

Авчинникова Светлана Олеговна

доктор педагогических наук, профессор
кафедры социальной работы Смоленского
государственного университета

**ДИНАМИКА ЦЕННОСТНО-
ПОТРЕБНОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ
И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО КОМФОРТА
СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД
ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ**

Аннотация:

В статье рассматривается проблема эмоционально-психологических изменений личности студентов в процессе получения высшего профессионального образования. Предметом исследования выступает ценностно-потребностная перестройка личности и обусловленные ею психологические состояния, свидетельствующие об адаптации студента. Приводятся данные эмпирического исследования 144 студентов, проведенного двукратно с использованием методики «Рейтинг ценностно-потребностных ориентаций». Дается группировка ценностей по уровню значимости и потребностей по степени удовлетворенности. Отмечается, что в системе ценностных предпочтений студентов с 1-го по 3-й курс происходят отдельные позитивные изменения, указывающие на предпочтение активных стратегий адаптации. Сопоставляются характеристики эмоционального комфорта студентов, обусловленного возможностью удовлетворения личностно значимых потребностей. У 15 % студентов-первокурсников диагностируется состояние эмоционального дискомфорта. Статистически подтверждается положительная динамика психологического состояния студентов в процессе обучения, однако у 15 % респондентов фиксируется снижение уровня эмоционального комфорта к 3-му курсу. В практическом плане из результатов исследования следует, что при разработке программ психолого-педагогической поддержки студентов целесообразно учитывать индивидуальный ценностно-потребностный профиль и уровень эмоционального комфорта.

Ключевые слова:

психология высшей школы, студенты, адаптация, личные ценности, потребности, депривация, фрустрация, психологическое состояние, эмоциональный комфорт, психолого-педагогическая поддержка.

Avchinnikova Svetlana Olegovna

D.Phil. in Pedagogy, Professor,
Social Work Department,
Smolensk State University

**DYNAMICS OF VALUE-NEED
ORIENTATIONS AND EMOTIONAL
COMFORT OF STUDENTS
DURING THEIR STUDY
AT THE UNIVERSITY**

Summary:

The problem of emotional and psychological changes in the students' personality in the process of higher professional education obtaining is discussed in the article. The subject of the study is the value-need restructuring of the personality and the psychological conditions caused by it, indicating the student adaptation. The data of an empirical study of 144 students are carried out twice using the methodology "value-needed orientations rating". The values are grouped by significance level and needs by degree of satisfaction. It is noted that in the system of students' value preferences from the 1st to 3rd study year, individual positive changes occur, indicating the preference of active adaptation strategies. The characteristics of students' emotional comfort, due to the ability to meet personally significant needs, are compared. The state of emotional discomfort was diagnosed in 15 % of 1st year students. The positive dynamics of the students' psychological state in the learning process is statistically confirmed, however, 15 % of respondents recorded a decrease in the level of emotional comfort by 3rd year. In practical terms, it follows from the results of the study that when developing programs of psychological and pedagogical support for students, it is advisable to take into account the individual value-need profile and the level of emotional comfort.

Keywords:

higher education psychology, students, adaptation, personal values, needs, deprivation, frustration, psychological state, emotional comfort, psychological and pedagogical support.

Качество подготовки современного специалиста зависит от целого ряда факторов, среди которых немаловажное значение имеет психолого-педагогическая поддержка. Ее необходимость обуславливается противоречивостью процессов адаптации студентов в период обучения в вузе, на что указывают как отечественные, так и зарубежные авторы [1]. В современных исследованиях адаптацию в вузе рассматривают «как активное, творческое приспособление студентов к условиям высшей школы, в ходе которого складывается коллектив, формируются навыки и умения по продуктивной организации умственной деятельности, призвание к избранной профессии, рациональный коллективный и личный режим учебного труда, быта и отдыха, система работы по профессиональному самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности» [2, с. 10]. Будучи составной частью адаптации профессиональной, адаптация в вузе предполагает активное усвоение норм и ценностей, реализуемых в общении и труде [3, с. 106].

