

DOI: 10.24412/2308-8079-2023-1-11

УДК 378: 371.78

**РОЛЬ ДИАГНОСТИКИ САМООЦЕНКИ  
ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ СТУДЕНТОВ  
МЛАДШИХ КУРСОВ АГРАРНОГО УНИВЕРСИТЕТА**

**Зайцева С.А., Малахова О.Н., Русских И.Т.**

В статье затронута тема возможностей психолого-педагогического подхода в решении задачи проектирования безопасной образовательной среды, которая изучается сквозь призму анализа вопроса о роли диагностики самооценки психических состояний у начинающих обучение студентов. Отмечается, что такая диагностика содействует повышению качества всех сторон образовательного процесса: обучения, воспитания, развития молодых людей, а также созданию психологически комфортной образовательной среды и благополучной социализации молодежи. Сделан вывод о том, что одной из причин высокого показателя ригидности является низкий уровень сплоченности студенческой группы. Решение проблемы заключается в применении в учебном процессе игровых технологий, учитывающих профиль вуза, направление подготовки, учебную дисциплину, а также социально-демографические характеристики обучающихся.

**Ключевые слова:** аграрный университет, безопасная образовательная среда, диагностика, игровые технологии, психические состояния, студенты младших курсов, самооценка.

**THE VALUE OF MENTAL STATES  
SELF-ASSESSMENT DIAGNOSTICS OF  
THE AGRARIAN UNIVERSITY JUNIOR STUDENTS**

**Zaitseva S.A., Malakhova O.N., Russkikh I.T.**

The paper touches upon the topic of the psychological and pedagogical approach possibilities in solving the problem of designing a safe educational environment, which is studied through the prism of analyzing the question of the role

of self-assessment diagnostics of mental states by junior students. It is noted that such diagnostics contributes to improving the quality of all educational process aspects: education, upbringing, development of young people, as well as the creation of a psychologically comfortable educational environment and the successful socialization of young people. It is concluded that one of the reasons for the high rigidity index is the low level of the student group cohesion. The problem solution lies in the use of game technologies in the educational process that take into account the profile of the university, the direction of training, the academic discipline, as well as the socio-demographic characteristics of students.

**Keywords:** agrarian university, safe educational environment, diagnostics, game technologies, mental status, junior students, self-assessment.

Академическая образовательная среда и студенческая группа как ее составляющая являются разноуровневыми звеньями социальной среды, в которой происходит формирование личности молодого человека. Эта среда оказывает сильное воспитательное и социализирующее воздействие. Однако, любая среда, в том числе и образовательная, не всегда является психологически комфортной для молодого человека, что может снижать качество его обучения и замедлять темпы гармоничного развития.

При условии наличия благоприятного психологического климата и психологически здоровых межличностных отношений в группе человек имеет возможность свободно себя проявлять: самореализация и творческое самовыражение происходят благополучно. В противном случае наблюдается тенденция к возрастанию психологического напряжения, создаются условия для конфликтности и снижению темпов развития личности. Это справедливо в отношении студенческой группы. Качество межличностных отношений в такой группе, в свою очередь, связано с тем, какие психические состояния характерны для ее членов в определенный период становления группы. Фактор способности студента самостоятельно диагностировать свои психические состояния, правильно их оценивать, корректировать и управлять, также важен:

это является своеобразным каркасом качества и уровня межличностных связей в академической группе, а, следовательно, является фактором благополучной самореализации, обучения и развития студента. Кроме того, это становится и залогом будущего социального благополучия. В этом смысле, диагностика самооценки психических состояний молодых людей играет важную роль в повышении качества образовательного процесса в целом и всех его сторон в частности: обучения, воспитания и развития молодого человека. Особое значение такая диагностика имеет для студентов младших курсов: они находятся в ситуации психофизической адаптации к новым для них условиям жизни в условиях вуза. Данный вопрос, с нашей точки зрения, не достаточно полно представлен в современных научных изысканиях.

