mail: korela2010@yandex.ru*

В статье представлен материал по изучению тревожности студентов 1 и 3 курсов университета. В настоящее время в психологической периодической печати все чаще появляются публикации, касающиеся проблемы тревожности. Это указывает на возрастание интереса к изучению этой проблемы. Цель исследования: изучить психологическое состояние личности студентов 1 и 3 курсов. Задачи исследования направлены на выявление личностных особенностей студентов первого и третьего курсов, изучение уровня личностной и реактивной тревожности студентов и определение психологического состояния у студентов 1 и 3 курсов. Для выявления индивидуальных психологических особенностей студентов использовались методики: многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла 16PF (версия А), оперативная оценка самочувствия, активности и настроения (методика САН В.А. Доскина с соавт.). Определили, что высокий уровень личностной тревожности у студентов как первого, так и третьего курсов может быть связан с адаптацией к новому месту учебы и с напряженной учебной деятельностью. Выявлен низкий уровень реактивной тревожности студентов, который предполагает отсутствие синдрома психоэмоционального напряжения при положительном психологическом состоянии и благоприятном климате в коллективе в целом.

**Ключевые слова:** тревожность, личность, индивидуальные психологические особенности студентов

**IMPACT OF ANXIETY ON ACTIVITY AND DEVELOPMENT  
STUDENT PERSONALITIES****Shulgina Yu.V.***Ministry of Internal Affairs of Russia for the city of Arkhangelsk, Arkhangelsk,  
e-mail: korela2010@yandex.ru*

The article presents material on the anxiety of 1st and 3rd year students of the university. Currently, publications on the problem of anxiety appear more and more often in the psychological periodicals. This indicates a growing interest in the study of this problem. Objective: to study the psychological state of the person of students 1 and 3 courses. The objectives of the research are aimed at identifying the personal characteristics of first and third year students, studying the level of personal and reactive anxiety of students and determining the psychological state of students of the first and third years. To identify individual psychological characteristics of students, the following methods were used: R. Cattell's multifactorial personality questionnaire 16PF (version A), operational assessment of well-being, activity and mood (methodology of SAN V.A. Doskin et al.). It was determined that a high level of personal anxiety among students of both the first and third courses can be associated with adaptation to a new place of study and with intense learning activities. A low level of reactive anxiety of students was revealed, which implies the absence of psychoemotional stress syndrome, and a positive psychological state and a favorable climate in the team as a whole.

**Keywords:** anxiety, personality, individual psychological characteristics of students

Исследования, связанные с влиянием тревожности на деятельность и развитие личности, всегда привлекали специалистов общей и возрастной психологии. В настоящее время в современной психологии существует много определений этого психического состояния, однако дать научное, ясное и четкое определение не удастся. Впрочем, так бывает всегда, когда речь идет о понятиях, касающихся наиболее личных переживаний. Их можно чувствовать, но трудно определить [1-3]. Современное студенческое сообщество – это глобальный слой общества, который претерпевает качественные и количественные изменения. В связи с этим изучение состояния тревожности у студенческой молодежи является актуальной проблемой в научной среде.

Психологическая проблема изучения тревожности в своем изучении претерпела множество спадов и подъемов в исследовании. Семантическая неопределенность термина «тревожность» в психологии является следствием его включения в различные сферы в разных его значениях [4–6].

Таким образом, на сегодняшний день в области исследования влияния тревожности на деятельность и развитие личности студенческой молодежи гораздо больше вопросов, чем найдено ответов, которые отвечают современной действительности. Все это указывает на возрастание научного интереса и актуальность нашего исследования.

Цель исследования: изучить психологическое состояние личности студентов 1 и 3 курсов.