По мнению М.С. Яницкого, студенческий период является наиболее интенсивным и сложным с точки зрения личностных трансформаций и формирования системы ценностных отношений. При этом наиболее уязвимыми оказываются «новобранцы» – студенты первого курса; к концу третьего года обучения адаптационный процесс, как правило, завершается [4, с. 4].

Поступление в вуз для большинства вчерашних школьников означает изменение привычного стиля жизни, утрату или снижение интенсивности контактов с прежним кругом друзей и знакомых, смену режимных моментов, включение уже не в учебную, а учебно-профессиональную деятельность, необходимость установления контактов с большим числом новых лиц, восприятие потока разнородной информации и определенных требований. У многих при этом происходит отделение от семьи, появляются бытовые трудности, с которыми не приходилось сталкиваться раньше. Вследствие этого, по мнению А.В. Крыловой, отмечается «существенное изменение целей и потребностей вчерашних школьников и связанных с ними потребностно-эмоциональных состояний, среди которых особое место занимает переживание депривации» [5, с. 156]. В психологическом плане депривация представляет собой состояние, возникающее на фоне жизненных обстоятельств, блокирующих возможность полностью или частично удовлетворить жизненно важные потребности» [6]. При этом студенты могут быть подвержены двум ее разновидностям: абсолютной и относительной. Первая возникает в связи с объективной невозможностью получить доступ к определенным благам (отсутствие денег сказывается на питании и развлечениях; отсутствие регистрации и проживание в съемном жилье создает трудности при обращении за медицинской помощью). Относительная депривация – следствие сравнения себя с другими и рассогласования между ожиданием и действительностью (будучи более способными и прилежными, они не обладают благами, связями, перспективами, доступными их однокурсникам). Подобные обстоятельства негативно сказываются на эмоциональном состоянии, вызывают внутренние конфликты, приводят к девальвации прежних ценностей.

Наряду с депривацией, имеющей относительно устойчивый, продолжительный характер, исследователи указывают на дестабилизирующее воздействие, оказываемое на психику молодых людей фрустрирующими ситуациями, возникающими периодически. Под фрустрацией принято понимать «состояние человека, выражающееся в характерных особенностях переживаний и поведения и вызываемого объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути достижения цели или к решению задачи» [7, с. 120]. Изучая роль различных факторов и условий, воспринимаемых студентами как непреодолимые препятствия, мешающие успешной учебе, Т.Д. Дубовицкая выделила группу внутренних и внешних фрустраторов и составила их рейтинг. Так, наиболее распространенными внутренними фрустраторами выступают излишняя эмоциональность, тревожность; недостаток необходимых способностей, низкая организованность; разноплановость интересов; утомляемость; отсутствие желания учиться. Внешние фрустраторы – это негативное отношение преподавателя; недостаток моральной и материальной поддержки со стороны родителей, плохие условия учебы, проживания [8, с. 56].

Адаптационные трудности и связанные с ними кризисные переживания не заканчиваются у студентов на 1-м курсе. В процессе учебы возможны 3 типа биографических кризисов: нереализованности, бесперспективности и опустошенности. При переходе с первого курса на второй снижается переживание одиночества, но повышается интенсивность переживаний, соотносящихся с формированием профессиональной идентичности [9, с. 78]. Своего рода пик кризисов приходится на 3-й курс обучения и обуславливается, по мнению В.Р. Манукян, высокой насыщенностью студенческой жизни и множественностью задач развития этого этапа [10, с. 115]. Любой личностный кризис, как известно, может иметь продуктивный и деструктивный исход. Соответственно в первом случае саморегуляторные механизмы становятся совершеннее, личность приобретает полезный опыт, в противном случае происходит дезинтеграция психических функций вплоть до депрессивных расстройств.

Иначе говоря, в зависимости от доминирующих на том или ином этапе потребностей личности и возможностей их удовлетворения, включая внутренние ресурсы и внешние обстоятельства, а также ценностную перестройку, обусловленную входением в профессию и самостоятельную жизнь, студенты имеют разную степень эмоционального комфорта. Эмоциональный комфорт как психологическая категория, по мнению ряда авторов, соотносится с понятием субъективного благополучия и характеризует состояние уверенности, спокойствия, удобства, удовлетворенности, оптимизма, свободы от страхов и тревоги, доминирование позитивных эмоций [11]. Эмоциональный комфорт является значимой предпосылкой реализации внутреннего потенциала [12]. Отсюда целью нашего исследования стало изучение особенностей ценностных предпочтений и депривируемых потребностей, а также уровня эмоционального комфорта студентов в динамике с 1-го по 3-й курс.

