

The article discusses the concept of the students' emotional attitude to studying in high school. Emotional attitudes to studying characterized by modality (positive or negative) and the structure. Modalities and structure of the emotional attitude of students to the studying are related to the regulation of dominant species of motivational activities. These relationships have specifics depending on the level of student performance.

Keywords: *emotional attitude of students to educational activity, intrinsic motivation, extrinsic motivation, external regulation, introjected regulation, identified regulation, self-motivation, motivational style regulation of teaching, achievement level.*



УДК 159.99

Анна Валеріївна КОЛЧИГІНА,

старший викладач кафедри соціології та психології факультету № 6 (права та масових комунікацій) Харківського національного університету внутрішніх справ

ОСОБЛИВОСТІ РОЛІ ТА ФУНКЦІЙ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ В КОНТЕКСТІ ДОМІНУЮЧИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ

Досліджена специфіка характеристик психологічного та соціально-психологічного рівнів домінуючого психічного стану з урахуванням базисних копінг-стратегій студентів для поліпшення ефективності навчальної діяльності, уникнення багатьох стресових ситуацій, пом'якшуючи їх впливи.

Ключові слова: *базисні копінг-стратегії («вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки», «уникнення»), копінг-групи, домінуючий психічний стан.*

Дослідження проводилося на базі Харківського національного університету внутрішніх справ та Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. В дослідженні брали участь 215 студентів денної форми навчання з першого по п'ятий курси віком від 17 до 23 років, з них 177 студентів факультету права та масових комунікацій Харківського національного університету внутрішніх справ та 38 студентів факультету психології та соціології Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, серед них – 182 жіночої статі та 33 – чоловічої.

По – перше, нами була проведена методика дослідження базових копінг-стратегій – «Індикатор стратегій подолання стресу» Д. Амірхана. Методика визначає базисні копінг-стратегії, їх вираженість в структурі копінг-поведінки. Методика виявляє три базисні копінг-стратегії: «вирішення проблем», «пошук соціальної підтримки», «уникнення» [1; 3]. результати отриманих даних за методикою Д. Амірхана та кластерного аналізу метода К середніх за допомогою комп'ютерного пакету програм Statistika студенти були розподілені на 3 копінг – групи. Перша копінг-група (77 студентів) використовує на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «вирішення проблем» та «пошук соціальної підтримки», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «уникнення». Друга копінг-група (43 студентів) використовує на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «вирішення проблем». Третя копінг-група (95 студентів) використовує на першому місці таку базисну копінг-стратегію в стресовій ситуації, як «вирішення проблем», при цьому на другому місці – такі стратегії, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення».

По-друге, за методикою «Визначення домінуючого стану» (Л. Куліков) нами була досліджена у відокремлених трьох копінг-групах специфіка характеристик

психологічного та соціально-психологічного рівнів домінуючого психічного стану по таким шкалам, як «активне – пасивне відношення до життєвої ситуації», «бадьорість – зневіра», «тонус високий – низький» тощо, за допомогою Т-критерію Стьюдента [4], результати наведені в таблиці 1.

Виходячи з результатів дослідження домінуючих станів (табл. 1.), ми бачимо, що за показниками таких шкал як «тонус високий – низький», «розкутість – напруженість», «спокій – тривога», «вдоволеність – невдоволеність життям в цілому», «позитивний – негативний образ самого себе», не виявлені достовірні відмінності у студентів відокремлених нами трьох копінг-груп.

Таблиця 1

Показники домінуючого стану студентів трьох копінг-груп ($\bar{x} \pm m$)

Шкали	Група 1	Група 2	Група 3	t1,2	t1,3	t2,3
Активне – пасивне відношення до життєвої ситуації	47,9±1,3	43,4±1,9	47,8±1,3	2*	0	1,9
Бадьорість – зневіра	51,7±1	45,7±1,5	48,5±1,2	3,2**	2*	1,4
Тонус високий – низький	52,4±1,2	51,1±1,4	52,5±1	0,6	0,1	0,7
Розкутість – напруженість	52±0,9	51,2±1,7	52,8±1,2	0,5	0,6	0,9
Спокій-тривога	49,5±1,1	51,9±1,3	50,8±0,9	1,4	0,9	0,6
Стійкість – нестійкість емоційного фону	49,7±1,3	46,6±1,8	51,9±1,2	1,4	1,3	2,5*
Вдоволеність – невдоволеність життям в цілому	55,1±1	56±0,8	55,4±1	0,6	0,2	0,4
Позитивний – негативний образ самого себе	50,2±1,4	49,6±0,8	50,9±1,1	0,3	0,4	0,7

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Тобто у студентів, які використовують на першу місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «вирішення проблем» та «пошук соціальної підтримки», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «уникнення», у студентів, які використовують на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «вирішення проблем», та у студентів, які використовують на першому місці таку базисну копінг-стратегію в стресовій ситуації, як «вирішення проблем», при цьому на другому місці – такі стратегії, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», в приблизно однаковій мірі проявляються шкали: «тонус високий – низький» (52,4±1,2; 51,1±1,4; 52,5±1), «розкутість – напруженість» (52±0,9; 51,2±1,7; 52,8±1,2); «спокій – тривога» (49,5±1,1; 51,9±1,3; 50,8±0,9); «вдоволеність – невдоволеність життям в цілому» (55,1±1; 56±0,8; 55,4±1) та «позитивний – негативний образ самого себе» (50,2±1,4; 49,6±0,8; 50,9±1,1).