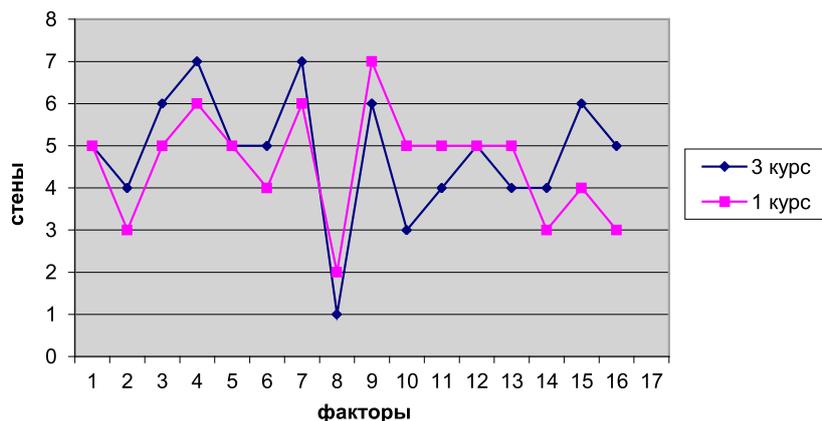


Рис. 1. Психологические профили студентов 1-го и 3-го курсов

### Материалы и методы исследования

Задачи исследования:

1. Выявить личностные особенности студентов первого и третьего курсов.
2. Изучить уровень личностной и реактивной тревожности студентов 17–18 и 19–20 лет.
3. Определить психологическое состояние у студентов 1 и 3 курсов.

В процессе исследования было обследовано 40 человек: 20 студентов первого курса и 20 – третьего. Количество девушек и юношей в группах было поровну. Критерием отбора в экспериментальную группу было постоянное присутствие на всех учебных занятиях. Исследование проходило в течение учебного года в два этапа.

В работе индивидуальные психологические особенности студентов оценивались по следующим методикам:

1. Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла 16PF (версия А);
2. Оперативная оценка самочувствия, активности и настроения (методика В.А. Доскина с соавт.);
3. Исследование тревожности (методика Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина).

### Результаты исследования и их обсуждение

Углубленное изучение структуры личности студентов первых и третьих курсов не выявило значительных отличий между ними (рис. 1).

Анализ фактора А (яркость эмоциональных проявлений – вялость аффекта) указывает на то, что как на первом курсе так и на третьем студентам присуща такая черта, как сдержанность эмоциональных проявлений. Фактор В (уровень интеллекта) указывает на его более высокую цифру у 3 курса, но в то же время отметим в целом

низкие цифры этого показателя как на первом, так и на третьем курсе. Третий фактор (фактор С) указывает на более высокую эмоциональную устойчивость, работоспособность и отсутствие нервного утомления у третьекурсников и на их большую авторитарность, самоуверенность и независимость (фактор Е), хотя и у первокурсников фактор Е (авторитарность – покорность) достаточно высок. Следовательно, всем студентам, участвующим в исследовании, характерна независимость и самоуверенность. По фактору F (сдержанность – экспрессивность) обучающиеся первого и третьего курсов демонстрируют большую озабоченность своим будущим. Данные по фактору G (следование общественным нормам) свидетельствуют, что третьекурсники более ответственные, обязательны, добросовестны, хотя отметим, что у тех и других эти цифры не очень высокие. По фактору H (робость – смелость) данные указывают на то, что старшекурсники менее сдержанны, склонны в большей степени к риску, уверены в собственных силах, предпочитают находиться на виду, им присуща активность в социальных контактах. По фактору I (жестокость – чувствительность) студенты демонстрируют низкую самоуверенность, практичность, а также мягкость и чувствительность. Низкие значения данного фактора, причем у третьекурсников он ниже (1 балл), чем у первокурсников (2 балла), дают возможность предположить, что в подростки чувствительны и очень ранимы, что следует учитывать педагогам, которые работают с этим возрастом. Анализ фактора L (доверчивость – подозрительность) указывает на большую доверчивость и меньшую подозрительность старшекурсников. Первокурсники обладают большим самомнением и воображением, мечтательностью, тогда как третьему курсу свой-