*Целью* данной работы является исследование роли диагностики самооценки психических состояний у студентов в период адаптации в высшей школе. В соответствии с целью было решено, *во-первых*, сделать краткий обзор релевантных теме источников литературы; *во-вторых*, провести анкетирование среди студентов; *в-третьих*, выявить причины негативных психических состояний студентов; *в-четвертых*, определить перспективы дальнейших исследований.

Теоретическая часть исследования проведена на основе подбора релевантной научной литературы. Использовались методы описания, сравнения и анализа. Эмпирическая часть составлена на основе метода анкетирования. В анкетировании приняли участие студенты первых и вторых курсов лесохозяйственного факультета очной формы обучения Удмуртского государственного аграрного университета (57 человек, средний возраст 19,5 лет; 45% выборки составили юноши, 55% – девушки).

Для определения психических состояний студентов использовалась методика Г. Айзенка по определению самооценки психических состояний [9]. Она позволила определить уровни таких состояний личности как тревожность, фрустрация, агрессивность и ригидность. Для интерпретации результатов использовали следующие критерии: 0-7 баллов – свойство отсутствует; 8-14

баллов – средний допустимый уровень; 15-20 баллов – уровень свойства очень высокий.

### *Результаты исследования и их обсуждение*

В научной литературе имеются сведения о том, что в условиях вуза молодые люди, особенно на первых курсах, адаптируются недостаточно легко, чувствуют себя неуверенно. Так, например, отмечается, что «... многие студенты на первых курсах адаптируются не быстро, так как знакомство с новыми людьми, с которыми предстоит учиться в ближайшие годы всегда волнительно» [14, с. 497]. Делается акцент на экзистенциальной составляющей жизни молодых людей в этот период. У молодых людей появляются разные мысли и чувства относительно не только особенности нового социального окружения и адаптации в нем, но и относительно необходимости принимать решения в отношении своей жизни, самоопределения и даже определения смысла своей жизни [см.: 2].

Имеются исследования, в которых рассматриваются психологические особенности многоплановой учебной деятельности студентов младших курсов, они проведены в профильном – аграрном – вузе. Так, в исследовании О.А. Жученко [5] проводится сравнительный анализ самооценки академических достижений студентов аграрного вуза на разных формах промежуточной аттестации: на экзамене онлайн и на фронтальном экзамене, и отмечается, что разницы психической напряженности у студентов нет. Полагаем вполне корректным высказать суждение, что студенты младших курсов достаточно благополучно адаптируются к современным форматам обучения. В другом исследовании О.А. Жученко фокусируется на теме личностных детерминант адекватности самооценки академических достижений как ресурса стрессоустойчивости студентов вследствие психологической преднастройки к событиям и информации [4]. Автор делает вывод, что на самооценку результатов обучения, кроме возраста, оказывают влияние эмоциональные, когнитивные характеристики личности, а также специфика межличностного взаимодействия.

В исследовании «Выбор студентами цифрового образовательного ресурса: психологический аспект коллектива авторов» [12] авторами поднимается тема психологического обоснования эффективного обучения в аграрном вузе, а именно: связи предпочтений студентов обучаться при посредничестве сети Интернет и электронных учебников с их личностными особенностями. Представляется интересным и, на наш взгляд, даже парадоксальным вывод, согласно которому тревожные, эмоционально неустойчивые студенты положительно относятся к обучению в формате онлайн. Иными словами, они настроены на «избегание» контактной работы с преподавателем и обучения в аудитории. Напротив, студенты с развитой внутренней дисциплиной и аналитическим складом ума испытывают неприязнь к обучению в дистанционном формате. Для нашего исследования интересным представляется вывод о наличии прямой связи между психологическими характеристиками студентов и их предпочтениями в отношении форматов обучения. Так авторы отмечают, что «... среди главных личностных психологических особенностей студентов, влияющих на их предпочтение, выступают чувствительность и радикализм, тревожность и внутренняя недисциплинированность» [12, с. 158].

