

ЧУРИЛО Наталья Вячеславовна – психолог психологической службы Белорусского государственного университета, соискатель кафедры возрастной и педагогической психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (научный руководитель – доктор психологических наук, профессор Т.В. Сенько).

Круг научных интересов: отношение к себе, отношение к другим, критерии соци-

ально-психологической адаптации студентов в высшей школе. Имеет ряд научных, научно-методических, учебных и учебно-методических публикаций в журнале «Высшая школа», сборниках научных трудов «Возрастная, педагогическая и коррекционная психология». Читаемые учебные курсы: «Методология научного исследования», «Диагностика и коррекция межличностного взаимодействия».

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ НЕЙРОТИЗМА У СТУДЕНТОВ

Резюме: В статье рассматриваются вопросы динамики проявления нейротизма, приводятся результаты экспериментального изучения и сравнительного анализа уровня нейротизма у студентов в зависимости от курса обучения и возраста испытуемых.

Ключевые слова: нейротизм, эмоциональная устойчивость, саморегуляция, самоуважение, уверенность в себе.

Проблема

Сложные жизненные ситуации, фрустрации, стресс, конфликты требуют значительного расхода эмоциональных ресурсов личности [3; 4; 6]. С этим связан интерес психологов к изучению эмоциональной устойчивости человека относительно различных воздействий внешнего мира, а также способов рационального использования индивидуальных возможностей овладения навыками саморегуляции поведения. Слабыми показателями эмоциональной устойчивости являются такие факторы, как тревожность, уверенность-неуверенность в себе, саморегуляция, самоконтроль, уровень самоуважения и адаптация [5; 9].

Наиболее остро проблема эмоциональной устойчивости стоит в студенческом возрасте. Так, исследования российских психологов свидетельствуют о том, что 90% старшеклассников находятся в состоянии эмоционального напряжения, а 75% из них имеют то или иное заболевание стрессовой этиологии [2]. После вступительных экзаменов многие из них становятся студентами ВУЗов. В связи со спецификой современного высшего образования, когда к подготовке специалистов предъявляются не только требования высокого профессионального уровня, но и предъявляются высокие требования к эмоциональным ресурсам молодых специалистов, возникает необходимость изучения и развития эмоциональной устойчивости уже на этапе обучения в ВУЗе. Юношеский возраст наиболее сензитивен к формированию и повышению эмоциональной устойчивости, формированию навыков саморегуляции и самоконтроля [4; 6]. По мнению одного из исследователей эмоциональной устойчивости В.Н. Большакова, «процесс формирования личности, который заключается в создании все более сложных дифференцированных и централизованных структур, создает, в конечном итоге, у личности такие подсистемы, специфические особенности, которые делают человека более или менее подверженным воздействию эмоциональных раздражителей» [1, 116].

Методы

Актуальность проблемы эмоциональной устойчивости студентов побудила нас к исследованию уровня нейротизма у студентов Белорусского государственного экономического университета на протяжении обучения в ВУЗе. В исследовании использовался метод опроса (методика Г. Айзенка, рассматривалась шкала «нейротизм»). В опросе приняли участие 150 человек. Первая половина обучения в ВУЗе (1-3 курсы) охватывает возраст от 17 до 20 лет и соответствует стадии юношеского возраста.

та согласно возрастной функционально-стадиальной модели онтогенетического развития, предложенной Ю.Н. Карандашевым. Вторая половина обучения в ВУЗе (4-5 курс) охватывает возраст от 20 до 24 лет и соответствует первой половине возрастной ранней зрелости согласно вышеуказанной модели [7; 8].

Фактор нейротизма характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость личности. По некоторым данным эта шкала связана с показателем лабильности нервной системы. Эмоциональная устойчивость – черта, выражающая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также склонностью к лидерству, общительности. Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакций, рассеянности внимания неустойчивости в стрессовых ситуациях. Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность, неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. у лиц с высокими показателями по данной шкале в неблагоприятных стрессовых ситуациях может развиваться невроз.

