

2. Калининкова, Н.Г. Педагогическое образование в России: уроки истории / Н.Г. Калининкова // Вопросы образования. – 2005. – № 4 – С. 304–318.

3. Педагогика. Учебник для учительских институтов. Проф. И.Т. Огородников, П.Н. Шимбирев. – М. – 1946. – 395 с.

4. Степанова, Л.А. Развитие гуманистического содержания отечественного педагогического образования в первой половине XX века: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01/ Степанова Людмила Анатольевна. – Москва. 2011. – 465 с.

УДК 159.9

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ И РЕГУЛЯТОРНО-ЛИЧНОСТНЫХ СВОЙСТВ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ КУРСОВ ОБУЧЕНИЯ

INTERRELATION OF MENTAL STATES WITH REGULATORY AND PERSONAL TRAITS OF DIFFERENT COURSES STUDENTS

Алиса Рамилевна Халфиева

Alisa Ramilevna Khalfieva

Россия, Казань, Казанский федеральный университет

Russia, Kazan, Kazan federal university

E-mail: khalfieva@inbox.ru

Аннотация. В статье описываются результаты сравнительного анализа взаимосвязей показателей психических состояний и регуляторных свойств личности студентов-математиков первого и четвертого курсов в процессе лекционных занятий. Было выявлено, что у студентов первого курса во время лекционных занятий меньше взаимосвязей, что говорит о том, что они пока недостаточно хорошо определяют свои психические состояния и недостаточно активно используют приемы саморегуляции. К завершению обучения, т. е. к четвертому курсу, у студентов-математиков проявляется достаточно взаимосвязей приемов саморегуляции с разными подструктурами психических состояний. Это говорит о том, что у студентов к четвертому курсу развиваются регулятивные свойства личности, что и позволяет им достаточно эффективно использовать время во время занятий.

Ключевые слова: лекция, процесс, рефлексивность, саморегуляция, студенты, учебный регуляторные свойства личности.

Abstract. The article describes the results of a comparative analysis of the relationship between indicators of mental states and regulatory properties of the personality of mathematics students of the first and fourth courses in the course of lectures. It was found that first-year students have fewer relationships during lectures, which indicates that they still do not define their mental states well enough and do not actively use self-regulation techniques. By the end of the training, i.e. By the fourth year, mathematics students show enough interconnections between self-regulation techniques and different types of mental states. This suggests that by the fourth year students develop regulative personality traits, which allows them to use time quite effectively during classes.

Keywords: lecture, process, reflexivity, self-regulation, students, educational regulatory properties of personality.

На сегодняшний день во время постоянных изменений, в том числе и в образовании, когда невозможности предугадать, что будет завтра, распро-

странения цифровизации, развития технологий, студенты вынуждены справляться с непрерывным потоком информации не только образовательного характера. При всем этом очень важны развитые регуляторные свойства личности, т. к. исследователи уже давно отмечают важность регуляторных детерминант надежности деятельности человека. А.О. Прохоров в своих работах отмечает, что становление целостной функциональной структуры регуляции психических состояний осуществляется при активной адаптации субъекта к условиям внутренней и внешней среды [1]. В данной статье целью является показать различия в корреляционных связях показателей рефлексивности и саморегуляции студентов-математиков первого и четвертого курсов, выявив закономерность развития регуляторных свойств личности в ходе все цикла обучения в университете (бакалавриат). Для достижения данной цели были исследованы взаимосвязи рельефа психических состояний с регуляторными и личностными свойствами студента.

Всего в исследовании принимали участие студенты математического института, обучающиеся на первом курсе в количестве 69 человек (примерный возраст респондентов 18–19 лет) и студенты математического института, обучающиеся на четвертом курсе в количестве 43 человек. Примерный возраст респондентов 22–23 года. Методики, изучающие регулятивные свойства личности студенты проходили в трех ситуациях: во время лекционных, семинарских занятий и во время экзамена.

Для исследования личностных характеристик респондентов – студентов первого и четвертого курсов было отобрано пять методик: «Самооценка переживаний» А.О. Прохоров [5], «Методика исследования самоотношения» С.Р. Пантелеев (МИС) [9], Опросник рефлексивности Карпова [1], Тест смысловые ориентации (методика СЖО) Д.А. Леонтьева [2], Опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В.И. Моросановой [3]. Всего 28 показателей. Для исследования регулятивных свойств личности были отобраны три методики: «Рельеф психического состояния личности» (краткий вариант) А.О. Прохорова и М.Г. Юсупова [8], опросник способов саморегуляции, эффективность саморегуляции [4]. Всего 40 показателей, которые позволяют увидеть разные способы саморегуляции студентов.