Тема психологически «безболезненного» вхождения молодого человека в систему высшей школы, благополучной адаптации и разработки подходов и технологий, содействующих успешному протеканию данного процесса, широко представлена в научном мире. Так, например, А.С. Розенфельд и К.А. Рямова отмечают значение выездных социокультурных мероприятий для эффективной социально-педагогической адаптации студентов-первокурсников. Авторы утверждают, что «... степень сплоченности студенческой группы, её идентичность и психологический климат во многом ответственны за формирование таких важных социально-адаптационных критериев как самоопределение, самовыражение и социальная зрелость индивида» [13, с. 200].

Исследователями также предлагаются мероприятия, проводимые куратором группы, а также семинары-тренинги с психологом в первые месяцы обучения в вузе. При этом выявляется разница между спецификой

адаптационных процессов у студентов из города и села. Это выражается в уровнях эмоционального комфорта и дискомфорта, ситуативной тревожности, субъективного ощущения одиночества. Отмечается, что уровень ситуативной тревожности у студентов-сельчан выше [см.: 10; 11].

Тревога, являющаяся постоянно или ситуативно проявляемым свойством человека находится в состоянии повышенного беспокойства, испытывать страх в разных социальных ситуациях, значительно усложняет полноценное функционирование индивида. Она также негативно сказывается на его психологическом и физическом состояниях.