Исследование проводилось в двух университетах г. Смоленска. Было протестировано 144 студента, обучающихся на 1-м курсе, а затем на 3-м курсе. Состав выборки и количество испытуемых не менялось. Анкеты персонифицированы. В качестве инструмента использовался тест-опросник «Рейтинг ценностно-потребностных ориентаций», содержащийся в пакете методик для изучения деятельных и коммуникативных качеств персонала» [13]. Стимульный материал представлял собой перечень из 16 наименований, которые респондентам предлагалось проранжировать, в первом случае отвечая на вопросы: «Что для меня в жизни самое главное? Без чего я не мыслю свою жизнь?», а затем отвечая на вопросы: «Чем в своей жизни я сейчас доволен? Что меня больше всего устраивает?», «Какая из потребностей удовлетворена больше и лучше?». В результате мы получили рейтинг основных жизненных ценностей студентов и рейтинг удовлетворения их потребностей. Подвергнув операции категоризации данные первого ранжирования, мы выделили 4 уровня-категории: приоритетные ценности (ранг с 16-го по 13-й), актуальные (ранг с 12-го по 9-й), малозначимые (с 8-й по 5-ю позицию), пренебрегаемые (позиции с 4-й по 1-ю); далее определены частоты встречаемости каждой позиции по 16 наименованиям. Разница рангов по каждому наименованию указывает на уровень удовлетворения потребности. Анализировались результаты по 4 уровням: уровень сверхнеобходимого удовлетворения, где P (разница значений) < 0 ; высокий уровень соответствия – $0 \leq P < 4$; уровень частичного удовлетворения – $4 \leq P < 11$, депривация – $11 \leq P < 16$. Уровень эмоционального комфорта (психической напряженности) рассчитывался по сумме разностей по каждому наименованию. Диапазон полученных значений вновь делится на 4 категории и подсчитывается количество случаев в каждой: комфортное психическое состояние ($0 \leq \text{КПС} < 13$); удовлетворительное психическое состояние ($13 \leq \text{УПС} < 39$); эмоциональный дискомфорт ($39 \leq \text{ЭД} < 54$); высокий уровень психологической напряженности ($54 \leq \text{ПН}$).

Результаты тестирования первокурсников показали, что к категории приоритетных они относят ценности: «благополучие в семье» (69 %), здоровье (43,5 %), «любовь» (40,7), «материально обеспеченная жизнь» (37 %). «Активная деятельная жизнь» приоритетна и актуальна для 51 % первокурсников, а отвергаема для 48 %; соответствующее отношение к «возможности для самосовершенствования и самореализации вне учебы» продемонстрировали 27 % и 63 %; «высокие результаты учебной деятельности» значимы для 51 % опрошенных и не имеют личностного смысла для 49 %.

Из анализа соответствия ценностей удовлетворению потребностей следует, что по всем 16 позициям уровень сверхнеобходимого удовлетворения и высокого соответствия встречаются значительно чаще, чем уровни частичного удовлетворения и депривации. Наименьшую частоту сверхнеобходимого удовлетворения имеет «здоровье» (доля – 0,264 от общего числа этой потребности по 4 уровням). С высокой частотой в группу сверхнеобходимого удовлетворения входят «красота природы и окружающей обстановки» (доля – 0,639), «развлечения» (доля – 0,549), «активная деятельная жизнь» и «возможность для самосовершенствования и самореализации» (по 0,535). В группе высокого соответствия лидерами по частоте оказались «любовь» и «здоровье», имеющие равные доли – по 0,368.