В ходе исследования был использован стандартный пакет математико-статистического анализа данных SPSS 18.0. Для исследования взаимосвязей использовался корреляционный анализ по Спирмену.

При анализе данных психических состояний студентов-математиков во время учебной деятельности были получены следующие результаты. Во-первых, существует разница в количестве показателей между первым и четвертым курсом. Больше всего взаимосвязей у студентов первого курса математического Института в ситуации экзамена (55) и меньше всего на лекциях (4) и на семинарских занятиях (11). Что касается студентов четвертого курса, то у них количество взаимосвязей между показателями значительно больше и существует разница в том, как они проявляются в разных ситуациях учебной деятельности. Например, на лекции было выявлено меньше всего взаимосвязей показателей (30), в ситуации экзамена чуть больше (40) и на семинаре самое

большее количество взаимосвязей между рефлексивностью и регулятивными, личностными показателями студентов (59). Можно сделать вывод, что на четвертом году обучения у студентов, обучающихся на математическом направлении, формируется большее понимание себя, своих состояний в той или иной учебной ситуации, благодаря чему, они могут использовать разные способы и приемы саморегуляции и усиливать те или иные личностные свойства, которые помогают им более эффективно справляться с учебной деятельностью.

В данной статье будут описаны результаты исследования, проведенного во время лекции. Анализ полученных результатов показал, что у студентов первого курса на лекциях существует положительная взаимосвязь на уровне значимости $p \leq 0,05$ между показателями «шкала активности поведения» и «самоконтроль», а также между показателями «шкала активности когнитивных процессов» и «перспективная рефлексия», «программирование». Также сильная положительная взаимосвязь на уровне $p \leq 0,01$ проявилась между показателями «шкала активности переживаний» и «переустановка на «рабочее состояние», т. е. если у студента проявляются личные переживания во время лекций, то он быстро приводит себя в рабочее состояние при помощи переустановки или переключения. Эти результаты говорят о том, что, чем выше у студентов желание активно проявляться на занятии, тем выше у них самоконтроль. Либо наоборот самоконтроль сдерживает их проявления на лекции. В том числе, чем больше студенты задействуют когнитивные функции на лекции, тем больше они размышляют о предстоящей деятельности, планировании и представлении о целях и будущих результатах, выбирая при этом наиболее эффективные способы ее выполнения и прогнозирования вероятного исхода деятельности и продумывают способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, детализированности и развернутости разрабатываемых программ.

Что касается студентов-математиков четвертого курса, то у них больше всего взаимосвязей с показателями «шкалы активности соматических процессов» (13). То есть различные физиологические проявления во время лекций, вызванные реакциями тела (побледнение, покраснение, жар, холод), присутствуют у студентов-математиков и имеют положительные взаимосвязи на уровне $p \leq 0,05$ с такими показателями регуляторных свойств личности как «Активация положительных волевых состояний», «реакция «освобождения» как перенесение своих тревог на слушателя», «использование положительных образов и воспоминаний», «повышение собственной мотивации», «поисковая активность (поиск решений проблемы и др.)», «релакс (расслабление)», «контроль и регуляция тонуса мимических мышц и скелетной мускулатуры». Это говорит о том, что, студенты на четвертом курсе вероятнее всего осознают значимость материала, преподаваемого им на лекции, в соответствии с этим переживание этой значимости проявляется в физиологических процессах, таких как учащенное сердцебиение, изменение дыхания, состояние потоотделения. Соответственно, чем больше студенты испытывают похожие состояния, тем больше они сконцентрированы на положительных волевых состояниях, то, что усиливает психические возможности личности, в том числе, проявляются в желании что-то сказать или возразить лектору. Также активность соматических процес-

сов заставляет студентов использовать положительные образы и воспоминания во время лекционных занятий, стараясь повысить любыми способами свою мотивацию и при этом продумывая способы решения проблемы. В том числе студент не отказывается и от расслабления.

Выявлены положительные взаимосвязи активности соматических процессов на уровне $p \leq 0,01$ с показателями «двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность», «использование действий и поведения противоположного характера (от противного)», «контроль и регуляция темпа движений и речи». Возможно, физиологические реакции можно привести в норму только активными физическими упражнениями, выполнением тех или иных активных действий или, наоборот, контролем.