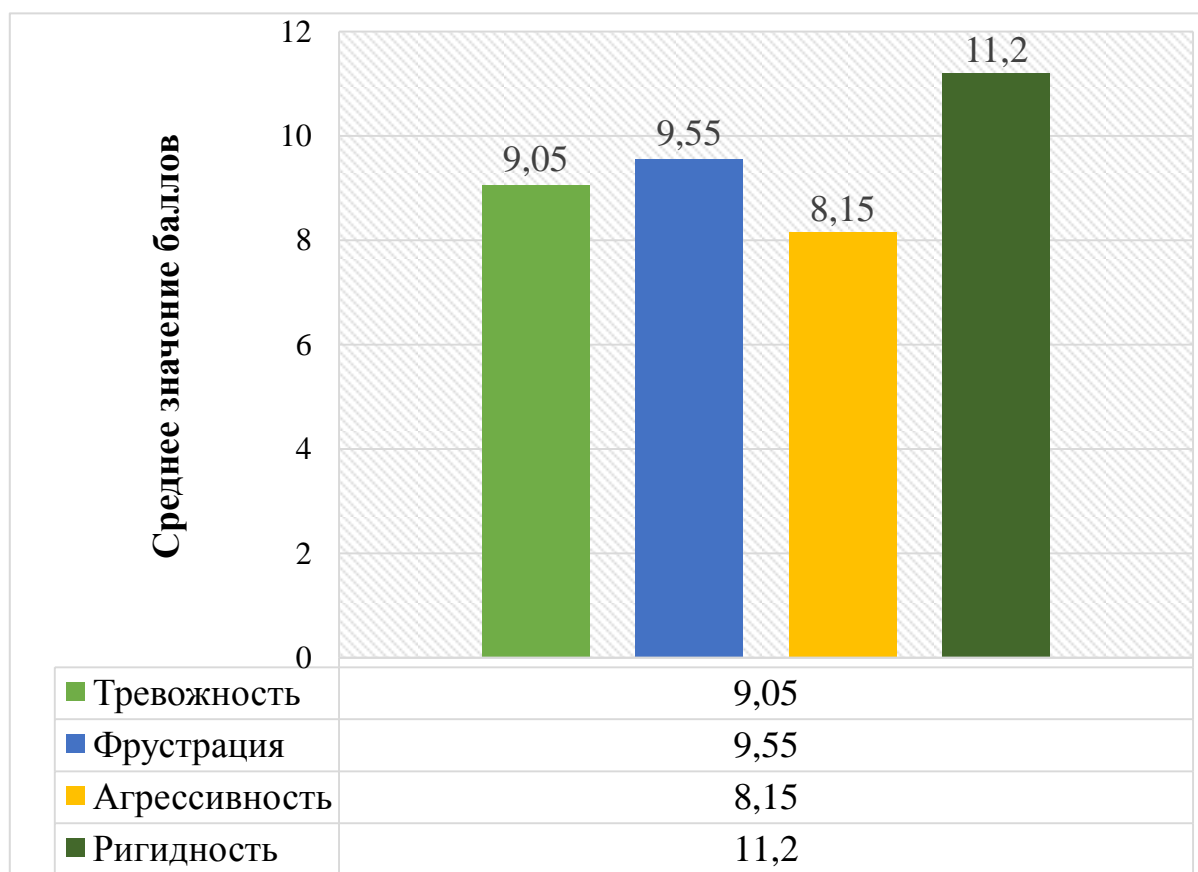
Многие учёные констатируют, что тревога и связанная с ней агрессивность отрицательно влияют на общее психическое и физическое состояние студента-первокурсника. Например, тревога напрямую влияет на состояние сердечно-сосудистой системы студента [см.: 7; 16]. Благополучное решение проблемы, на наш взгляд, в том, насколько внимательно, терпеливо, с пониманием и сочувствием отнесутся к такому студенту сокурсники и преподаватели. Это особенно важно, если принять во внимание возрастную психологию молодого человека. Так И.В. Меньшов в работе «Особенности социальной адаптации первокурсников СПО в процессе внеучебной деятельности» отмечает, что «...в студенческом возрасте очень часто встречается усиленное переживание по поводу своих возможных или имевших место промахов. Учитывая психологические особенности студенческого возраста: повышенное внимание и значение самооценки и оценки других, самоутверждения и др., эти переживания усиливаются, что приводит к повышенной тревожности, беспокойству» [8, с. 50]. С целью подтверждения (или опровержения) этих точек зрения нами было решено провести анкетирование среди студентов одного из факультетов аграрного университета.

