

ЭФФЕКТИВНОСТЬ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ СТРЕССА

Ю.Н. Лысенко

Самарский филиал Российского государственного гуманитарного университета
443052 г. Самара, ул. Заводское шоссе, 31
E-mail: srggu@mail.ru

Представлены результаты исследования функционального состояния студентов в условиях стресса, непосредственно перед экзаменом; показана связь функционального состояния с успешностью учебной деятельности; дан анализ функционального состояния эффективных и неэффективных студентов на экзамене; выявлена более высокая интеграция функций и оценки у эффективных студентов, чем у неэффективных.

Ключевые слова: функциональное состояние, система критериев, стресс, корреляционный анализ, эффективность учебной деятельности.

Успешность обучения студента в вузе в значительной степени зависит от его личностных особенностей и состояний, возникающих в процессе обучения. Функциональное состояние в условиях стресса отражает готовность студента к решению поставленных задач, а его оптимальное состояние будет способствовать успешности их реализации [1, 2, 3].

В то же время в работе со студентами слабо учитываются психологические факторы. Остается вне поля зрения его состояние, от которого зависит учебная успешность. Нередко возникают ситуации, когда требуются управление и регуляция состояния студента, снижение нежелательной высокой психической напряженности. Поэтому изучение и знание особенностей функционального состояния студентов в условиях стресса является важным и актуальным.

Цель исследования – изучение функционального состояния студентов, связанного с эффективностью деятельности, поиск путей и критериев оптимизации этого состояния.

Задачи: 1) изучить особенности функционального состояния, влияние внешних факторов на состояние студентов, определить связи функционального состояния с эффективностью учебной деятельности; 2) разработать практические рекомендации по оптимизации состояния студентов.

Методы и объекты исследования. Функциональное состояние студентов изучалось с использованием следующих методов исследования: пульсометрия, измерение электрокожного сопротивления (метод ЭКС), определение самочувствия, активности, настроения по тесту САН, изучение параметров работоспособности по тесту Люшера, оценка учебной успешности. В исследовании приняли участие студенты Поволжской социально-гуманитарной академии ряда курсов, всего 109 человек.

Результаты и их обсуждение. В ходе анализа были получены результаты функционального состояния студентов перед экзаменами (табл. 1).

По результатам табл. 1 можно видеть, что лучшие показатели успеваемости по результатам сессии – у студентов 2-го курса. Эти результаты одновременно сопровождались более высокими показателями пульса (86,58), более низким электрокож-

ным сопротивлением (68,79), лучшими показателями самочувствия (5,24), более высокой активностью перед сдачей экзамена (4,76), высокими показателями настроения (5,11), значительной эрготропной реакцией по тесту Люшера (в. к. – 1,29).

Одновременно по результатам среднеквадратического отклонения можно видеть, что у студентов с более высокой успеваемостью (2-й курс) интеграция показателей (результатов) более высокая.

Представляет значительный интерес рассмотрение взаимосвязи функциональных показателей и оценки. Наиболее тесные связи обнаружены по названным показателям у студентов 2-го курса (табл. 2).

Таблица 1

Показатели функционального состояния студентов перед экзаменом, усл. ед.

№	Функциональные показатели	1-й курс		2-й курс		3-й курс	
		X	y	X	y	X	y
1	Пульс	78, 83	14, 18	86, 58	13, 34	76, 85	10, 71
2	Электрокожное сопротивление	45, 87	19, 11	68, 79	13, 77	48, 82	17, 30
3	Самочувствие	5, 16	0, 89	5, 24	0, 94	5, 01	1, 18
4	Активность	4, 50	0, 95	4, 76	1, 04	4, 50	0, 99
5	Настроение	4, 80	0, 94	5, 11	0, 91	4, 68	1, 12
6	Тест Люшера	1, 13	0, 46	1, 29	0, 52	1, 21	0, 53
7	Оценка	3, 17	1, 03	3, 87	0, 76	3, 85	0, 67

Таблица 2

Корреляции функциональных показателей и оценки у студентов 2-го курса, $P < 0,05; 0,01$

№	Показатели	Пульс	ЭКС	Самочувствие	Активность	Настроение	Оценка
1	Пульс	X	0, 88	-0, 19	-0, 04	-0, 27	0, 03
2	Электрокожное сопротивление	0, 88	X	-0, 09	0, 01	-0, 17	0, 09
3	Самочувствие	0, 19	-0, 09	X	0, 50	0, 65	0, 21
4	Активность	-0, 04	0, 01	0, 50	X	0, 59	0, 32
5	Настроение	-0, 27	-0, 17	0, 65	0, 59	X	0, 16
6	Оценка	0, 03	0, 09	0, 21	0, 32	0, 16	X

Из рассмотренных коэффициентов корреляции (см. табл. 2) семь являются достоверными. Более тесно связаны пульс и электрокожное сопротивление (коэффициент корреляции равен 0,88). На высоком уровне связаны самочувствие и настроение (0,65), самочувствие и активность (0,50), активность и настроение (0,59). Оценка эффективности учебной деятельности наиболее высоко связана с самочувствием и активностью (0,21; 0,32).