Так как существует положительная корреляция на уровне $p \leq 0,01$ активности проявлений соматических процессов и «общего уровня эффективности саморегуляции», «самооценки переживаний», можно сделать вывод, что физиологические реакции организма имеют причину, которая скорее всего переживается и проживается студентом, соответственно, у него появляется необходимость использовать приемы саморегуляции и чем ярче у них проявляются соматические реакции организма, тем выше самооценка переживаний, выше их эффективность саморегуляции. Такие же взаимосвязи были выявлены с другими показателями методики «Краткий рельеф». А это активность переживаний, когнитивных процессов, активность поведения. При этом чем выше проявление соматических процессов, тем ниже у студентов включенность в актуальную ситуацию. Предположительно, находясь на лекции, студенты переживают из-за сложного материала, который необходимо будет использовать в ситуации экзамена. Поэтому используют активные приемы саморегуляции, которые помогают им вернуться в состояние «здесь и сейчас».

Также были выявлены положительные взаимосвязи на уровне $p \leq 0,01$ между активностью когнитивных процессов и активацией положительных волевых состояний, а на уровне $p \leq 0,05$ «повышением собственной мотивации», «поисковой активностью (поиск решений проблемы и др.)», «размышление-рассуждение (использование логики)». Возможно, эти данные говорят о том, что при повышении активности мыслительных операций повышается желание активно продумывать возможный план действий, для осуществления которого пригодятся как волевые процессы, так и самомотивация к достижению поставленной цели.

Анализ взаимосвязей показателей студентов-математиков четвертого курса также показал, что меньше всего проявлена зависимость со шкалой активности поведения. Однако, чем выше студент переживает состояние уверенности, активности, либо, наоборот, напряженности, неуправляемости, тем выше у него самооценка переживания ($0,345^*$) и эффективность саморегуляции ($0,516^{**}$). В целом, взаимосвязи эффективности саморегуляции и самооценки переживаний являются значимыми, в том числе, и для состояния активности переживаний, и для состояния активности когнитивных процессов. Это еще раз подтверждает, что в процессе обучения в вузе к четвертому курсу формируются устойчивые взаимосвязи психических состояний с регуляторны-

ми свойствами личности студента. Соответственно, образовательный процесс (в данном случае на лекции) становится более эффективным.

Таким образом, подводя итог всему выше сказанному, можно сделать вывод, что существует разница между количеством взаимосвязей показателей психических состояний и регуляторными свойствами личности у студентов первого и четвертого курсов во время лекционных занятий. На первом курсе взаимосвязей не так много, среди них можно выделить только одну значимую между показателями «шкала активности переживаний» и «переустановка на «рабочее состояние». Это говорит о том, что студент не владеет еще полным спектром приемов саморегуляции состояний, кроме как переводить себя в рабочее состояние при помощи установки. Однако на четвертом курсе понимание своих переживаний и состояний становится все лучше и вместе с этим увеличивается и количество приемов саморегуляции. Здесь под каждую подструктуру психического состояния (переживание, когнитивные процессы, поведение, соматические процессы) появляется свой способ саморегуляции. Активное использование и умелое владение студентом-выпускником приемов и способов саморегуляции способствует его становлению как высокоэффективной, конкурентоспособной личности.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 19-29-07072.

Список литературы

1. Карпов, А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методики её диагностики. Психологический журнал. – 2003. – Т. 24. – № 5. – С. 45–57.
2. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – М.: Смысл, 1992. – 58 с.
3. Моросанова, В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции. Феномен, структура и функции в произвольной активности человека. – М.: Наука, 1998.
4. Назаров, А.Н., Прохоров, А.О. Методика изучения эффективности саморегуляции психических состояний // Материалы Третьей Международной научной конференции. Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы / отв. ред. Б.С. Алишев, А.О. Прохоров, А.В. Чернов. – Казань: Казанский университет, 2018. – С. 361–364.
5. Прохоров, А.О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности: учебное пособие / А.О. Прохоров; сост. А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, 2004. – 176 с.
6. Прохоров, А.О. Смысловая регуляция психических состояний. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 352 с.
7. Прохоров, А.О., Чернов, А.В., Юсупов, М.Г. Особенности саморегуляции состояний студентов с различным уровнем регуляторных способностей // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. – 2020. – Т. 30. – № 2. – С. 132–142.
8. Прохоров, А.О., Юсупов, М.Г. Методика измерения психического состояния в учебной деятельности студентов (краткий вариант) // Психология психических состояний: сб. статей / под ред. А.О. Прохорова. – Казань: Казанский университет, 2011. – Вып. 8. – С. 277–288.
9. Справочник практического психолога. Психодиагностика / под общ. ред. С.Т. Посоховой. – М.: Аст; СПб.: Сова, 2006. – С. 269–285.