Результаты эмпирического исследования по определению уровня выраженности психических состояний студентов младших курсов аграрного вуза представлены на рис. 1. По полученным результатам видно, что средние показатели по данной выборке находятся на среднем уровне. Тревожность

средняя, фрустрация имеет место, агрессивность средняя. Минимальный показатель соответствует агрессивности (8,2 баллов), максимальный – ригидности (11,2 балла). Ригидность у студентов данной выборки может проявляться в трудности и неспособности к изменению поведения в изменившихся условиях, что может сказаться на процессе адаптации их в вузе.

*Рисунок 1.*

*Результаты опроса по методике диагностики самооценки и психических состояний*

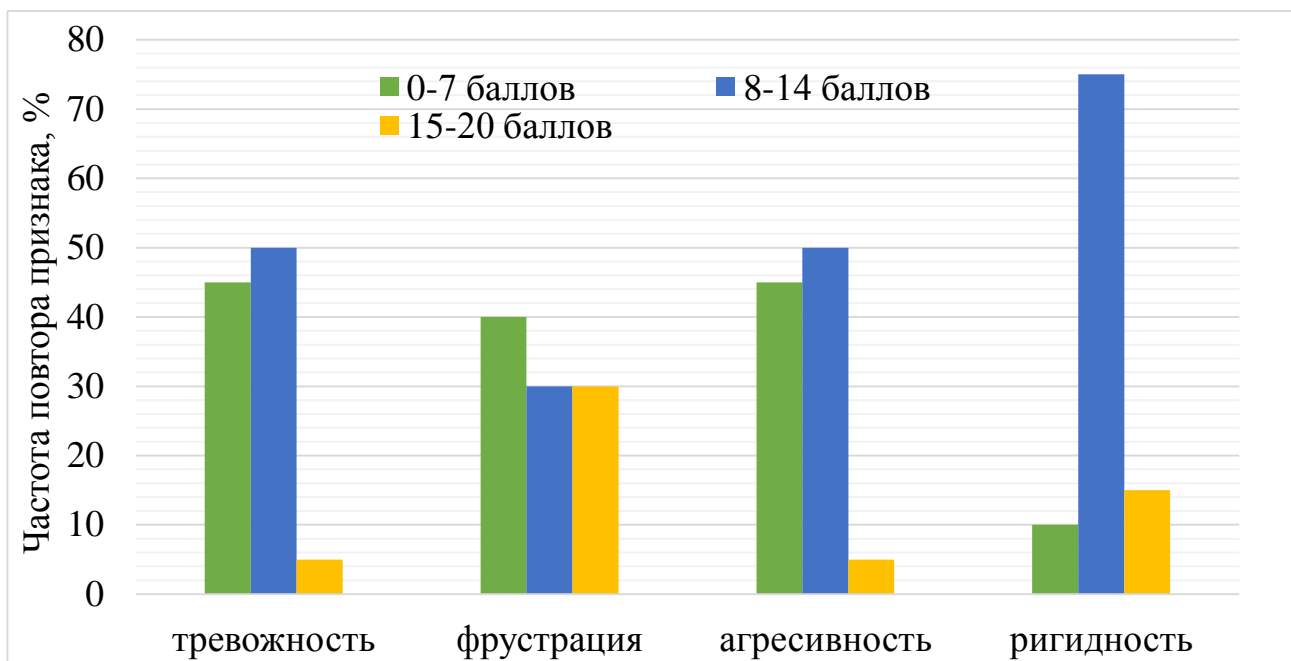


На основании анализа уровня психических состояний у студентов данной выборки был сделан вывод о необходимости более детального исследования каждого из свойств по критерию «частота повторяемости» (рис. 2). По полученным результатам видим, что тревожность, фрустрация и агрессивность находятся на среднем уровне от 40% до 50%. У 5% студентов выявлен высокий уровень тревожности, что свидетельствует о неуверенности в себе, в своих успехах, об эмоциональном дискомфорте, связанном с ожиданием неблагоприятия, 45% имеют низкий уровень тревожности. У 40% студентов выявлена высокая самооценка, они устойчивы к неудачам и не боятся

трудностей. А у 30% – низкая самооценка. Педагогическая практика свидетельствует о том, что наличие слишком высокой и слишком низкой самооценки нарушает процесс взаимодействия во время учебы, создает трудности в самореализации студентов. Это особенно заметно в групповом общении, где такие студенты становятся причиной межличностных конфликтов. Часто они воспринимают происходящее вокруг только негативно, что становится причиной их неприязни к главному источнику своих отрицательных психологических состояний – однокурсникам и преподавателям.

*Рисунок 2.*

*Сравнение результатов опроса по частоте повторяемости психических состояний*



По полученным результатам уровня агрессивности можно проследить следующее: у 5% испытуемых высокий уровень агрессивности, что говорит о враждебности по отношению к окружающим их людям, у них есть трудности в общении и работе в учебной группе. У 45% – низкий, и 50% имеют умеренный уровень агрессивности, что свидетельствует о несдержанности, трудностях в общении с людьми, демонстрации превосходства по отношению к сверстникам. Также выявлено, что 10% имеют высокий уровень ригидности: такие студенты сильно сопротивляются новым для них – учебным условиям. Они, как правило, не способны быстро изменить свое мнение и поведение. У таких студентов



снижается возможность психологически благополучно и быстро адаптироваться в вузе вообще, и в студенческой группе, в частности.