Между тем все предложенные для ранжирования наименования присутствуют и в категории депривируемых, но с разной частотой встречаемости. Например, «возможность для самосовершенствования и самореализации вне учебы» в категорию депривируемых попадает в 1,4 % случаев, и ее доля от общего числа деприваций является наименьшей, тогда как лидируют по частоте встречаемости в категории депривируемых «спокойствие и уверенность в будущем» (10,4 %), «любовь» (8,3 %), и «здоровье» (7,6 %). Эти позиции и их сочетание, на наш взгляд, свидетельствуют об адаптационных трудностях первокурсников, так как речь идет о депривации базовых потребностей (физиологических, в безопасности, любви и принятии). На уровне 4 % представлены в качестве депривируемых такие наименования, как «высокие результаты учебной деятельности», «наличие друзей», «уверенность в себе». Это представляется закономерным в связи с поступлением в вуз и изменением социальной ситуации.

Категория частичного удовлетворения является более однородной по частоте разных позиций (доли по большинству наименований от 0,16 до 0,23) и при этом имеет большее процентное выражение в целом. Максимальный процент в этой категории приходится на «материально обеспеченную жизнь» (35 %), «уверенность в себе» (30 %), «здоровье» (29 %). По этим позициям люди вообще склонны желать большего, что и продемонстрировали нам первокурсники. Между тем в целом ситуация настораживает, поскольку только 2,7 % опрошенных умеют высокий уровень соответствия по всем парам, тогда как количество первокурсников с проблемами из-за недостаточной удовлетворенности потребностей составляет 44,2 %, из них имеют депривацию по нескольким позициям порядка 15 %. Поскольку в целом картина получилась довольно пестрая, то разработка программ психолого-педагогической поддержки должна иметь адресный характер и учитывать индивидуальный ценностно-потребностный профиль соответствия для каждого студента.

В иерархии жизненных ценностей третьекурсников отмечаются некоторые изменения. Так, в число приоритетных ценностей вошла «активная деятельная жизнь» (36,8 %), оттеснив «материально обеспеченную жизнь» (28,4 %). Большую значимость приобрели «возможность для самосовершенствования и самореализации» и «высокие результаты учебной деятельности», которые стали приоритетны и актуальны в совокупности для 39 % и 63 % соответственно. «Здоровье», «любовь», «благополучие в семье» сохранили свои позиции в группе приоритетных.

При сравнении уровней эмоционального комфорта студентов 1-го и 3-го курсов отмечается положительная динамика (таблица 1).

Таблица 1 – Количественное распределение студентов по уровням эмоционального комфорта (чел.)

Респонденты	Комфортное психическое состояние	Удовлетворительное психическое состояние	Эмоциональный дискомфорт	Психологическая напряженность
1-й курс	5	77	56	6
3-й курс	19	119	6	–

Так, количество студентов, чувствующих себя комфортно в плане удовлетворения потребностей, увеличилось почти в 4 раза, а испытывающих эмоциональный дискомфорт уменьшилось в 9 раз, при этом среди третьекурсников нет студентов с высоким уровнем психологической напряженности. Иначе говоря, к 3-му курсу уровень эмоционального комфорта у большинства студентов повышается, им удается гармонизировать процесс удовлетворения потребностей в соответствии с их личностной значимостью.

Поскольку абсолютные значения не могут считаться однозначным доказательством позитивных изменений, так как могло иметь место ухудшение индивидуальных показателей, то для оценки динамики нами был проведен дополнительный анализ. В частности, исключив случаи, в которых уровень остался прежним, мы устанавливали достоверность различий в тех группах испытуемых, где уровень изменился в неблагоприятную сторону с теми, где показатель улучшен (таблица 2).

