

## **Влияние рефлексии и ситуации на содержание психических состояний студентов**

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ, проект № 12-06-00043а

На сегодняшний день рефлексия рассматривается не только в качестве способности произвольного обращения сознания на самого себя, но также признается важнейшим моментом в механизмах развития деятельности и личности (Карпов А.В., 2006). В учебной деятельности важную роль играет содержательная форма рефлексии, выраженность которой оказывает влияние на продуктивность деятельности студентов.

Общий объем исследуемой выборки составил 148 человек (студенты 2-3 курсов КФУ). Исследование проводилось в 3-х различных по содержанию формах учебной деятельности (лекция, семинар и экзамен).

В результате исследования с применением дисперсионного анализа было установлено влияние взаимодействия показателей ауторефлексии (рефлексии себя) и ситуации (обыденная и напряженная) на интенсивность психических состояний в зависимости от содержательных характеристик состояний. Полученная модель обладает высокой степенью значимости с коэффициентом детерминации около 30%. Взаимодействие этих переменных в зависимости от ситуации достоверно на уровне  $p < 0,003$ .

В повседневной учебной деятельности были выделены следующие группы состояний, сформированные на основе их содержательных характеристик: эмоциональные, волевые и интеллектуальные состояния. В напряженной ситуации, к которой относится экзамен, были выявлены лишь эмоциональные и волевые психические состояния. Интенсивность всех отмеченных видов состояний в обыденной ситуации гораздо выше, чем в напряженной. В обыденной ситуации (лекция и семинар) встречаются следующие интеллектуальные состояния: задумчивость, интерес, любопытство; волевые – утомление, борьба мотивов, мобилизация, воодушевление; эмоциональные – радость, спокойствие и др. В повседневной ситуации наиболее выражены интеллектуальные состояния, особенно при

среднем уровне ауторефлексии. Немного менее интенсивно проявление эмоциональных состояний и, наконец, наименее выражено проявление волевых состояний субъектов учебной деятельности. Если же анализировать напряженную ситуацию учебной деятельности, то здесь интенсивность проявления волевых состояний выше, нежели эмоциональных. Среди волевых состояний преобладают мобилизация, стресс и утомление, а среди эмоциональных – подавленность и волнение.

Кроме того, существует специфика влияния ауторефлексии на психические состояния в каждой из форм деятельности. Так, в обыденной ситуации влияние уровневых характеристик рефлексии на эмоциональные и интеллектуальные состояния незначительно. В то же время, наиболее интенсивны волевые состояния при среднем уровне рефлексии, в то время как лица с высокой рефлексивностью чаще переживают состояния пониженной интенсивности (утомление). Для людей со средней и низкой рефлексией в обыденной ситуации свойственны более интенсивные волевые состояния (мобилизация, решимость).

В напряженной ситуации экзамена наиболее часто встречаются волевые и эмоциональные состояния. Однако здесь преобладают эмоциональные состояния другого, отрицательного знака (подавленность, волнение). На экзамене, в диапазоне от низкой рефлексивности к высокой, интенсивность эмоциональных состояний снижается. Следовательно, для лиц с высокой рефлексией характерны эмоциональные состояния низкой интенсивности, такие как подавленность, грусть, тогда как для «низкорефлексивных» в напряженных ситуациях более свойственно испытывать волнение и тревогу. Наиболее оптимальным выглядит средний уровень ауторефлексии, где преобладают состояния средней интенсивности. В целом, эмоциональные состояния в напряженной ситуации деятельности менее интенсивны, чем в обыденной. В свою очередь, влияние рефлексии на волевые состояния в напряженной ситуации носит нелинейный характер. В целом, волевые состояния более ярко выражены в напряженной ситуации,

нежели обыденной. По мере роста рефлексивности интенсивность волевых состояний, также как и эмоциональных, снижается, но в континууме средняя – высокая рефлексия наблюдается резкий рост выраженности состояний. Это свидетельствует о том, что высокорефлексивные субъекты в напряженной ситуации чаще переживают состояния мобилизации и воодушевления. Лица с низкой рефлексией испытывают эмоциональные и волевые состояния интенсивности чуть выше среднего.

Таким образом, высокая рефлексивность в обыденной ситуации оказывает существенное влияние лишь на волевые состояния, снижая их интенсивность. В напряженной ситуации, наоборот, выраженность волевых состояний у этих лиц возрастает, а эмоциональных состояний – значительно снижается.