По мнению ряда исследователей, игровая деятельность является наиболее эффективным средством изменения негативных психических состояний студентов. Игра помогает любому студенту справиться с неуверенностью в себе, беспокойством, переживаниями, скованностью в общении. Так Н.Г. Еняшина отмечает, что «... игровая деятельность... даёт положительный эмоциональный настрой и возможность раскрыться каждому участнику... Важен тот факт, что игра даёт психологическую устойчивость, снимает уровень тревожности, вырабатывает активное отношение к жизни и целеустремлённость в выполнении поставленной цели...» [3, с. 84].

В.С. Идиатуллин также подчёркивает, что «... игра – это не только способ адаптироваться, но и показать себя: студент стремится к поставленным задачам, отстаивает свои точки зрения, становится более уверенным в себе» [6, с. 29].

Игра направлена на улучшение взаимодействия членов студенческой группы, что снижает психическое напряжение и тревожность. Здесь важную роль имеет сплочённость студенческой группы, ведь благоприятный психологический климат повышает производительность труда и способствует снятию тревожности в коллективе [см.: 15].

Мы разделяем позицию, согласно которой применение игровых технологий и различных коллективных игр, направленных, в том числе, на сплочение группы во время учебного процесса, содействуют формированию устойчивого чувства «мы», развивают доверие, понимание и принятие индивидуально-психологических качеств сокурсников. Они также поднимают настроение, снимают напряженность, помогают эффективному обучению переключения внимания студента с себя на группу и развивают их лояльность по отношению к себе, группе и среде вуза [см.: 1].

*Результаты* теоретического исследования свидетельствуют о том, что необходимо использование психолого-педагогический подхода в решении задачи проектирования безопасной образовательной среды в современной

высшей школе необходимо. Этот *вывод* подтверждается эмпирической частью исследования. Подтверждается наличие психоэмоционального напряжения студентов аграрного вуза в период их адаптации в вузе. Выявлено, что 75% респондентов имеют среднее значение показателя ригидности. А 10% обладают сильной степенью выраженности данного показателя, что характеризует их способность адаптироваться к новым условиям как слаборазвитую. Такие студенты также характеризуются сильным сопротивлением, неспособностью к изменению поведения, что может стать причиной развития внутренних – личностных, а также межличностных – групповых конфликтов.

Одной из причин таких показателей ригидности является низкий уровень сплоченности группы. При условии применения в учебном процессе игровых технологий, учитывающих профиль вуза, образовательную программу и социально-демографические характеристики обучающихся возможно решение проблемы. Другим условием является использование комплекса учебно-педагогических, психологических и исследовательских мероприятий. В этой связи перспектива дальнейших научных изысканий видится в изучении эмпатических способностей студентов.

### **Список литературы:**

1. Браташова Р.В. Сплоченность студенческой группы как фактор успешной адаптации студентов к обучению в вузе // Вестник МГПУ. Серия: Естественные науки. 2014. № 3 (15). С. 23-30.
2. Габазова В.Ш. Социально-психологическая адаптация первокурсника // Приоритетные модели общественного развития в эпоху модернизации: экономические, социальные, философские, политические, правовые аспекты. Материалы Междун. науч.-практ. конф. (г. Саратов, 25 марта 2016 года). Саратов: ООО «Академия управления», 2016. С. 165-168.
3. Еняшина Н.Г. Формирование студенческого коллектива средствами игровой деятельности // Известия Самарской государственной сельскохозяйственной академии. 2015. № 2. С. 83-86.

4. Жученко О.А. К вопросу о личностных детерминантах адекватности самооценки академических достижений как ресурса стрессоустойчивости студентов // Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности. материалы VI Междун. науч. конф. (г. Кострома, 22-24 сентября 2022 года). Кострома: КГУ, 2022. С. 234-238.

5. Жученко О.А. Самооценка академических достижений студентов аграрного вуза: фронтальный экзамен vs онлайн экзамен // Социальные и гуманитарные науки в цифровую эпоху: монография. Ижевск: ИжГСХА, 2022. С. 108-116.