Таким образом, на высоком статистическом уровне можно увидеть взаимосвязи функциональных показателей и эффективности учебной деятельности, зависимости результативности от состояния студента. Для выявления связей функциональных показателей и оценки внутри успешных и неуспешных групп эти связи изучались раздельно (табл. 3).

Как видно из таблицы, функциональные показатели и оценка у успешных студентов на достаточно высоком уровне взаимосвязаны между собой. Это еще раз под-

тверждает вывод о взаимосвязи состояния и деятельности, функционального состояния и эффективности деятельности.

В табл. 4 представлена корреляционная матрица функциональных показателей и оценки у неуспешных студентов.

Таблица 3

Корреляции функциональных показателей и оценки успешных студентов 1-го курса, $P < 0,01$

№	Показатели	Пульс	ЭКС	Самочувствие	Активность	Настроение	Оценка
1	Пульс	X	0,36	-0,29	0,16	-0,30	0,08
2	Самочувствие	-0,29	0,18	X	0,43	0,68	0,14
3	Электрокожное сопротивление	0,36	X	0,18	0,68	0,62	0,58
4	Активность	0,16	0,68	0,43	X	0,51	0,56
5	Настроение	-0,30	0,62	0,68	0,51	X	0,42
6	Оценка	0,08	0,58	0,14	0,56	0,42	X

Анализируя коэффициенты корреляции у неуспешных студентов, можно увидеть, что они значительно меньше, а интеграция функций внутри представленной системы значительно слабее. То есть возникшее состояние перед экзаменом отражалось на различных функциональных параметрах, а неблагоприятные его формы сказывались на результативности деятельности.

Таблица 4

Корреляции функциональных показателей и оценки неуспешных студентов 1-го курса, $P < 0,05; 0,01$

№	Показатели	Пульс	ЭКС	Самочувствие	Активность	Настроение	Оценка
1	Пульс	X	0,13	0,58	0,15	0,33	0,17
2	ЭКС	0,13	X	0,15	0,26	0,40	0,22
3	Самочувствие	0,58	0,15	X	0,28	0,56	0,24
4	Активность	0,15	0,26	0,28	X	0,24	0,08
5	Настроение	0,33	0,40	0,56	0,24	X	0,45
6	Оценка	0,17	0,22	0,24	0,08	0,45	X

Выводы

1. Результаты исследования показывают, что функциональное состояние студента выражается количественными характеристиками на разных уровнях, а именно: вегетативными реакциями, самочувствием, активностью, настроением, работоспособностью. У студентов с более высокой результативностью на экзамене сдвиги этих показателей и их интеграция более высокие.

2. Показатели функционального состояния студентов оказались связанными между собой и с эффективностью учебной деятельности. Эффективность учебной деятельности наиболее тесно связана с самочувствием, активностью, настроением, вегетативными показателями.

3. Подтверждается предположение о том, что оптимизация состояния студентов перед сдачей экзамена существенно повышает их учебную успешность.

4. Эффективность результатов на экзамене зависит от состояния и обеспечивается высоким уровнем взаимосвязи (интеграции) функциональных показателей и показателей эффективности учебной деятельности. У успешных студентов функциональные показатели и оценка на достаточно высоком уровне взаимосвязаны. У неуспешных такие корреляции значительно меньше, а интеграция функций внутри представленной системы значительно слабее.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Зенина С.Р.* Психологические факторы становления учебно-профессиональной деятельности студентов вуза: Автореф. дис. ... канд. пед. наук/ СПб., 2009. – 19 с.
2. *Шансков М.А.* Факторы, обеспечивающие эффективность учебно-профессиональной деятельности студентов педагогических и инженерно-технических вузов/Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 12. – С. 115 – 119.
3. *Щербатых Ю.В.* Психология стресса и методы коррекции. –СПб.: Питер, 2006. – 256 с.

Поступила в редакцию 27.03.2013;
вокончателном варианте 27.03.2013

UDC 338.24

THE EFFICIENCY OF STUDYING IN EXTREME CONDITIONS

Y.N. Lysenko

Samara branch of the Russian state humanitarian University

31, Zavodskoe shosse, Samara, 443052

E-mail: srggu@mail.ru

The paper presents the results of a study of the functional state of students in extreme conditions, just before the exam, shows the relationship of the functional status with the success of the training activities; an analysis of the functional state of efficient and inefficient students at the exam is given, a higher integration of the evaluation function in an efficient student than in the inefficient one is found.

Keywords: *functional status, system criteria, extreme conditions, correlation analysis, the efficiency of training activities.*

Original article submitted 27.03.2013;
revision submitted 27.03.2013

Yuriy N. Lysenko, candidate of psychology, associate professor of the chair of Economic administrative and legal disciplines.