

УДК 159.9

АКТУАЛЬНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА

Ключевская Л.В.

преподаватель

КГУ им. К. Э. Циолковского,

Россия, Калуга

Аннотация

Данная статья посвящена изучению текущих эмоциональных переживаний студентов высшей школы. В теоретической части рассмотрены положительные и отрицательные эмоции, виды и функции эмоций. В эмпирической части представлены результаты авторского исследования. В исследовании приняли участие 170 студентов, обучающиеся в Калужском государственном университете им К.Э. Циолковского. Исследование проведено с помощью методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой. Цель исследования: изучить актуальные эмоциональные переживания студентов университета. Гипотеза исследования: у испытуемых будет преобладать средний уровень по следующим шкалам: интерес, радость, удивление, стыд, вина и низкий уровень по шкалам: горе, гнев, отвращение, презрение, страх.

Ключевые слова: эмоции, переживания, студенты, мысли, действия, эмоциональная сфера.

CURRENT EMOTIONAL EXPERIENCES OF UNIVERSITY STUDENTS

Klyuchevskaya L.V.

Lecturer

KSU named after K.E. Tsiolkovsky,

Russia, Kaluga

Annotation

This article is devoted to the study of current emotional experiences of students of higher education. The theoretical part considers positive and negative emotions, types and functions of emotions. The empirical part presents the results of the author's study. The study involved 170 students studying at Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky. The study was conducted using the method "Scale of Differential Emotions" by A. B. Leonova. The purpose of the study: to study the current emotional experiences of university students. Research hypothesis: the subjects will have a prevailing average level on the following scales: interest, joy, surprise, shame, guilt and a low level on the scales: grief, anger, disgust, contempt, fear.

Key words: emotions, experiences, students, thoughts, actions, emotional sphere.

В современном мире эмоциональная сфера каждого человека перегружена, это происходит из-за большого объема информации, которую мы ежедневно анализируем [2;8]. Происходящие события сильно влияют на состояние человека, приводит к нестабильному эмоциональному состоянию, эмоции часто меняются с одной на другую, иногда даже это сложно контролировать и анализировать. Важно в юношеском возрасте обращать пристальное внимание на эмоциональную сферу, так как в этом возрасте студенты принимают важные решения, у них еще может встречаться эмоциональная нестабильность, неуверенность в собственных силах, переменчивость взглядов [1;6]. Эмоции, которые испытывает юноша влияет на каждую сферу жизнедеятельности, как на успешность в учебной деятельности, так и в выстраивании личных взаимоотношений.

Юношеский возраст является насыщенным в становлении эмоциональной сферы. В этот период студент может впервые влюбиться, осознать собственную ценность, найти призвание, определиться с дальнейшей профессиональной деятельностью, создать брак, получить первый трудовой опыт, окончательно сформироваться как личность [3;14].

Над темой эмоций работали как отечественные авторы (П.К. Анохин, П.В. Симонов, А.Н. Леонтьев), так и зарубежные (В. Вундт, У. Джеймс, Г. Ланге, К. Изард). Следует дать определение понятию «эмоции». Эмоции -это психические процессы, которые отражают субъективное отношение личности на происходящие события [11;12].

Разберем несколько основных функций эмоций:

-Сигнальная: эмоции помогают понять состояние организма, а также уровень удовлетворенности потребностей;

-Коммуникативная: эмоции помогают выстраивать взаимоотношения с окружающими, человек выражает свои эмоции по отношению к высказываниям, мнению, переживаниям других людей с помощью мимики, позы, жестов, взгляда;

-Регуляторная: эмоции влияют на поведение человека и на выбор способов адаптации к стрессу [4;13];

-Подкрепляющая: с помощью эмоций важные события, которые вызвали яркое эмоциональное переживание фиксируются в памяти;

-Приспособительная: эмоции выступают средством, которое позволяет оценить значимость потребностей и возможность их удовлетворения [10].

Некоторые виды эмоций:

-По субъективным переживаниям: положительные и отрицательные.

- По действию на организм: стенические, астенические.
- По продолжительности: кратковременные и длительные.
- По форме протекания: настроения, аффекты, страсти [7;15].

Перечислю основные эмоции (автор классификации К. Изард (подробнее будут описаны в результатах эмпирического исследования) [9]:

- Интерес;
- Радость;
- Удивление;
- Горе;
- Гнев;
- Отвращение;
- Презрение;
- Страх;
- Стыд;
- Вина.

Перейдём к результатам исследования. Исследование проводилось с помощью методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой. Опросник состоит из 30 вопросов. В исследовании приняли участие 170 студентов, обучающиеся в Калужском государственном университете им К.Э. Циолковского.



Рис.1 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Интерес», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 1 можно сделать следующие выводы: низкий уровень интереса выявлен у 11%, у 59% средний уровень, у 30% испытуемых высокий уровень. Интерес — это эмоциональное состояние, которое способствует фиксации внимания на определенном объекте, событии, деятельности, стремление личности изучить для себя что-то новое. Студенты в процессе учебной деятельности постоянно узнают что-то новое, программа обучения насыщена разнообразными дисциплинами, как общими, так и специальными. У большинства испытуемых выявлен средний и высокий уровень интереса, это может свидетельствовать о том, что студенты заинтересованы в обучении и в получении новых знаний (теоретических и практических). Интерес касается не только учебной деятельности, но и увлечений, хобби, профессиональной сферы.

