РАЗДЕЛ VII. БИОЛОГИЯ

Сысоева Л.А., Корогодина Ю.С., Баздарева О.А.
Влияние темперамента на показатели психоэмоционального
состояния студентов – старшекурсников

ОГУ имени И.С. Тургенева
(Россия, Орёл)

doi: 10.18411/sr-10-06-2019-38

idsp: sciencerussia-10-06-2019-38

Аннотация

С помощью комплекса психофизиологических методов изучено психоэмоциональное состояние студентов - бакалавров старших курсов с разными темпераментами. Установлено, что наиболее неблагоприятным является психоэмоциональное состояние у студентов – меланхоликов, для которых характерно преобладание высокого уровня личностной тревожности, низкая устойчивость к стрессу, а также пониженное настроение, определяемое по методике САН. Наиболее благоприятное психоэмоциональное состояние регистрируется у представителей сангвинистического темперамента.

Ключевые слова: студенты старших курсов, личностная тревожность, ситуативная тревожность, устойчивость к стрессу, депрессия, самочувствие, активность, настроение, темперамент, холерики, флегматики, сангвиники, меланхолики, студенты-бакалавры.

Индивидуальные особенности и их влияние на различные проявления жизнедеятельности человека постоянно привлекают внимание ученых. При этом наибольший интерес отмечается в отношении студентов, школьников поскольку знание характера этих влияний дает возможность прогнозировать успешность адаптации к обучению, определять возможности социализации, индивидуализировать методы и средства обучения.

К настоящему времени имеется немало сведений о взаимосвязи индивидуальных типологических особенностей студентов-бакалавров с показателями жизнедеятельности. Так, показано заметное влияние силы и уравновешенности нервных процессов, типа межполушарной асимметрии на развитие когнитивной способностей [4,6,13], характер вегетативных реакций [10,14,15], сопротивляемость организма к стрессу [6,7,10]. Выявлена взаимосвязь типа ВНД с успешностью психофизиологической адаптации студентов [3]. В то же время практически неизученным остается влияние темперамента на показатели психоэмоционального состояния студентов. В единичных работах, в частности Е.Н. Харитоновой показано, что в условиях эмоционального стресса у студентов – первокурсников с разным темпераментом происходят разнонаправленные изменения показателей психоэмоционального состояния, в частности, таких как САН, тревожность [12].

Определенный интерес представляет изучение взаимосвязи темперамента и психоэмоционального состояния у студентов старших курсов, поскольку именно в этот период наряду с учебными появляются такие факторы риска расстройства психического здоровья, как переживание социальной и профессиональной неопределенности, необходимость поиска рабочего места [1].

В настоящей работе представлены результаты оценки показателей психоэмоционального состояния студентов-бакалавров 4 курса, обучающихся по направлению «Биология», с учетом их темперамента. В исследовании приняли участие 47 студентов в возрасте 21-22 года.

Для диагностики психоэмоционального состояния студентов использовали комплекс общепринятых методик, включающих методику оценки уровня ситуативной, личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера в модификации Ю.Л. Ханина; методику САН; методику определения уровня депрессии Т.И. Балашова; методику определения нервно-психической устойчивости и риска дезадаптации в стрессе "Прогноз", методику определения темперамента с помощью личностный опросник Г. Айзенка в модификации Г. Резапкиной для определения темперамента, а также методы статоматематической обработки. Обследование студентов с помощью комплекса указанных методов проводилось с добровольного информированного согласия студентов.

Диагностика типа темперамента показала, что среди обследуемых студентов приблизительно в равных соотношениях выявляются меланхолики, флегматики и сангвиники соответственно 31,0%, 27,6% и 24,2 %. Самый низкий (17,2 %) процент среди обследуемых студентов составили холерики.

Одним из показателей психоэмоционального состояния, который определялся в нашем исследовании, является тревожность. Высокий уровень тревожности помимо отрицательного влияния на здоровье, поведение и продуктивность деятельности неблагоприятно сказывается на качестве социального функционирования личности. Результаты оценки тревожности в группах с разными темпераментами показали, что наиболее высокий уровень тревожности выявляется у студентов меланхолического типа, что объясняется преобладанием тормозного процесса при слабости как возбуждения, так и торможения. Повышенная тревожность студентов-меланхоликов, как показано А.В. Батаршевым [2] определяется у студентов-меланхоликов уже на первом курсе и, судя по нашим данным, сохраняется на протяжении всего срока обучения. Эти особенности, близкие к дезадаптивным состояниям, необходимо учитывать педагогам, работающим не только с первокурсниками, но и студентами старших курсов. Средние значения показателя личностной и ситуативной тревожности в группах студентов с сангвиническим, холерическим и флегматическим типом темперамента существенно не отличались и соответствуют оценке средняя личностная тревожность и низкая ситуативная тревожность.

