

Список литературы:

1. Кара, Ж.Ю. Особенности арт-терапии / Ж.Ю. Кара// Северо-Кавказский психологический вестник.– 2010. – Т. 8. – №3. – С. 48-51.
2. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии / А.И. Копытин. – СПб.: Питер, 2002. – 368 с.
3. Лысых, Н.В. Арт-терапия в работе социального педагога / Н.В. Лысых, Е.А. Баркова // Успехи современного естествознания, 2013. – №10. – С. 176-177.

ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ И ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ С РАЗНОЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ УСПЕВАЕМОСТЬЮ В ВУЗЕ

*Доценко Арина Евгеньевна,
Белгородский государственный
национальный исследовательский университет,
студент факультета психологии,
г. Белгород, Россия*

*Елена Николаевна Шутенко,
Белгородский государственный национальный
исследовательский университет,
доцент кафедры общей и клинической психологии
Белгород, Россия*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования связи уровня нейротизма и склонности к перфекционизму у студентов-психологов с разной академической успеваемостью в ВУЗе.

Ключевые слова: студенческая молодежь; студенты-психологи; академическая успеваемость; нейротизм; перфекционизм; «комплекс отличника».

INDIVIDUAL AND TYPOLOGICAL CHARACTERISTICS AND PERSONAL FEATURES OF STUDENTS PSYCHOLOGISTS WITH DIFFERENT ACADEMIC PROGRESS IN THE INSTITUTE OF HIGHER EDUCATION

Dotsenko Arina E.

*student of the Faculty of Psychology
Belgorod National Research University
Belgorod, Russia*

Elena N. Shutenko

*Belgorod National Research University
Associate Professor of the Department
of General and Clinical Psychology,
PhD in psychology
Belgorod, Russia*

Annotation. The results of the research of neurotism level and tendency to perfectionism of students psychologists with different academic progress in the institute of higher education are presented in the article.

Key words: student's youth; students psychologists; academic progress; neurotism; perfectionism; “honours student complex”.

В обществе всегда относились с повышенным вниманием к уровню качества знаний и умений. Проблема качественных характеристик успеваемости является одной из центральных в обучении и практике, что во многом объясняется запросами современного общества, которое нуждается в образованных, творческих, инициативных личностях, способных к профессиональной деятельности, готовых брать на себя ответственность за результаты своих действий.

Студенческая молодежь представляет собой наиболее образованную, профессионально ориентированную часть молодежи, это социальный и стратегический ресурс страны, фактор ее национального развития. Неслучайно в последние годы при изучении процесса обучения в высшей школе особое внимание стало уделяться проблеме формирования полноценных, здоровых в психическом и физическом плане личностей [Шутенко, 2012].

В процессе обучения студенты постоянно сталкиваются с эмоциональными, информационными и временными нагрузками, причинами которых являются постоянные переключения разных видов умственной деятельности, смена обстановки, период подготовки и сдачи экзаменов. Такой интенсивный темп студенческой жизни приводит к возникновению нервного напряжения и, как следствие, к нервным срывам и росту заболеваемости невротическими и психическими расстройствами [Деревянко, 2016 и др.; Юшкевич]. Данный факт диктует необходимость формирования эмоциональной устойчивости в подростковой и молодежной (студенческой) среде. Антиподом данной характеристики является нейротизм, который проявляется в эмоциональной неустойчивости, напряженности, эмоциональной возбудимости (Г. Айзенк). Согласно современным исследованиям, высокий уровень нейротизма в сочетании с высокой степенью личностной тревожности вызывает эмоциональный и нервный срыв у многих студентов [Алексеева, 2012]. В то же время, поддержание оптимального уровня тревожности обеспечивает концентрацию энергии на достижение желаемой цели, мобилизацию резервов организма для преодоления возможных трудностей (И.В. Дубровина, Н. Филлипс, А.М. Прихожан, Ю.В. Клепач и др.). Оптимизация данного уровня в соответствии с условиями является существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания личности.