ственны такие качества, как практичность, добросовестность, ориентация на внешнюю реальность (фактор М – практичность – развитое воображение), что вполне соответствует их положению (третий курс – выпускной). Фактор N (проницательность – наивность) указывает на большую расчетливость, разумный подход к событиям и окружающей жизни. В то же время обучающимся и первого и третьего курса характерно чувство тревожности (фактор О – уверенность в себе – тревожность). Третьекурсникам, в соответствии с данными по фактору Q1, свойственен большой консерватизм, но в то же время они менее самостоятельны в принятии решений (фактор Q2) и более зависимы, что может быть связано с предстоящим распределением, где от их решений мало что зависит. По фактору Q3 (низкий самоконтроль – высокой самоконтроль) данные отчетливо указывают на то, что для студентов 3 курса характерна большая организованность, умение контролировать свои эмоции и поведение. Для студентов третьего курса по фактору Q4 (расслабленность – напряжение) характерна напряженность, наличие возбуждения и беспокойства.

Анализ совокупности факторов в их взаимосвязях (В, М, Q1), указывающий на интеллектуальные особенности, также подтверждает незначительное превосходство старшекурсников относительно младшего курса (4,87 и 4,3 соответственно). Эмоционально-волевые особенности старшекурсников также выше (С, G, I, O, Q3, Q4) – 4,6, у младшего курса – 4,0. Характеризуя коммуникативные свойства и особенности межличностных отношений (А, Н, F, E, Q2, N, L), следует отметить достаточно высокие цифры у обоих курсов (5,3 – у 1 курса и 5,4 – у 3 курса).

Характеризуя четыре вторичных фактора, отметим присущее и первому и третьему курсу чувство тревожности, хотя у первого

курса этот показатель выше, возможно, этому способствует адаптация к новым условиям обучения (рис. 2).

Очень высокие показатели получены по второму расчетному фактору – «интраверсия – экстраверсия» – и у первого и у третьего курсов, что говорит о высокой коммуникабельности, способности устанавливать и поддерживать социальные контакты. Наверное, здесь можно отметить и важность этих контактов для самих студентов. По третьему фактору (сензитивность – реактивная уравновешенность) также отмечаются положительные результаты как у третьего, так и у первого курса, хотя у последних этот показатель значительно выше. Следовательно, в 17–18 лет студенты более жизнерадостны, предприимчивы и склонны не замечать тонкостей жизни. Четвертый расчетный фактор говорит о высокой смелости, сообразительности, агрессивности и тех и других, хотя в большей степени это свойственно младшим.

Углубленное изучение структуры личности студентов в плане эмоционально-психологического статуса и способов индивидуального реагирования в условиях социальных изменений показало, что уровень личностной тревожности достаточно высок как у студентов 1 курса, так и у студентов 3 курса (рис. 3).

Высокие цифры личностной тревожности можно объяснить напряженной учебной работой в течение года. Учебная работа относится к категории умственной деятельности и связана с интенсивной работой головного мозга. Поскольку центральная нервная система контролирует деятельность всех органов и систем, утомление, возникающее при умственной работе, отражается на общем состоянии человека, его самочувствии, настроении, восприятии окружающего мира, на состоянии его психических функций. Это косвенно подтверждают низкие цифры реактивной тревожности (рис. 4).

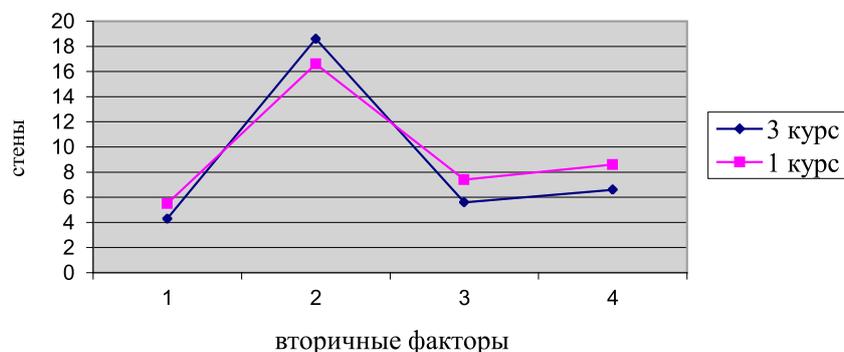


Рис. 2. Динамика вторичных факторов психологических профилей студентов 1-го и 3-го курсов