6. Идиатулин В.С. Дидактические игры на основе тестового контроля // Новые образовательные технологии и педагогические новации в системе высшего образования. Материалы VIII науч.-метод. регион. конф. (г. Ижевск, 28-30 мая 1996 года). Ижевск: ИжГСХА, 1996. С. 29-30.

7. Кораблина А. Д. Исследование тревожности у студентов первого курса медицинского университета // Форум молодых ученых. 2021. № 1(53). С. 133-136.

8. Меньшов И.В. Особенности социальной адаптации первокурсников СПО в процессе внеучебной деятельности // Ученые записки Забайкальского государственного университета. 2014. № 5 (58). С. 47-52.

9. Методика Г. Айзенка «Самооценка психических состояний» [Электронный ресурс] // Государственное казенное учреждение Краснодарского края «Краевой методический центр» [сайт]. 11.05.2022. URL: <http://bit.ly/42HqTx7> (дата обращения: 25.03.2023).

10. Михайлова У.Э. Уровень тревожности и адаптации у городских и иногородних студентов первого курса // Актуальные проблемы современного гуманитарного знания: Материалы II Всерос. науч.-практ. конф. с междун. участием (г. Кемерово, 5 декабря 2018 года). Кемерово: КГУ, 2019. С. 105-108.

11. Морозова О.В. Исследование особенностей социально-психологической адаптации студентов первокурсников к условиям обучения в

вузе // Научные исследования: от теории к практике. 2014. № 1 (1). С. 205-208.

12. Поносов Ф.Н., Малахова О.Н., Жученко О.А. Выбор студентами цифрового образовательного ресурса: психологический аспект // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2021. Т. 10. Вып. 2 (38). С. 158-167.

13. Розенфельд А.С., Рямова К.А. Некоторые аспекты социально-педагогической адаптации студентов первокурсников к образовательной среде вуза // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 6 (160). С. 200-205.

14. Русских И.Т. Исследование адаптации студентов первого курса заочной формы обучения к учебному процессу // Развитие производства и роль агроинженерной науки в современном мире: Материалы Междун. науч.-практ. конф. (г. Ижевск, 16-17 декабря 2021 года). Ижевск: ИжГСХА, 2021. С. 497-502.

15. Русских И.Т. Экспериментальное исследование групповой сплочённости коллектива // Современные достижения селекции растений – производству: Материалы Нац. науч.-практ. конф. (г. Ижевск, 15 июля 2021 года). Ижевск: ИжГСХА, 2021. С. 251-256.

16. Шибкова Я.А. Взаимосвязь агрессивности, тревожности с социальной адаптацией студентов 1 курса к обучению в вузе // Гуманитарный трактат. 2020. № 84. С. 20-21.

### **Сведения об авторах:**

Зайцева Софья Алексеевна – студентка Удмуртского государственного аграрного университета (Ижевск, Россия).

Малахова Ольга Николаевна – кандидат философских наук, доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин Удмуртского государственного аграрного университета (Ижевск, Россия).

Русских Ирина Таировна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры математики и физики Удмуртского государственного аграрного университета (Ижевск, Россия).

**Data about the authors:**

Zaitseva Sophia Alekseevna – student of Izhevsk State Agricultural University (Izhevsk, Russia).

Malakhova Olga Nikolayevna – Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor of Social and Humanitarian Disciplines Department, Izhevsk State Agricultural University (Izhevsk, Russia).

Russkikh Irina Tairovna – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Mathematics and Physics Department, Izhevsk State Agricultural University (Izhevsk, Russia).

**E-mail:** [zaithevasofia95493@gmail.com](mailto:zaithevasofia95493@gmail.com).

**E-mail:** [olgamlkhv19@gmail.com](mailto:olgamlkhv19@gmail.com).

**E-mail:** [rit19861990@mail.ru](mailto:rit19861990@mail.ru).