На сегодняшний день имеются исследования, свидетельствующие о наличии связи личностной тревожности и академической успеваемости с таким явлением, как перфекционизм, или «комплекс отличника», характеризующийся высокими требованиями личности к себе, своей деятельности, другим людям и миру в целом. (Т.С. Павлова, А.Б. Холмогорова, Я.Г. Евдокимова, И.В. Никитина и др.) [Ильин, 2011]. В психологии под перфекционизмом понимается обострённое стремление к совершенству, относящееся как к собственной личности, так и к результатам любой деятельности. Студенты-отличники представляют собой особую и

весьма специфическую социальную группу, более активно включающуюся в статусно-ролевые отношения и ориентированную на успех, карьеру, достижение цели. Однако существующая на сегодняшний день система высшего образования не гарантирует успешную профессиональную социализацию студентам-отличникам, поэтому они сильно рискуют в социальном плане остаться без «билета в жизнь» по окончании ВУЗа.

Стремление к перфекционизму в совокупности с нейротизмом создает дополнительный стресс, который оказывает выраженное влияние на учебный процесс в ВУЗе. Студенты с «комплексом отличника» постоянно находятся в напряжении и сосредоточенности, они в большей степени подвержены страху неудачи, при совершении ошибок или же неправильном ответе болезненно переживает этот провал. Кроме того, постоянная критичность к себе и другим может привести к одиночеству и суицидальным мыслям. В этой связи, большое значение имеет атмосфера построения образовательного процесса, позволяющая минимизировать подобные страхи, напряжение и конвертировать их в стремление к успеху, профессиональному росту.

Исходя из этого, цель нашего исследования заключается в изучении индивидуально-психологических и личностных характеристик студентов-психологов с разной академической успеваемостью.

Изучая в качестве предмета нашего исследования индивидуально-личностные особенности студентов-психологов с разным уровнем их академической успеваемости, мы предположили, что успеваемость студентов-психологов в ВУЗе находит свое отражение в их индивидуально-психологических характеристиках и личностных особенностях: студентам отличникам свойственны такие черты, как повышенный уровень нейротизма, склонность к перфекционизму.

В исследовании приняли участие студенты-психологи 1-3 курсов Белгородского государственного национального исследовательского университета факультета психологии в возрасте от 17 до 23 лет. Объем экспериментальной выборки составили 38 человек, 18 из которых имеют

высокий уровень академической успеваемости, 20 – низкий. В ходе исследования были использованы следующие психодиагностические методики: «Многомерная шкала перфекционизма Хьюитта-Флетта»; «Шкала эмоциональной стабильности - нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка.

Исходя из академической успеваемости, выборка студентов-психологов была разделена на две группы: I-ая группа – студенты с высоким уровнем академической успеваемости (средний балл 4,8-5); II-ая группа – студенты с низким уровнем академической успеваемости (средний балл 3,0-3,7). Далее мы изучили уровень нейротизма обеих группах. Результаты представлены в таблице (Табл.1.).

Таблица 1

Распределение студентов-психологов по уровню нейротизма

Уровень нейротизма	I-ая группа		II-ая группа	
	Кол-во опрошенных	В %	Кол-во опрошенных	В %
Высокий	3	17	0	0
Средний	8	44	6	30
Низкий	7	39	14	70

Среднее значение нейротизма у студентов I-й группы («отличники») равно 13,8, в то время как у студентов с низким уровнем академической успеваемости – $M_e=9,3.44\%$ опрошенных I-й группы показали средний уровень нейротизма, 39% - низкий. При этом 17% опрошенных выявлен высокий уровень нейротизма: как правило, такие студенты обычно переживают стресс слишком сильно и им трудно вернуться к нормальному, спокойному состоянию. Длительное и сильное воздействие стрессора может привести к развитию невротических расстройств личности. Высокий уровень нейротизма проявляется в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, лабильности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания. Кроме того, он является причиной нарушения межличностного взаимодействия индивида с окружающими людьми. Что касается студентов с низким уровнем академической успеваемости, то здесь показатели

распределились между средним (30%) и низким (70%) уровнем нейротизма. Это свидетельствует о том, что среди студентов с низким уровнем академической успеваемости больший процент эмоционально-стабильных лиц, характеризующихся спокойствием, уравновешенностью, уверенностью и решительностью.

Далее в ходе исследования мы изучили склонность к перфекционизму студентов с высоким и низким уровнем академической успеваемости (Рис.1.).

