

с высоким уровнем макиавеллизма самостоятельны благодаря выраженной способности к пониманию своих эмоций, а индивиды с низким уровнем макиавеллизма – к пониманию чужих эмоций и управлению ими, развитому межличностному эмоциональному интеллекту.

Таким образом, у индивидов с высоким уровнем макиавеллизма обнаружены значимые корреляционные связи между переменными «новизна» и «традиции», «подготовленность» и «доброта», «аутентичность» и «стимуляция», «ВП» и «традиции», «ВУ» и «самостоятельность», «ВУ» и «гедонизм».

У индивидов с низким уровнем макиавеллизма выявлены значимые корреляционные связи между переменными «подготовленность» и «стимуляция», «МП» и «власть», «достижение», «самостоятельность», «стимуляция»; «МУ» и «власть», «самостоятельность», «стимуляция»; «ВУ» и «власть», «достижение», «стимуляция», «доброта»; «МЭИ» и «власть», «самостоятельность», «стимуляция», «универсализм»; «ВЭИ» и «власть»; «ПЭ» и «власть», «достижение», «стимуляция».

Список использованных источников

1 Андреева, И. Н. Адаптация опросника эмоциональной креативности (ECI) / И. Н. Андреева // Психологический журнал. – 2011. – № 1/2. – С. 75–81.

2 Дериш, Ф. В. Симптомокомплекс «Темная триада» во взаимосвязи с базовыми свойствами личности / Ф. В. Дериш // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2015. – № 1. – С. 18–27.

3 Корнилова, Т. В. Методика диагностики личностных черт Темной триады: апробация опросника Темная Дюжина / Т. В. Корнилова [и др.] // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36, № 2. – С. 99–112.

4 Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22.

5 Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте ; под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова, – М. : Институт психологии РАН, 2004. – 176 с.

6 Averill, J. R. Individual differences in emotional creativity: structure and correlates / J. R. Averill // J. of Personality. – 1999. – Vol. 67, № 2. – P. 331–371.

7 Schwartz, S. Basic human values: Theory, measurement, and applications / S. Schwartz // Revue française de sociologie. – 2005. – V. – P. 249–288.

8 Schwarz, S. Ease of retrieval as information: Another look at the availability heuristic / S. Schwarz [et al.] // J. of Personality and Social Psychol. – 1991. – № 61. – P. 195–202.

Д. А. Сиз

Научный руководитель: А. Н. Крутолевич, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

ТРЕВОЖНОСТЬ И МЕТАКОГНИЦИИ СТУДЕНТОВ

В статье рассматриваются понятия «тревожность» и «метакогниция». Раскрываются виды тревожности и ее влияние на нашу жизнь. Раскрыто понятие «метакогниции», и как они проявляются в нашей жизни. В статье приведены результаты проведенного исследования на определение тревожности и метакогниций у студентов двух факультетов (биологического и физической культуры). Проанализировано, как отличается тревожность и метакогниции у студентов разных факультетов.

Ключевые слова: тревожность, метакогниции, исследование, биологический факультет, факультет физической культуры.

Тревожность – это свойство, индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также низком пороге его возникновения [1]. Тревога может проявляться на физиологическом, эмоционально-когнитивном и поведенческом уровнях. На физиологическом уровне тревога проявляет себя в виде усиления сердцебиения и учащенного дыхания, повышения артериального давления и другими признаками активности симпатoadrenalовой системы. На эмоционально-когнитивном уровне могут усиливаться чувства незащищенности и бессилия, а на поведенческом уровне тревога может проявляться в виде бесцельного возбуждения, манипуляций предметами и т. д.

Рассмотрение тревожности как предмета изучения в психологии берет начало в психоаналитических работах З. Фрейда. Изначально он предположил, что тревога является следствием неадекватной разрядки энергии либидо. Возникновение внутреннего конфликта (столкновение влечений и социальных запретов) включает защитный механизм – вытеснение. Вытесненное влечение при этом продолжает существовать и нести прежнюю угрозу, внутренний конфликт не находит конструктивного разрешения; человек продолжает испытывать страх, но уже не осознавая его причины. К. Хорни считала, что тревожность является неотъемлемым компонентом психики и формируется в раннем детстве в отношениях с родителями. Она выделила нормальную и невротическую тревожность.

Р. Мэй считает тревожность мрачным предчувствием, вызванное угрозой какой-либо ценности, которую индивид считает необходимой для своего существования как личности. А. Бек утверждал, что для возникновения тревоги важны не столько сами ситуации стресса, а то, как человек интерпретирует ситуацию. В своей психодиагностической методике Ч. Спилбергер разделил тревожность на ситуативную и личностную. Первая характеризует состояние человека в конкретный момент, а вторая является относительно устойчивым личностным образованием [2].

Теперь определим понятие метакогниции. Данное понятие ввел Дж. Флейвелл в 1976 году. По его мнению, метакогниция – это познавательный процесс, направленный на понимание собственной когнитивной деятельности, вернее сказать, мысли о своих мыслях [3].