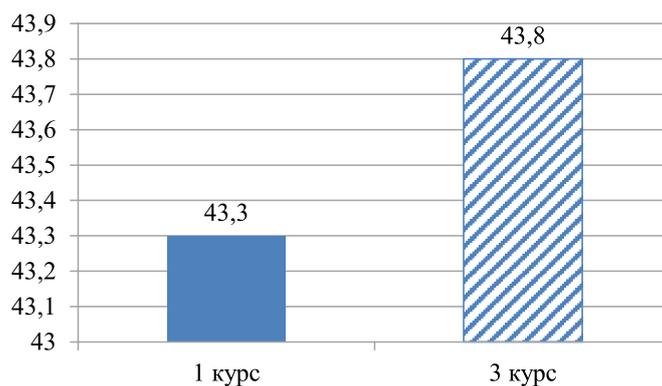


Рис. 3. Изменение уровней личной тревожности у студентов 1-го и 3-го курсов

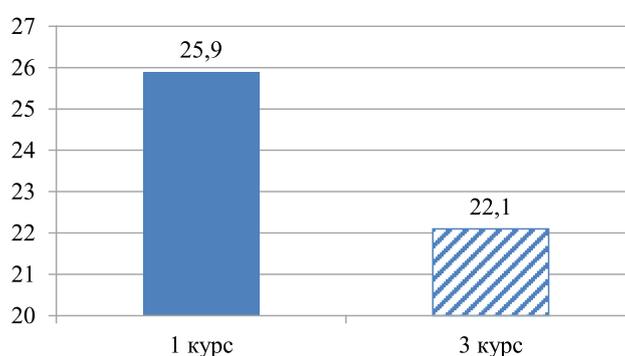


Рис. 4. Изменение уровня реактивной тревожности у студентов 1-го и 3-го курсов

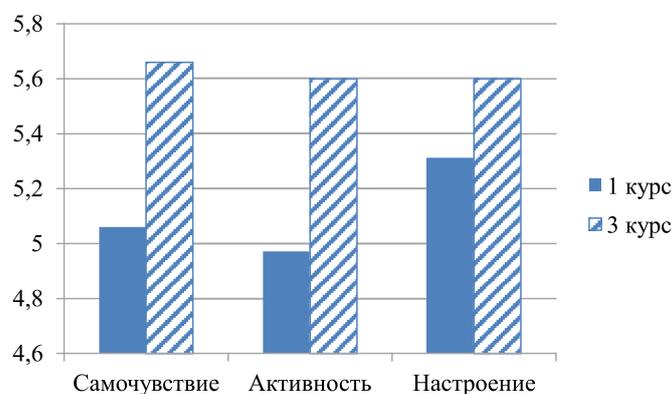


Рис. 5. Показатели теста САН у студентов 1-го и 3-го курсов

Результаты исследования показали, что индивидуальные показатели уровня реактивной тревожности у первокурсников находятся в пределах 18–33 баллов, только две цифры были выше 46 баллов, причем уровень личной тревожности находился в пределах 36–55 баллов. У студентов 3 курса уровень реактивной тревожности практически не превышал показателя «низкий» (до 30 баллов) и только

три цифры находились в диапазоне «средний». Уровень же личной тревожности колебался от 32 до 63 баллов, причем дивергенция результатов была больше, чем у первокурсников.

Тенденции изменения показателей самочувствия, активности и настроения (САН) у студентов как первого, так и третьего курсов незначительны и говорят о благоприятном состоянии испытуемых (рис. 5).

При анализе функционального состояния по тесту САН используют не только абсолютные величины оценок самочувствия, активности и настроения, но и их соотношение. Установлено, что по мере увеличения усталости возрастает разница между оценками самочувствия и настроения, активности и настроения, то есть наблюдается дивергенция основных составляющих функционального состояния. В нашем исследовании незначительная дивергенция наблюдалась у студентов первого курса (рис. 5).

Эти данные экспериментально фиксируют усталость студентов первого года обучения, по субъективной оценке их функционального состояния. Студенты третьего года обучения оценивают свое состояние как благоприятное, так как показатели самочувствия, активности и настроения высокие, а их результаты находятся практически в одном диапазоне.