За показниками таких шкал, як «активне – пасивне відношення до життєвої ситуації», «бадьорість – зневіра», «стійкість – нестійкість», виявлені достовірні відмінності. В першій копінг-групі досліджуваних достовірно більш виражений показник за шкалою «активне – пасивне відношення до життєвої ситуації», ніж в

другій копінг-групі ($47,9 \pm 1,3$ та $43, 4 \pm 1,9$ при $p_{1,2} \leq 0,05$). Стосовно шкали «активне – пасивне відношення до життєвої ситуації» вірогідних відмінностей між першою та третьою, другою та третьою групами виявлено не було. В першій копінг-групі досліджуваних достовірно більш виражений показник за шкалою «бадьорість – зневіра», ніж в другій та третій копінг-групах ($51,7 \pm 1$ та $45,7 \pm 1,5$; $48,5 \pm 1,2$ при $p_{1,2} \leq 0,01$; $p_{1,3} \leq 0,05$). Стосовно шкали «бадьорість – зневіра» вірогідних відмінностей між другою та третьою групами виявлено не було. В третій копінг-групі досліджуваних достовірно більш виражений показник за шкалою «стійкість – нестійкість емоційного фону», ніж в другій копінг-групі ($51,9 \pm 1,2$ та $46,6 \pm 1,8$ при $p_{2,3} \leq 0,05$). Стосовно шкали «стійкість – нестійкість» вірогідних відмінностей між першою та другою, першою та третьою, другою та третьою групами виявлено не було.

Таким чином, можемо зробити наступні висновки. Вірогідно більш властиве активне, оптимістичне ставлення до життєвої ситуації, готовність до подолання перешкод, віра в свої можливості, відчуття сил для подолання перешкод і досягнення своїх цілей для студентів, які використовують на першу місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «вирішення проблем» та «пошук соціальної підтримки», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «уникнення», ніж для студентів, які використовують на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «вирішення проблем».

Вірогідно більш переважає підвищений, бадьорий настрій, переважає позитивний емоційний фон, розширення інтересів, очікування радісних подій в майбутньому, висловлено бажання діяти для студентів, які використовують на першу місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «вирішення проблем» та «пошук соціальної підтримки», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «уникнення», ніж для студентів, які використовують на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «вирішення проблем», та ніж для студентів, які використовують на першому місці таку базисну копінг-стратегію в стресовій ситуації, як «вирішення проблем», при цьому на другому місці – такі стратегії, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення».

Вірогідно більш переважає рівний позитивний емоційний тон, спокійний перебіг емоційних процесів, висока емоційна стійкість, в стані емоційного збудження зберігається адекватність і ефективність психічної саморегуляції, поведінки і діяльності для студентів, які використовують на першому місці таку базисну копінг-стратегію в стресовій ситуації, як «вирішення проблем», при цьому на другому місці – такі стратегії, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», ніж для студентів, які використовують на першому місці такі базисні копінг-стратегії в стресовій ситуації, як «пошук соціальної підтримки» та «уникнення», при цьому на другому місці – таку стратегію, як «вирішення проблем».

Отже, виявлені достовірні відмінності щодо характеристик психологічного та соціально-психологічного рівнів актуального психічного стану у студентів згідно з різними копінг – стратегічними планами вирішення стресових подій. Виявлена роль та функції копінг-поведінки студентів у протистоянні негативних переживань, що можуть супроводжувати процес навчальної діяльності, та підтримці позитивних переживань. Розуміння студентами своїх психічних станів і вміння регулювати їх дозволить їм поліпшити ефективність навчальної діяльності, уникнути багатьох стресових ситуацій, пом'якшуючи їх впливи, вирішити критичні ситуації з найменшими втратами для себе. З іншого боку, викладачі, володіючи відповідними психологічними знаннями та вміннями, можуть більш ефективно керувати студентами, їх навчальною діяльністю.

Список використаних джерел

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Ч. 1. «Coping stress» и теоретические подходы к его изучению / В. А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27, №1. – С. 122–133.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с. – (Практикум).
3. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2004. – 701 с.
4. Куликов Л. В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, чувств и психологической устойчивости личности. Описание методик, инструкции по применению / Л. В. Куликов. – СПб., 2003. – 80 с.
5. Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М. : Ин-т психологии РАН, 2008. – 474 с.

Одержано 24.02.2016

Исследована специфика характеристик психологического и социально-психологического уровней доминирующего психического состояния с учётом базисных копинг-стратегий студентов для улучшения эффективности учебной деятельности, во избежание многих стрессовых ситуаций, смягчая их влияния.

Ключевые слова: базисные копинг-стратегии («решение проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание»), копинг-группы, доминирующее психическое состояние.

Study specifics characteristics of psychological and socio-psychological level of the dominant mental state considering basic coping-strategies for students to improve the effectiveness of training activities, in order to prevent many stressful situations, mitigating their effects.

Keywords: basic coping-strategies («problem solving», «search for social support», «avoidance»), coping-group, the dominant mental state.



УДК 159.9:141.21

Мария Маратовна КУЗНЕЦОВА,

аспирантка кафедры практической психологии

Харьковского национального педагогического университета имени Г. С. Сковороды

ОПТИМИЗМ В СТРУКТУРЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

В статье рассматриваются возможности использования результатов психологических исследований оптимизма для решения проблемы оптимизации психологической саморегуляции учебной деятельности студентов. Охарактеризованы основные концепции оптимизма, показаны их возможности для раскрытия сущности и механизмов учения у студентов. Проанализирована взаимосвязь оптимизма и эмоционально-волевой саморегуляции учения у студентов.

Ключевые слова: оптимизм, диспозиционный оптимизм, оптимистический атрибутивный стиль, учебная деятельность студентов, саморегуляция учебной деятельности.

Актуальность темы. В студенческом возрасте для развития личности весьма важен оптимизм, как система обобщенных ожиданий того, что в будущем в жизни человека будут происходить преимущественно благоприятные события [1]. Юношеский возраст является сензитивным для становления жизненных ожиданий