

С. С. Щекудова

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НАПРЯЖЕННОСТЬ У СТУДЕНТОВ НА РАЗНЫХ КУРСАХ ОБУЧЕНИЯ

Статья посвящена выявлению степени накапливаемого у студентов на разных курсах обучения эмоционально-энергетического заряда, то есть состоянию психологической напряженности.

База исследования: учреждение образования, «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»

Выборка исследования: 213 студентов в возрасте от 17 до 23 лет на разных курсах обучения. Из них:

- 48 человек на 1 курсе обучения;
- 56 человек на 2 курсе обучения;
- 60 человек на 3 курсе обучения;
- 49 человек на 4 курсе обучения.

Психодиагностическая методика: «Накопление эмоционально-энергетических зарядов, направленных на самого себя» предложенной (В.В. Бойко). Результаты представлены в таблице.

Таблица 1 – Количественные показатели уровня развития эмоционально-энергетического заряда у студентов на разных курсах обучения (данные в абсолютных значениях и в %)

Уровень эмоционально-энергетического заряда	Курс обучения							
	1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
	кол-во	%	кол-во	%	кол-во	%	кол-во	%
Большая	4	8	6	9	5	9	1	2
Средняя	23	48	28	51	35	58	29	58
Низкая	21	44	22	40	20	33	19	40

Из таблицы следует, что *большая эмоциональная напряженность* наблюдается лишь только у небольшого процента испытуемых всех курсов.

Данное состояние может определяться чрезмерной и неадекватной активностью с поспешными решениями, большим количеством ошибочных действий, неспособностью сосредоточиться на решаемой задаче, внешней суетливостью.

Также данное состояние может быть связано с выраженной пассивностью, чувством обреченности, неспособностью принимать необходимые решения, стремлением не решать поставленные задачи, а уйти от них, ожиданием помощи извне.

Низкая эмоциональная напряженность наблюдается у 44 % испытуемых 1 курса, 40 % у 2 курса, 33 % у студентов 3 курса, 40 % у студентов 4 курса, что характеризуется уравновешенным проявлением разнообразных эмоций, внешнем спокойствием, уравновешенном состоянии и умиротворением. Отсутствуют различные негативные вегетативные состояния. Такие респонденты имеют спокойную нервную систему. Чувствуют уверенность в сложных жизненных ситуациях, а также имеют устойчивые формы эмоционального реагирования на жизненные трудности.

Средняя эмоциональная напряженность была выявлена у 48 % испытуемых 1 курса, 51 % у студентов 2 курса, 58 % у студентов 3 и 4 курсов. Можно сделать вывод о том, что в целом уровень эмоциональной напряженности у студентов находится в пределах нормы. Такие респонденты умеют справляться со своими неприятными чувствами, возникающими в состоянии эмоционального напряжения.

Следовательно, создается психологически комфортная обстановка для нормального проживания фрустрирующих ситуаций.

Данным респондентам свойственно преодолевать негативные впечатления, а также освободиться от ситуаций, препятствующих спокойному существованию.

Учитывая критические значения многофункционального критерия Фишера, которые являются фиксированными для уровней значимости в 1 % и 5 %, в каждом случае статистического анализа результатов по данной методике все значения критерия попали в зону незначимости, а это значит, что не были выявлены статистически значимые различия между выборками студентов с разными уровнями эмоционально-энергетического заряда.

Сравнивая респондентов с *большим* уровнем эмоциональной напряженности, нельзя утверждать о наличии между ними различий:

- 1 и 2 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,413$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,472$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,437$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,944$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 3 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,553$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$)).

Сравнивая результаты студентов со *средним* уровнем эмоциональной напряженности, нельзя утверждать о существовании между ними статистически значимых различий:

- 1 и 2 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,212$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,080$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,115$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,901$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,944$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 3 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,090$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$)).

При статистическом анализе результатов студентов с *низким* уровнем эмоциональной напряженности респондентов с *большим* уровнем эмоциональной напряженности также не были выявлены статистически значимые различия:

- 1 и 2 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,461$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 1,108$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 1 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,498$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 3 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,667$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 2 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,053$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$));
- 3 и 4 курса ($\varphi^*_{\text{эмп}} = 0,589$ при $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($\rho \leq 0,05$)).

Следует отметить, что причинами эмоциональной напряженности может стать чрезмерная мотивация, чувство ответственности за порученное дело сверх меры, крайнее ощущение серьезной опасности и др.

Возникновения этого состояния может способствовать низкая эмоционально-волевая устойчивость, выраженная личностная тревожность, неуверенность в свои силах.

Таким образом, ключевым фактором, детерминирующим эмоциональную напряженность, является чрезмерная эмоциональность и мотивированность.