Результаты

Сравнительное изучение уровня нейротизма у испытуемых дало представление об особенностях проявления данного свойства в зависимости от курса обучения и возраста испытуемых.

В табл. 1 представлены данные, отражающие особенности уровня нейротизма студентов в зависимости от курса обучения.

Таблица 1

Уровни нейротизма у студентов в зависимости от курса обучения

Курс	низкий		средний		умеренный		высокий		Всего	
	АВ	%	АВ	%	АВ	%	АВ	%	АВ	%
1	2	6	13	38	11	32	8	24	34	100
2	1	4	4	16	12	48	8	32	25	100
3	9	23	13	33	9	23	8	21	39	100
4	2	6	10	28	10	28	14	38	36	100
5	6	38	7	43	2	13	1	6	16	100
Всего	20	13	47	31	44	29	39	27	150	

Анализируя полученные данные, можно сделать вывод о том, что число респондентов с высоким уровнем нейротизма увеличивается в процессе обучения в вузе, достигая максимального числа (38%) на 4 курсе. Однако уменьшается на 5 курсе и составляет всего 6%. Число респондентов, обладающих умеренным уровнем нейротизма максимально на 2 курсе (48%). Средний уровень данного критерия максимально проявляется на 5 курсе обучения в ВУЗе (43%). Низким уровнем нейротизма обладают 38% опрошенных на 5 курсе обучения, и всего 6% – на 1 курсе.

На рис. 1 изображена диаграмма распределения уровней нейротизма у студентов университета. Так, у 27% студентов выявлен высокий уровень нейротизма, у 29% студентов – умеренный, у 31% – средний уровень, и всего лишь 13% студентов демонстрируют низкий уровень нейротизма.

На рис. 2 изображен график, позволяющий провести сравнительный анализ проявления нейротизма у студентов с 1 по 5 курс. Наиболее отчетливо проблема высокого

нейротизма выделяется на втором и четвертом курсах обучения (соответственно 32% и 38% опрошенных). Более благополучными с этой точки зрения являются 3 и 5 курсы обучения (соответственно 21% и 6%).

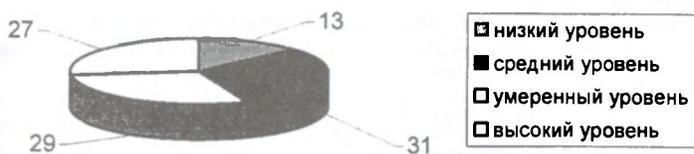


Рис. 1. Распределение уровней нейротизма у студентов университета

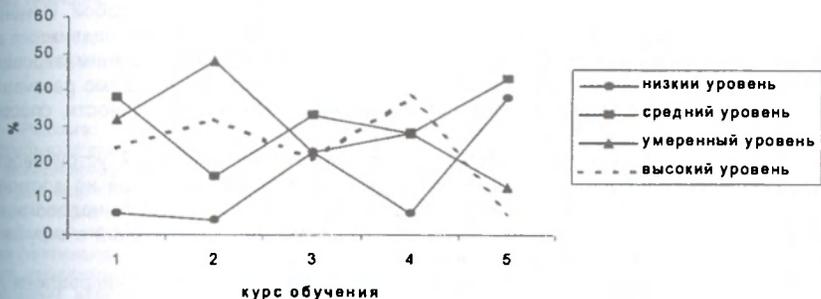


Рис. 2. Проявление нейротизма у студентов в процессе обучения в ВУЗе

В табл. 2 представлены данные проведенного исследования согласно возрастной функционально-стадиальной модели онтогенетического развития, предложенной Ю.Н. Карандашевым [7; 8]. Анализ таблицы 2 позволяет сделать вывод, что при переходе от юношеского возраста к возрасту ранней зрелости увеличивается число респондентов с высоким уровнем нейротизма (с 24% до 29%).