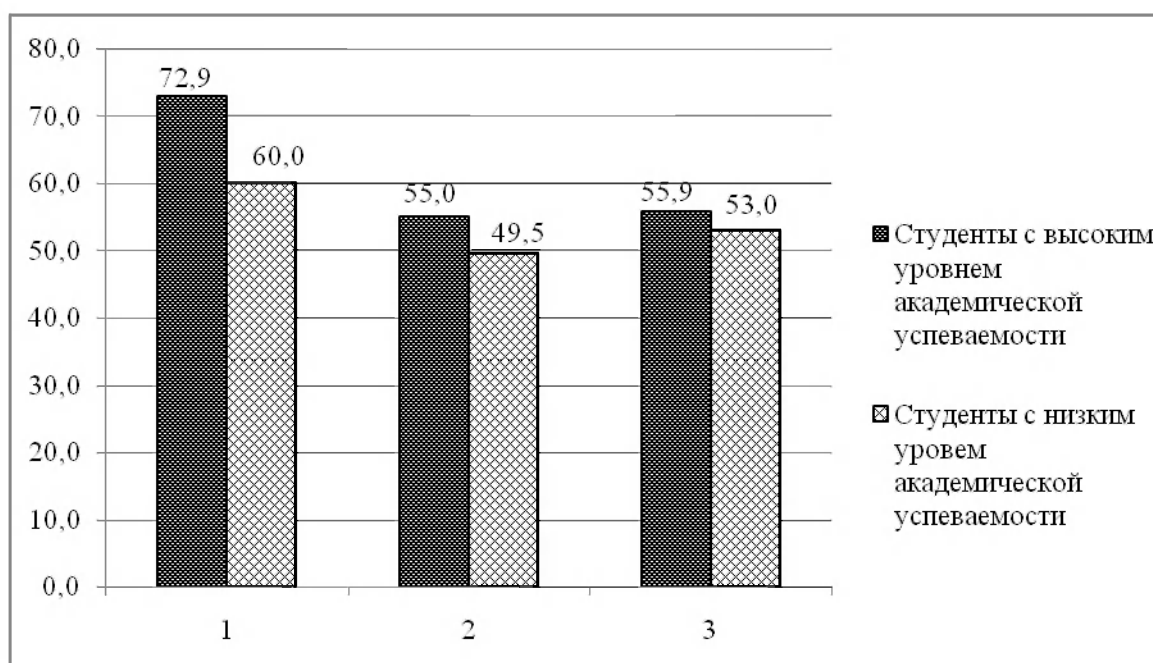


Рис.1. Выраженность показателей перфекционизма у студентов с высоким и низким уровнем академической успеваемости (ср.знач.)

Примечание: 1- перфекционизм, ориентированный на себя; 2 – перфекционизм, ориентированный на других; 3 – социально предписанный перфекционизм.

В результате анализа было установлено, что показатели по трём составляющим перфекционизма у студентов с низким уровнем успеваемости ниже, чем у студентов с высоким уровнем. Так, у студентов-отличников среднее значение по шкале перфекционизма, ориентированного на себя (ПОС) равно 72,9, что соответствует среднему уровню перфекционизма с тенденцией к высокому, в то время как у студентов с низким уровнем успеваемости наблюдается низкий уровень по данной шкале ($M_e=60$). При этом у 50% отличников выявлен высокий уровень личностно-ориентированного перфекционизма. Содержательно это проявляется в

завышенных и нереалистичных требованиях, предъявляемых к себе, и усиленном исследовании себя, самокопанию и самокритике, которые делают невозможным принятие собственных изъязов, недостатков и неудач. Что касается студентов с низким уровнем успеваемости, то всего 10% имеют высокий уровень ПОС.

По шкале перфекционизма, ориентированного на других (ПОД), у студентов-отличников наблюдается средний уровень с тенденцией к высокому ($Me=55$), у студентов с низкой успеваемостью – низкий уровень ($Me=49,5$). При этом 39% (отличников) и 20% (студентов с низкой успеваемостью) опрошенных продемонстрировали высокий уровень объектно-ориентированного перфекционизма, отражающегося в предъявлении преувеличенных и нереалистичных требований к другим.