В своей работе Д. Ригли, П. Шетц, Р. Гланц и С. Вайнштейн определяют метапознание как процесс использования рефлексии для сознательного изучения своего мышления, осознания собственных стратегий мыслительной деятельности [4].

Было проведено исследование по определению уровня тревожности (личностной и ситуативной) и метакогниций у студентов факультета физической культуры и биологического факультета, а также проведен сравнительный анализ между ними по уровню тревожности и метакогниций. Мы использовали опросник Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина для определения ситуативной и личностной тревожности, а также опросник метакогнитивных схем MSQ – 30 А. Уэллса для исследования убеждений, которых чаще всего придерживаются люди. В исследовании приняли участие 50 студентов в возрасте 17–22 лет, из них 25 студентов факультета физической культуры и 25 студентов биологического факультета.

По результатам исследования можно утверждать, что существуют значимые различия между сравниваемыми группами респондентов. Анализ данных позволяет сделать выводы:

- высокий уровень тревожности был выявлен у 4 % студентов факультета физкультуры и у 24 % студентов факультета биологии – они характеризуются склонностью воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности;

- средний уровень реактивной и личностной тревожности был выявлен у 16 % респондентов с факультета физкультуры и 36 % респондентов с факультета биологии – тревожность находится на умеренном и оптимальном уровне;

- низкий уровень тревожности был выявлен у 76 % опрошенных с факультета физической культуры и у 40 % с факультета биологии – полученный результат сигнализирует о важности повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности.

Однако иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

Таким образом, можно сделать вывод, что среди выборок респондентов с факультетов физической культуры и биологии показатели различаются: с высоким уровнем тревожности был выявлен 1 респондент с факультета физической культуры и 6 респондентов с биологического факультета. Сравнивая полученные результаты по низкому урону, были полученные следующие результаты: 19 опрошенных с факультета физической культуры и 10 опрошенных с факультета биологии. Это позволяет сделать вывод, что у студентов факультета физической культуры уровень как реактивной, так и личностной тревожности ниже, чем у студентов факультета биологии.

Далее для выявления метакогнитивных стратегий студентов факультета физической культуры и факультета биологии был использован опросник метакогнитивных схем MSQ А. Уэллса. Применение данного опросника позволило выявить следующие метакогниции: у выборки студентов факультета физической культуры показатели по факторам «негативные убеждения о неконтролируемости и опасности беспокойства», «потребность в контроле» и «когнитивное самосознание» значительно ниже, чем у студентов биологического факультета (10,2, 11,36 и 11,32 соответственно). Факторы «позитивные убеждения о беспокойстве» и «когнитивная уверенность» находятся практически на одинаковом уровне в исследуемых выборках.

На основании полученных в ходе анализа данных, можно судить о том, что в среднем респонденты из выборки студентов биологического факультета чаще думают о своих эмоциях, концентрируются на навязчивых мыслях, реагируя на них.

Кроме того, люди, которые постоянно сосредоточены на своих эмоциях, часто демонстрируют более высокие показатели по когнитивному самосознанию. Так, у студентов биологического факультета средний показатель – 12,8, в то время как средний результат выборки студентов факультета физической культуры составляет 11,32.

Респонденты из выборки студентов биологического факультета чаще думают о своих эмоциях, концентрируются на навязчивых мыслях, анализируя и реагируя на них, что сигнализирует о том, что выраженность тревожных переживаний в большей степени соотносится с более частой тенденцией фокусировать свое внимание на собственных мыслительных процессах, думать о них, а также с потребностью в контроле мыслей.

Полученные результаты позволяют утверждать, что студенты биологического факультета в сравнении со студентами факультета физической культуры обладают более высокими показателями по когнитивному самосознанию по причине того, что они достаточно часто сосредоточены на своих эмоциональных переживаниях.

Подводя итоги исследования, можно утверждать, что у студентов факультета физической культуры личностная тревожность, реактивная тревожность и метакогниции находятся на более низком уровне, чем у студентов биологического факультета.

Список использованных источников

1 Нехорошкова, А. Н. Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов, Ю. С. Джос // Экология человека. Ментальная экология. – 2014. – Т.21, № 6. – С. 47–54.

2 Ридли, Д. Саморегулируемое обучение: интерактивное влияние метакогнитивного осознания и постановки целей / Д. Ридли [и др.] // Журнал экспериментального образования. – 1992. – № 60(4) – С. 293–306.

3 Сидоров, К. Р. Тревожность как психологический феномен / К. Р. Сидоров // Вестник удмуртского университета. – 2013. – № 2. – С. 42–52.

4 Флавелл, Дж. Х. Метапознание и когнитивный мониторинг: новая область исследования когнитивного развития / Дж. Х. Флавелл // Американский психолог. – 1979. – № 34 (10). – С. 906 – 911.