При оценке уровня депрессии выявлено, что во всех четырех группах темпераментов средние значения этого показателя примерно сопоставимы ($35,4 \pm 1,5$; $37,2 \pm 0,7$; $38,4 \pm 3,9$; $40,6 \pm 2,4$), что позволяет говорить об отсутствии влияния типа темперамента на такой психофизиологический показатель, как депрессия.

Оценка уровня нервно-психической устойчивости (НПУ) показала, что среди студентов с сангвиническим типом темперамента 42,9% характеризуются высокой нервно-психической устойчивостью и меньшим риском дезадаптации в стрессе. В группе студентов с холерическим типом темперамента число таких студентов составляет 60%, а среди студентов с флегматическим типом темперамента - 50%.

В отличие от вышерассмотренных типов в группе студентов с меланхолическим темпераментом высокий уровень нервно-психической устойчивости не регистрировался. При этом у 88,8% студентов данной группы определялась максимальная нервно-психическая неустойчивость к стрессу.

Результаты сравнения средних значений устойчивости к стрессу показали, что у студентов с меланхолическим типом темперамента среднее значение нервно-психической устойчивости достоверно отличается от других групп и составляет $30,1 \pm 2,7$, что соответствует оценке максимально низкий уровень нервно-психической устойчивостью в стрессе. Средние значения уровня устойчивости в стрессе у других типов темперамента не имеют межгрупповых значений. При этом сравнительно высокие показатели отмечаются у флегматиков (табл.1).

Таблица 1

Сравнение средних значений устойчивости к стрессу у студентов старших курсов с разным типом темперамента.

	Сангвиник	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Сангвиник	Меланхолик	Холерик	Флегматик	Холерик	Меланхолик	Меланхолик	Флегматик
Уровень НПУ	16,3 ±2,2	18,0 ±2,8	16,3 ±2,2	20,1 ±3,0	16,3 ±2,2	30,1 ± 2,7*	18,0 ±2,8	20,1 ±3,0	18,0 ±2,8	30,1 ±2,7*	30,1 ±2,7*	20,1 ±3,0
достоверность	p>0,05		p>0,05		p<0,05		p>0,05		p<0,05		p<0,05	

*-достоверные различия при P <0,05

Сравнение средних значений и процентного распределения студентов по уровню нервно-психической устойчивости позволяет говорить о том, что особенности темперамента оказывают влияние на устойчивость к стрессу. При этом, чем сильнее тип нервной системы, тем больше стрессоустойчивость и наоборот. Косвенно это заключение совпадает с данными Н.А. Литвиновой, в которых показано, что студенты, обладающие высоким уровнем подвижности и силы нервных процессов, характеризуются успешностью в учебной деятельности, преобладанием тормозного процесса, низкими значениями по шкале психопатии, устойчивостью к стрессу.

Важной составляющей психоэмоционального состояния человека является самочувствие, активность и настроение, которые в нашем исследовании оценивались при помощи методики САН. Результаты сравнения средних значений показателей самочувствия, активности и настроения представлены в таблице 2.

Как видно, среднее значение самочувствия в группе студентов с сангвиническим и холерическим типом темперамента оценивается как хорошее (54,7±2,6 и 56,6±2,2), а в группе студентов с флегматическим и меланхолическим типом темперамента оценивается как среднее (45,4±3,5 и 46,8±2,8). При этом показатели самочувствия у студентов - сангвиников и холериков достоверно превосходят значения самочувствия у меланхоликов и флегматиков и свидетельствуют о высоком уровне функционального состояния организма.

Таблица 2

Сравнение средних значений показателей САН у студентов старших курсов с разным типом темперамента

	Сангвиник	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Сангвиник	Меланхолик	Холерик	Флегматик	Холерик	Меланхолик	Меланхолик	Флегматик
Самочувствие	54,7 ±2,6	56,6 ±2,2	54,7 ±2,6	45,4 ±3,5	54,7 ±2,6	46,8 ±2,8	56,6 ±2,2	45,4 ±3,5	56,6 ±2,2	46,8 ±2,8	46,8 ±2,8	45,4 ±3,5
достоверность	p>0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05		p<0,05		p>0,05	
Активность	45,3± 2,6	47,0 ±3,2	45,3± 2,6	31,1 ±3,8	45,3 ±2,6	42,2 ±3,7	47,0 ±3,2	31,1 ±3,8	47,0 ±3,2	42,2 ±3,7	42,2 ±3,7	31,1 ±3,8
достоверность	p>0,05		p<0,05		p>0,05		p<0,05		p>0,05		p<0,05	
Настроение	60,1 ±3,3	59,2 ±2,4	60,1 ±3,3	51, ±4,6	60,1 ±3,3	45,0 ±3,5	59,2 ±2,4	51,4 ±4,6	59,2 ±2,4	45,3 ±3,5	45,3 ±3,5	51,4 ±4,6
достоверность	p>0,05		p>0,05		p<0,05		p>0,05		p<0,05		p>0,05	

Значения такого показателя как активность во всех группах за исключением флегматиков оцениваются как средняя. У флегматиков средние показатели отражают низкую активность и достоверно отличаются от значений, которые регистрируются у сангвиников, холериков и даже меланхоликов и свидетельствует о заметном утомлении.