Таблица 2 – Результаты изменений в уровнях психологического комфорта студентов

Миграции	Статистика по критерию Мак-Нимара		
	доли	χ^2	P
Из «Комфортное психическое состояние» в другие	0,15	8,45	0,0037
Из других в «Комфортное психическое состояние»	0,85		
Из «Удовлетворительное психическое состояние» в другие	0,216	22,72	0,00
Из других в «Удовлетворительное психическое состояние»	0,748		
Из «Эмоциональный дискомфорт» в другие	0,946	42,88	0,00
Из других в «Эмоциональный дискомфорт»	0,054		
Из «Психологическая напряженность» в другие	1,00	4,176	0,041
Из других в «Психологическая напряженность»	0		

Сравнительные данные, представленные в таблице 2, свидетельствуют, что внутри каждой категории произошли статистически значимые изменения, т. е. доля ушедших из отдельной категории достоверно отличается от доли пришедших в нее, причем доля улучшивших состояние в каждой категории больше, что и обеспечивает общую положительную динамику. Отмеченные положительные сдвиги, произошедшие в естественных условиях образовательного процесса, корреспондируются с данными других исследователей. В частности, отмечается, что по мере адаптации к вузовскому обучению у студентов устанавливается положительный эмоциональный фон, преобладают эмоции радости, интереса, удивления [14, с. 36]. Между тем в отдельных случаях (15 %) уровень эмоционального комфорта студентов от 1-го к 3-му курсу может снижаться, что свидетельствует о нереализованности в образовательном процессе возможностей психолого-педагогической поддержки.

По результатам проведенного исследования можно сформулировать следующие выводы:

1. Индивидуальная значимость ценностей для студентов за период обучения в вузе существенно не изменяется, однако третьекурсники более, чем первокурсники, ценят активную деятельную жизнь и отдают ей предпочтение в сравнении с материально обеспеченной жизнью. Это может свидетельствовать об освоении активных стратегий адаптации.

2. Чаще других у студентов, как 1-го, так и 3-го курса, подвергаются депривации потребности в любви и уверенности в будущем, частично удовлетворяются потребности в здоровье и материальном обеспечении.

3. Уровень эмоционального комфорта в процессе обучения в вузе у большинства студентов повышается. У 15 % студентов, имевших высокий уровень эмоционального комфорта, происходит ухудшение показателя.

4. Среди студентов-первокурсников выявляется группа риска (порядка 15 %), имеющая несколько депривируемых потребностей, испытывающая высокий уровень психологической напряженности и нуждающаяся в этой связи в психолого-педагогической поддержке.

5. Психолого-педагогическую поддержку студентов следует выстраивать с учетом диагностики использованного в исследовании параметра – уровня эмоционального комфорта, обусловленного возможностью удовлетворения потребностей личности в соответствии с их личностной значимостью, и апробированной автором методики его оценки.

Ссылки:

1. Eduljee N., Michaud R. Student Perceptions and Levels of Satisfaction About Academic Advising // *International Journal of Psychosocial Research*. 2014. Vol. 3, iss. 1. P. 1–12.
2. Короленко И.Б., Щербаклова Е.А. Психолого-педагогическая адаптация студентов в вузе // *Инновационные технологии в физическом воспитании, спорте, физической реабилитации* : материалы I Международной научно-практической (очно-заочной) конференции. Орехово-Зуево, 2015. Т. 2. С. 53–58.
3. Киселева И.Н., Маланов И.А., Будаева Т.Б. Особенности профессиональной адаптации студентов высшей школы // *Ученые записки Забайкальского государственного университета*. 2018. Т. 13, № 6. С. 105–110.
4. Яницкий М.С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики. Кемерово, 1999. 84 с.
5. Крылова А.В. Психологическая поддержка студентов в преодолении депривации в условиях культурно-образовательной среды // *Научные проблемы гуманитарных исследований*. 2010. № 8. С. 154–159.
6. Лангмейер Й., Матейчик З. Психическая депривация в детском возрасте. Прага, 1984. 344 с.
7. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // *Вопросы психологии*. 1967. № 6. С. 118–129.
8. Дубовицкая Т.Д., Эрбегеева А.Р. Проблема фрустрации у студентов на начальном этапе обучения в вузе // *Высшее образование сегодня*. 2008. № 9. С. 54–59.
9. Курусь И.А. Динамика переживания кризисных ситуаций у студентов на начальном этапе обучения в вузе // *Вектор науки ТГУ. Сер. Педагогика, психология*. 2016. № 3 (26). С. 78–82.
10. Манукян В.Р. Психологическое содержание и факторы возникновения кризиса профессионального развития у студентов вуза // *Психологическая наука и образование*. 2011. № 4. С. 109–116.
11. Шамионов Р.М. Критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация [Электронный ресурс] // *Изв. Саратов. ун-та. Сер. Акмеология образования. Психология развития*. 2015. № 3 (15). С. 212–218. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/kriterii-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti-sotsiokulturnaya-determinatsiya/> (дата обращения: 12.11.2019).
12. Ядрова А.А. Особенности исследования эмоционального комфорта у студентов разных специальностей // *Academi*. 2018. № 7 (34). С. 101–103.
13. Рабочая книга практического психолога. Технология эффективной профессиональной деятельности. М., 1996. 398 с.
14. Наливайко Т.В., Шинкорук М.В. Адаптация студентов к обучению в вузе: динамика процесса // *Ученые записки Комсомольского-на-Амуре государственного университета*. 2014. Т. 2, № 2 (18). С. 33–37.