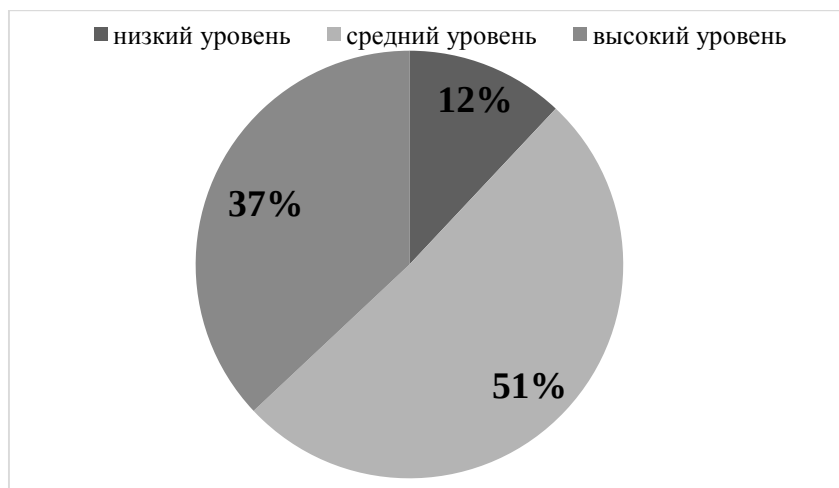


Рис.2 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Радость», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 2 можно сделать следующие выводы: низкий уровень радости выявлен у 12%, у 51% средний уровень, у 37% испытуемых высокий уровень. Радость- положительная эмоция, которая возникает при достижении желаемого, удовлетворении потребностей. В юношеском возрасте эмоции ощущаются достаточно ярко, так как жизнь наполнена значимыми событиями. Это может быть и поступление в университет, сдача сессий, участие в общественной и научной деятельности, новые знакомства, создание серьезных отношений, успехи в достижении поставленных целей.



Рис.3 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Удивление», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 3 можно сделать следующие выводы: низкий уровень удивления выявлен у 38%, у 58% средний уровень, у 4% испытуемых высокий уровень. Удивление- кратковременная эмоциональная реакция на неожиданное, неизвестное ранее событие, новость, знание. Нередко студент узнает факты, которые ранее не знал, которые могут его удивить, часто встречается с неожиданными ситуациями.



Рис.4 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Горе, потеря», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 4 можно сделать следующие выводы: низкий уровень горя выявлен у 64%, у 32% средний уровень, у 4% испытуемых высокий уровень. Горе- сложное эмоциональное состояние человека, которое возникает в следствии потери значимого человека, дела, привычного образа жизни, здоровья, финансового благополучия, бизнеса. У большинства испытуемых выявлен низкий уровень данного чувства. То есть в этом возрасте, юноши и девушки не часто сталкиваются с горем и потерей, хотя и понимают механизм возникновения этой эмоции. Опять же речь идет об актуальном эмоциональном состоянии, а не об отсутствии переживании горя в более юном возрасте.



Рис.5 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Гнев», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 5 можно сделать следующие выводы: низкий уровень гнева выявлен у 66%, у 29% средний уровень, у 5% испытуемых высокий уровень. Гнев- эмоция, которая возникает при отсутствии возможности удовлетворить потребности, достичь поставленных целей, при столкновении с противоположным мнением. Гнев является социально не одобряемой эмоцией, её принято скрывать, подавлять.



Рис.6 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Отвращение», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 6 можно сделать следующие выводы: низкий уровень отвращения выявлен у 71 %, у 25% средний уровень, у 4% испытуемых высокий уровень. Отвращение- отрицательная эмоциональная реакция, которая выражается в форме неприятия, брезгливости, раздражения по отношению к определенному объекту, поведению, событию, мнению. У студентов, принявших участие в этом исследовании, чаще встречается низкий уровень отвращения. Это может свидетельствовать о том, что юноши и девушки редко сталкиваются с такими ситуациями, при которых у них возникают неприятные ощущения, раздражительность, брезгливость, желание быстрее избавиться от объекта раздражения (неприятный запах, насекомые, непривлекательный внешний вид человека или пищи, повреждения на коже, отталкивающее поведение людей).



Рис.7 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Презрение», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 7 можно сделать следующие выводы: низкий уровень презрения выявлен у 72%, у 24% средний уровень, у 4% испытуемых высокий уровень. Презрение — это эмоциональное состояние, выражающееся в проявлении пренебрежительного и неуважительного отношения к конкретным людям из-за различных причин. Низкий уровень презрения может указывать на отсутствие людей, к которым испытуемые относятся пренебрежительно, неуважительно, а также у них отсутствует чувство некоего превосходства.