Социально предписанный перфекционизм (СПП), т.е. генерализованное убеждение или ощущение нереалистических требований к себе со стороны других, выше у студентов с высоким уровнем академической успеваемости ($Me=55,9$), чем у группы с низким уровнем ($Me=53$). При этом у 50% отличников наблюдается высокий уровень СПП: требования расцениваются как завышенные, которым трудно, но необходимо соответствовать, чтобы заслужить одобрение и принятие. Среди студентов с низкой успеваемостью высокий уровень выявлен у 20%.

В результате статистического анализа было выявлено, что существуют достоверные различия между студентами-отличниками и студентами с низким уровнем академической успеваемости по показателю «Нейротизм» ($p \leq 0,001$): студенты с высоким уровнем академической успеваемости более беспокойны, озабочены, неустойчивы в стрессовых ситуациях, эмоциональны и импульсивны. Неудача, провал в любой деятельности, в том числе учебной, усугубляет данное положение, что, в свою очередь, может привести к развитию невроза. Статистически достоверные различия выявлены по показателю «ПОС» (перфекционизм, ориентированный на себя) ($p \leq 0,01$): студенты-отличники по сравнению со студентами с низким уровнем

академической успеваемости предъявляют более высокие требования к себе, к своей деятельности. Стоит заметить, что постоянная критика в свой адрес может привести к одиночеству и суицидальным мыслям.

Таким образом, студенты с «комплексом отличника» – это весьма специфическая социальная группа, которой необходимо уделять пристальное внимание со стороны участников образовательного процесса высшей школы и общества в целом. В первую очередь, необходимо внедрение в содержание деятельности психологической службы университета психокоррекционных и психотерапевтических мероприятий (различного рода тренингов) с целью снижения деструктивных/невротических форм перфекционизма у студентов с высоким уровнем нейротизма, которые приводят к негативным последствиям, нуждающимся в профилактике и коррекции.

Список литературы:

1. Алексеева, Е.Е. Изучение эмоциональной устойчивости у студентов педагогических и психологических специальностей // Известия Российского государственного педагогического университета им А.И. Герцена. 2012. №145: С.114-122.
2. Деревянко, Ю.П.; Ковалева, О.Л.; Пчелкина, Е.П. Личностная организация времени жизни и ценностная значимость здоровья студентов-первокурсников в процессе адаптации к учебной деятельности // Научный результат. Серия «Педагогика и психология образования». 2016. Т.2, №2(8): С. 40-45.
3. Ильин, Е.П. Работа и личность: трудоголизм, перфекционизм, лень.– СПб.: Питер, 2011. 224с.
4. Шутенко, Е.Н. Основные компоненты самореализации студентов в процессе вузовской подготовки // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). . 2012. № 12:12.
5. Юшкевич, Ю.П. Стресс в жизни студентов // Материалы VII Международной студенческой электронной научной конференции

«Студенческий научный форум» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2015/940/8746> (дата обращения: 22.02.2017).

ПРАКТИКУМ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА КАК СРЕДСТВО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОКУРСНИКОВ.

Ольга Сергеевна Ионина
ФГБОУ ВО «Шадринский государственный
педагогический университет,
доцент,
г. Шадринск, Россия

Аннотация. В статье рассматривается учебная дисциплина «Практикум личностного роста», включенная в программу подготовки студентов педагогического ВУЗа. Автором обосновывается возможность использования данной дисциплины в качестве средства адаптации первокурсников к ВУЗу, доказываемая значимость практикума для поддержания психологического здоровья студентов, развития их личностных качеств и коммуникативных навыков.

Ключевые слова: практикум, личностный рост, Я-образ.

WORKSHOP OF PERSONAL GROWTH AS A MEANS OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL HEALTH OF STUDENTS.

Olga S. Ionina
Shadrinsk State Pedagogical University,
assistant professor,
Shadrinsk, Russia

Annotation. The article discusses the discipline of «Personal growth Workshop» included in the program of training of students of pedagogical University. The author substantiates the possibility of using this discipline as a means of adaptation of freshmen to the University, the importance of the workshop to maintain the mental health of students, develop their personal qualities and communication skills.

Keyw ords: workshop, personal growth, self-image.

Период обучения в ВУЗе является важным этапом в жизни человека. Именно на этот период выпадает становление смысложизненных ориентиров