Средние значения показателя настроения у холериков и сангвиников соответствуют оценке высокий уровень, а у флегматиков и меланхоликов отражают средний уровень. При этом у меланхоликов отмечается достоверно более низкие по сравнению с сангвиниками и холериками значения показателя настроения. Учитывая, что настроение в большей степени определяется влиянием на эмоциональную сферу социального окружения и условий профессиональной подготовки, низкий уровень настроения может быть связан с состоянием неопределенности будущего которое присуще студентам выпускных курсов и оказывает заметное влияние на меланхоликов.

В целом совокупность полученных результатов позволяет выделить меланхолический темперамент как наиболее неблагоприятный для психоэмоционального состояния студентов. В меньшей степени, чем у меланхоликов неблагоприятные состояния проявляются у флегматиков.

Выявленные нами особенности психоэмоционального состояния, близкие к дезадаптивным состояниям, необходимо учитывать педагогам, работающим не только с первокурсниками, но и студентами старших курсов.

1. Абдулина, О.А. Личность студента в процессе профессиональной подготовки /О.А. Абдулина //Высшее образование в России.- 1993.- №3.-С.23
2. Батаршев, А.В. Темперамент и свойства высшей нервной деятельности: Психологическая диагностика. М.: ТЦ Сфера,-2005- 236с
3. Кожевникова, Н.Г. Гигиенические аспекты адаптации студентов к условиям современного образовательного процесса // Медицинская помощь. – 2009. – №2 – с. 51-55.
4. Кураев, Г. А. Влияние личностных характеристик на параметры адаптивности и изменение психоэмоционального тонуса при умственных и физических нагрузках / Г. А. Кураев, И. О. Чоран // Валеология. – 2001. – №1 – С. 4-13.
5. Литвинова, Н.А. Роль индивидуальных психофизиологических особенностей студентов в адаптации к умственной и физической деятельности / Диссертация на соискание ученой степени доктора биологических наук. – Томск, 2008. – 38 с.
6. Медведев, В. И. Взаимодействие физиологических и психологических механизмов в процессе адаптации / В. И. Медведев // Физиология человека. – 1998. – Т. 24, №4. – С.7
7. Стрелец, В. Б. Физиологические показатели предэкзамнационного стресса / В. Б. Стрелец, Н. Н. Самко, Ж. В. Голикова //Журнал высшей нервной деятельности. – 1998. – Т. 48, №3. – С. 458-462.
8. Судаков, К. В. Системная организация функций человека: теоретические аспекты / К. В. Судаков // Успехи физиол. наук, 2000. –Т. 31, №1. –С. 81-96.
9. Судаков, К. В. Системная организация функций человека: теоретические аспекты / К. В. Судаков // Успехи физиол. наук, 2000. –Т. 31, №1. –С. 81-96.
10. Трошихин, В. В. Предстартовые изменения электрокардиограммы у студентов с различными индивидуально-типологическими особенностями высшей нервной деятельности / В. В. Трошихин, Л. Е. Сереженко, А.В. Ханенко // Физиологический журнал. – 1984. –Т. 30, №4. – С. 502
11. Фёдоров, В.И. Классификация управляющих функциональных систем организма, дополнение к теории функциональной системы П. К. Анохина / В. И. Федоров // Успехи совр. биологии. - 2000. - Т. 120, № 1. - С. 3-11.
12. Харитонова, И.В. Дезадаптивные проявления у людей с различным типом темперамента при эмоциональном стрессе: автореф. канд. мед наук/ Харитонова, Ирина Вадимовна -Санкт-Петербург,1998-27с
13. Хомская Е.Д. Нейропсихология / Е.Д. Хомская. – 4-е издание. – Спб.: Питер, 2005. – 496 с.: ил. – (Серия «Классический университетский учебник»)
14. Щербатых, Ю.В. Влияние показателей высшей нервной деятельности студентов на характер протекания экзаменационного стресса / Ю. В. Щербатых // Журнал ВНД им. И. Павлова. 2000 - № 6. - С. 959-965.
15. Юматов, Е. А. Экзаменационный эмоциональный стресс у студентов / Е. А. Юматов, В. А. Кузьмина, В. И. Бадиков [и др.] // Физиология человека. 2001. –Т. 27, №2. – С. 104-111.