Рис.8 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Страх», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 8 можно сделать следующие выводы: низкий уровень страха выявлен у 82%, у 15% средний уровень, у 3% испытуемых высокий уровень. Страх- это отрицательная эмоция, которая проявляется в виде защитной реакции или поведения на реальную или воображаемую угрозу. Чаще у студентов встречается низкий уровень страха, это говорит о том, что ситуации, которые приводят к возникновению защитных реакций происходят редко, то есть студенты могут прогнозировать результаты своей деятельности, контролируют происходящие события и собственное эмоциональное состояние.

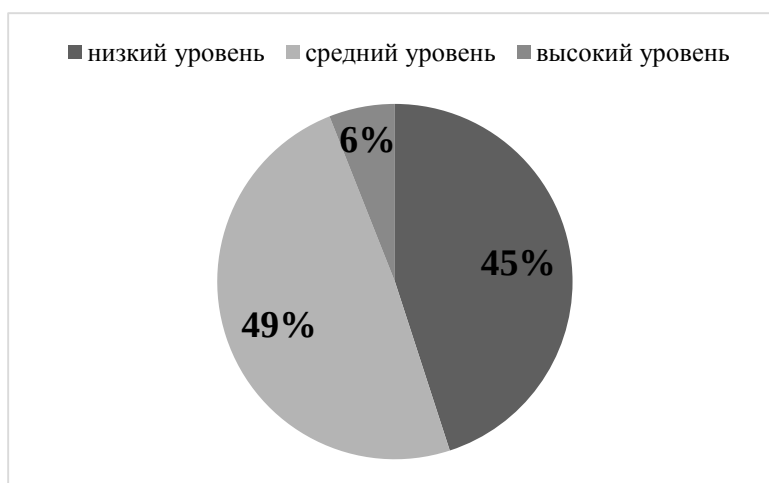


Рис.9 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Стыд», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 9 можно сделать следующие выводы: низкий уровень стыда выявлен у 45%, у 49 % средний уровень, у 6% испытуемых высокий уровень. Стыд- отрицательная эмоция, которая возникает у человека из-за осознания, что его поведение, качества, ценности не соответствуют ожиданиям и нормам окружающих людей. В юношеском возрасте достаточно редко возникает эмоция стыда, это может быть связано с тем, что юноши и девушки уже четко понимают свои ценности, умеют придерживаться нормам поведения, принимают свои как отрицательные, так и положительные качества, но всё же

бывают такие ситуации, когда общество своим мнением может вызывать эту эмоцию.



Рис.10 Изучение текущих эмоциональных переживаний студентов университета с использованием методики «Шкала дифференциальных эмоций» А. Б. Леоновой, шкала «Вина», (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 10 можно сделать следующие выводы: низкий уровень вины выявлен у 42%, у 49 % средний уровень, у 9% испытуемых высокий уровень. Вина — это эмоциональное переживание, которое возникает в следствии понимания личности, что его поведение, поступки, качества не соответствуют его личным или общественным ценностям. Высокие показатели вины у студентов встречаются редко, это может свидетельствовать о том, что испытуемые четко понимают, то, что они делают и не испытывают неприятных ощущений при высказываниях окружающих.

Цель исследования достигнута, были изучены актуальные эмоциональные переживания студентов университета. Гипотеза исследования подтвердилась: у испытуемых выявлен средний уровень по следующим шкалам: интерес, радость, удивление, стыд, вина и низкий уровень по шкалам: горе, гнев, отвращение, презрение, страх.

Библиографический список:

1. Асмолов, А.Г. Психология личности. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 367 с.
2. Ведяев, Ф.П. Мозг, эмоции, здоровье. - М.: Знание, 2020. - 815 с.
3. Вилюнас В.К., Гиппенрейтер Ю.Б. Психология эмоций. Тексты. - СПб.: Питер, 2006. - 404с.
4. Гершон Б.Б. Психология эмоций. - М., 2004. - 440с.
5. Грановская, Р.М. Элементы практической психологии. – 2-е изд. – Л.: Издательство Ленинградского университета. 1988. – 560 с.
6. Деркач, А.А. Психология развития профессионала. - М.: РАГС, 2000. - 126с.
7. Дружинин В. Психология. - СПб.: Питер, 2001. - 656с.
8. Захарова, Л.Н. Личностные особенности, стили поведения и типы, профессионально самоидентификации студентов педагогического вуза. – Вопросы психологии. – 1998. – № 2- 4с.
9. Изард К.Э. Психология эмоций. - СПб.: Питер, 2002. - 464с.
10. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства. – Санкт-Петербург: Питер, 2001. – 752 с.
11. Маклаков А.К. Общая психология. М., 2005. - 785с.
12. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии /С. Л. Рубинштейн. - СПб.: -2008.-320с.
13. Столяренко, Л.Д. Основы психологии . -Ростов на Дону: Феникс, 2009. - 671 с.
14. Шадриков, В. Д. Введение в психологию: эмоции и чувства / В.Д. Шадриков. - М.: Логос, 2021. - 156 с.

15. Шишкеедов П.Н. Общая психология . – Москва: Издательство «Эксмо», 2009. – 370 с.

Оригинальность 80%