Анализ индивидуальных показателей самочувствия, активности и настроения говорит об их широкой динамике. Сравнивая данные между 1 и 3 курсом по категории «самочувствие», мы встречаем три оценки ниже 4 баллов в данных студентов 1 курса (2.7; 3.7; 3.0), тогда как у третьекурсников – оценка ниже 4 баллов встречается один раз (3.9). Семь оценок первокурсников находятся ниже отметки в 5 баллов, тогда как у третьего курса таких оценок нет вообще, а основной процент оценок лежит в области 6 баллов. Таким образом, можно предположить, что у практически всех студентов третьего курса хорошее самочувствие, тогда как у первокурсников наблюдается широкая дивергенция показателей, что предполагает различные адаптационные возможности первокурсников, связанные с новым местом учебы. Аналогичные результаты мы встречаем и при анализе двух последующих категорий. В категории «активность» основные индивидуальные показатели находятся ниже 5.5 баллов и только шесть показателей выше этой отметки, причем наблюдается широкий диапазон результатов. У студентов третьего курса только три показателя ниже 5 баллов, все остальные семнадцать находятся в диапазоне 5.5–6.7 балла. Такая же особенность наблюдается в категории «настроение», хотя нужно отметить, что настроение первокурсников в целом повышается (хотя встречается цифра 2.8 балла), а настроение старшекурсников становится чуть ниже. Это вполне может быть связано с наступающей психологической адаптацией первокурсников к новому месту учебы.

Таким образом, подводя итог всему вышесказанному, можно предположить, что высокий уровень личностной тревожности у студентов как первого, так и третьего курсов может быть связан с адаптацией к новому месту учебы, с напряженной учебной деятельностью. Это косвенно подтверждает широкая дивергенция показателей самочувствия, активности и настроения. В то же время низкий уровень реактивной тревожности студентов предполагает отсутствие у них синдрома психоэмоционального напряжения, что говорит о положительном психологическом состоянии и благоприятном климате в коллективе в целом.

### Выводы

1. Студенты-третьекурсники обладают более развитым интеллектом, высокой эмоциональной устойчивостью, практичностью и ориентацией на внешнюю реальность. У первокурсников были выделены такие качества, как мечтательность, чувствительность, развитое воображение и независимость. И тем и другим характерна зависимость от учебной группы.

2. Наблюдается высокий уровень личностной тревожности и низкий уровень реактивной тревожности у студентов 1 и 3 курсов, что указывает на напряженность учебной работы в течение года.

3. Студенты 3 курса находятся в более благоприятном психологическом состоянии (САН – 5,6–5,7 балла), чем первокурсники (6,7 балла).

### Список литературы

1. Корельская И.Е., Шаренкова Л.А., Зелянина А.Н. Особенности проявления микропароксизма у юных спортсменов-лыжников в процессе спортивной подготовки // Теория и практика физической культуры. 2018. № 10. С. 22–24.
2. Каркавцева И.А., Корельская И.Е. Оценка индивидуальных психофизиологических свойств личности и уровня эмоциональной стабильности квалифицированных спортсменов // Теория и практика физической культуры. 2018. № 12. С. 39.
3. Луговский В.А., Петренко Т.В. Влияние тревожности на развитие личности современных студентов // Альманах мировой науки. 2015. № 1–3 (1). С. 53–56.
4. Зелянина А.Н., Казакова Е.В., Киналь А.Н., Корельская И.Е., Корехова М.В., Кубышкина М.Л., Леус Э.В. Психология: учебное пособие. Архангельск, 2018. 237 с.
5. Немов Р.С., Яценко Д.А. Методология системного подхода к психологическим исследованиям личности // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии. Результаты и перспективы развития / Отв. ред. А.Л. Журавлёв, В.А. Кольцова. М., 2017. С. 124–130.
6. Табачный В.А., Зелянина А.Н. Качественный анализ влияния занятий единоборствами на формирование личностных характеристик у спортсменов // Психология и современный мир: материалы Всероссийской научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. 2019. С. 275–280.