Таблица 2

Распределение уровней нейротизма у студентов при переходе от юношеского возраста к возрасту ранней зрелости

Уровень нейротизма	Юношеский возраст		Возраст ранней зрелости	
	АВ	%	АВ	%
низкий уровень	12	12	8	15
средний уровень	30	31	17	33
умеренный уровень	32	33	12	23
высокий уровень	24	24	15	29
Всего:	98	100	52	100

Можно заметить, что несколько увеличивается число респондентов с низким уровнем нейротизма (с 12% до 15%). Изменяется число респондентов при переходе от юношеского возраста к возрасту ранней зрелости с выраженным умеренным уровнем нейротизма (с 33% до 23%).

нем нейротизма (с 33% до 23%). Однако результаты количественной обработки эмпирических данных показывают, что полученное различие параметров не является статистически достоверным ($\chi^2_3=1\ 608 > \chi^2=2.71$ при $p_1=10\%$, $p_2>10\%$).

Выводы

1. В результате исследования у 27% опрошенных выявлен высокий уровень нейротизма, 29% – умеренный уровень и лишь 13% – низкий уровень. Наиболее проблемными, с этой точки зрения, являются 2 и 4 курсы обучения.

2. Большинство студентов, у которых выявлен средний уровень нейротизма, обучаются на пятом курсе (43%). На пятом курсе 38% опрошенных демонстрируют также низкий уровень нейротизма.

3. Результаты исследования позволили сформулировать проблему эмоциональной устойчивости студентов и привели к выводу о необходимости проведения коррекционной работы в данном направлении.

4. В коррекционной работе необходимо учитывать структурную организацию психических особенностей. Общая гибкость структуры может быть достигнута за счет изменения самих особенностей и путем изменения их связей между собой. Изменения структуры необходимо начинать с внесения изменений в наиболее подвижные ее звенья, т.е. в психическое состояние. При этом, обучая студентов минимизировать проявления тревожности, неуверенности, раздражительности, необходимо развивать те качества, которые характеризуют эмоциональную устойчивость личности, способность к самоконтролю и психической регуляции.

5. Наиболее эффективным методом повышения эмоциональной устойчивости студентов является социально-психологический тренинг, направленный на достижение способности к эмпатии, к пониманию переживаний и чувств другого человека, на приобретение навыков построения адекватных равноправных отношений с окружающими, предотвращения и решения конфликтов.

6. Коррекционная программа по данной проблеме должна быть направлена на формирование способности принимать и выбирать решение в экстремальных ситуациях, на развитие волевых качеств и устойчивости к неудачам и трудностям.

7. Конечная цель коррекционной программы – развитие самоуважения, уверенности в себе, повышение эмоциональной устойчивости и социально-психологическая реадaptация.

Литература

1. Большаков В.Ю. Психотренинг. – СПб.: Служба доверия, 1994. – 380 с.
2. Веселова Е.В. Формирование эмоционально-волевой устойчивости старшеклассников с учетом энергоинформационного обмена. Дис. ... канд. психол. наук. – Ярославль, 1998. – 385 с.
3. Емельянов Ю.Н. Активные методы социально-психологической подготовки руководителей и специалистов. – Л.: ИПК СП, 1984. – С. 101-104.
4. Жариков Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости. – М.: Московский кадровый центр, 1999. – 187 с.
5. Захаров В.П. Социально-психологический тренинг. – ЛГУ, 1989. – 215 с.
6. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. – М., 1980. – 280 с.
7. Карандашев Ю.Н. Возрастная функционально-стадиальная периодизация психического развития детей: Дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. – Л., 1991. – 433 с.
8. Карандашев Ю.Н. Психология развития: Часть первая: Введение: учебное пособие. – Мн.: МП Д-Р КАРА, 1996. – 240 с.
9. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М.: МГУ, 1982. – 324 с.