References:

- Dubovickaya, TD & Erbegeeva, AR 2008, 'The Problem of Frustration in Students at the Initial Stage of Study at a University', *Vysshее образование сегодня*, no.9, pp. 54-59, (in Russian).
- Eduljee, N & Michaud, R 2014, 'Student Perceptions and Levels of Satisfaction About Academic Advising', *International Journal of Psychosocial Research*, vol. 3, no. 1, pp. 1-12.
- Kiseleva, IN & Malanov, IA & Budaeva, TB 2018, 'Features of the Professional Adaptation of High School Students', *Uchenye zapiski Zabajkalskogo gosudarstvennogo universiteta*, vol.13, no.6, pp.105-110, (in Russian).
- Korolenko, IB & Scherbakova, EA 2005, 'Psychological and Pedagogical Adaptation of Students at a University', *Innovacionnye tehnologii v fizicheskom vospitanii, sporte, fizicheskoy rehabilitacii: Materialy I Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii*, 10 p., (in Russian).
- Krylova, AV 2010, 'Psychological Support of Students in Overcoming Deprivation in a Cultural and Educational Environment', *Nauchnye problemy gumanitarnyh issledovanij*, no. 8, pp.154-159., (in Russian).
- Kurus, IA 2016, 'Dynamics of Experiencing Crisis Situations Among Students at the Initial Stage of Study at a University', *Vektor nauki TGU. Seriya Pedagogika, psihologiya*, no. 3 (26), pp. 78-82, (in Russian).
- Langmejer, J & Matejchik, Z 1984, *Mental Deprivation in Childhood*, Praga, 344 p., (in Russian).
- Levitov, ND 1967, 'Frustration as a Type of Mental State', *Voprosy psihologii*, no. 6, pp. 118-129, (in Russian).
- Manukyan, VR 2011, 'Psychological Content and Factors of the Crisis of Professional Development Among University Students', *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie*, no. 4, pp. 109-117, (in Russian).
- Nalivaiko, TV & Shinkoruk, MV 2014, 'Adaptation of Students to Study at the University: Process Dynamics', *Uchenye zapiski Komsomolskogo-na-Amure gosudarstvennogo universiteta*, vol. 2, no. 2 (18), 33 p., (in Russian).
- Shamionov, RM 2015, 'Criteria of the Subjective Personal Well-Being: Socio-Cultural Determinancy', *Izv. Sarat. un-ta. Ser. Akmeologiya obrazovaniya. Psihologiya razvitiya*, no 3 (15), pp. 212-218, viewed 12 November 2019, <<http://cyberleninka.ru/article/n/kriterii-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti-sotsiokulturnaya-determinatsiya/>>, (in Russian).
- Yadrova, AA 2018, 'Features of the Study of Emotional Comfort in Students of Various Specialties', *Academi*, no. 7 (34), pp. 101-103, (in Russian).
- Yanicij, MS 1999, *Adaptation Process: Psychological Mechanisms and Patterns of Dynamics*, Kemerovo, 84 p., (in Russian).
- Workbook of a Practical Psychologist. Technology of Effective Professional Activity*, Moscow, 1996, 398 p., (in Russian).

Редактор: Хорева Людмила Николаевна
Переводчик: Дубина Юлия Юрьевна