

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кафедра теории и методики профессионального образования

И.В. Никулина

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
СТУДЕНЧЕСКОГО ВОЗРАСТА**

Учебное пособие

Самара
Издательство «Универс групп»
2009

*Печатается по решению Редакционно-издательского совета
Самарского государственного университета*

УДК 37.015.3

ББК 88.37

Н65

Рецензент к.х.н. Н.В. Соловова

Редактор д.п.н., профессор Т.И. Руднева

Никулина, И.В.

Н65 Психологические особенности студенческого возраста :
учебное пособие / И.В. Никулина. – Самара : Изд-во «Уни-
верс групп», 2009. – 100 с.

ISBN 978-5-467-00194-4

Учебное пособие призвано помочь преподавателям СамГУ в анализе собственной педагогической деятельности, связанной с индивидуализацией процесса обучения. В учебном пособии представлен материал для проведения преподавателем исследования, объектом которого является студент. Это информация для выбора способов подачи учебного материала различным категориям студентов и организации их деятельности, способов организации учебно-воспитательного процесса с учетом индивидуально-психологических особенностей студентов.

УДК 37.015.3

ББК 88.37

ISBN 978-5-467-00194-4

© Никулина И.В., 2009

© Самарский государственный университет»,
2009

Содержание

Введение.....	4
Общая характеристика студенческого возраста	4
Особенности познавательной деятельности в студенческом возрасте.....	9
Пики в развитии познавательных процессов	10
Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентов	13
Особенности развития личности в студенческом возрасте	31
Овладение социальными ролями взрослого человека. Развитие идентичности студента.....	34
Типология личности студента.....	37
Влияние индивидуально-типологических особенностей студентов на успешность обучения в вузе (особенности нервной системы, темперамент, характер).....	47
Влияние способностей студентов на успешность овладения профессиональной деятельностью	73
Эмоционально-волевые процессы в деятельности студентов.....	75
Адаптация студентов к обучению в вузе.....	96
Рекомендуемая литература.....	100

Введение

Одна из главных целей современного высшего образования состоит в том, чтобы посредством различных форм, методов обучения и воспитания подготовить студента к плодотворному творческому участию в жизни общества и профессиональной деятельности. Современный специалист должен не только адаптироваться к стремительным социальным переменам, но и уметь практически оценить происходящее и наметить пути дальнейших преобразований в сфере профессиональной деятельности и в своей жизни. Следовательно, высшее образование должно создавать условия для формирования свободной личности, общения, понимания других людей.

В контексте такого понимания целей высшего образования преподаватели должны создавать условия и выбирать такие средства и образовательные технологии, которые обеспечат личностный рост обучаемых и самоактуализацию субъектов взаимодействия. В этой связи выдвигаются высокие требования к психолого-педагогической подготовке и переподготовке преподавательских кадров для высшей школы. С целью осуществления такой подготовки и переподготовки разработано данное учебное пособие, которое поможет преподавателю проанализировать собственную деятельность, и, если возникнет желание и необходимость, самостоятельно заняться ее коррекцией в целях достижения высшего уровня педагогического мастерства.

Общая характеристика студенческого возраста

Термин «студент» латинского происхождения, в переводе на русский язык означает «усердно работающий, занимающийся», т.е. овладевающий знаниями. Студент как человек определенного возраста и как личность может характеризоваться с трех сторон:

1) с психологической, которая представляет собой единство психологических процессов, состояний и свойств личности. Главное в психологической стороне – психические свойства (направленность, темперамент, характер, способности), от которых зависит протекание

психических процессов, возникновение психических состояний, проявление психических образований. Однако, изучая конкретного студента, надо учитывать вместе с тем особенности каждого данного индивида, его психических процессов и состояний.

2) с социальной, в которой воплощаются общественные отношения, качества, порождаемые принадлежностью студента к определенной социальной группе, национальности и т.д.

3) с биологической, которая включает тип высшей нервной деятельности, строение анализаторов, безусловные рефлексы, инстинкты, физическую силу, телосложение, черты лица, цвет кожи, глаз, рост и т.д. Эта сторона в основном предопределена наследственностью и врожденными задатками, но в известных пределах изменяется под влиянием условий жизни.

Изучение этих сторон раскрывает качества и возможности студента, его возрастные и личностные особенности. Так, если подойти к студенту как к человеку определенного возраста, то для него будут характерны наименьшие величины латентного периода реакций на простые, комбинированные и словесные сигналы, оптимум абсолютной и разностной чувствительности анализаторов, наибольшая пластичность в образовании сложных психомоторных и других навыков. Сравнительно с другими возрастами в юношеском возрасте отмечается наивысшая скорость оперативной памяти и переключения внимания, решения вербально-логических задач и т.д. Таким образом, студенческий возраст характеризуется достижением наивысших, «пиковых» результатов, базирующихся на всех предшествующих процессах биологического, психологического, социального развития.

Если же изучить студента как личность, то возраст 18-20 лет – это период наиболее активного развития нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера и, что особенно важно, овладения полным комплексом социальных ролей взрослого человека: гражданских, профессионально-трудовых и др.

С этим периодом связано начало «экономической активности», под которой демографы понимают включения человека в самостоя-

тельную производственную деятельность, начало трудовой биографии и создание собственной семьи. Преобразование мотивации, всей системы ценностных ориентаций, с одной стороны, интенсивное формирование специальных способностей в связи с профессионализацией – с другой, выделяют этот возраст в качестве центрального периода становления характера и интеллекта. Это время спортивных рекордов, начало художественных, технических и научных достижений.

Студенческий возраст характерен и тем, что в этот период достигаются многие оптимумы развития интеллектуальных и физических сил. Но нередко одновременно проявляются «ножницы» между этими возможностями и их действительной реализацией.

Непрерывно возрастающие творческие возможности, развитие интеллектуальных и физических сил, которые сопровождаются и расцветом внешней привлекательности, скрывают в себе и иллюзии, что это возрастание сил будет продолжаться «вечно», что вся лучшая жизнь еще впереди, что всего задуманного можно легко достичь.

Время учебы в вузе совпадает со вторым периодом юности или первым периодом зрелости, который отличается сложностью становления личностных черт – процесс, проанализированный в работах таких ученых, как Б.Г. Ананьев, А.В. Дмитриев, И.С. Кон, В.Т. Лисовский, З.Ф. Есарева и др. Характерной чертой нравственного развития в этом возрасте является усиление сознательных мотивов поведения. Заметно укрепляются те качества, которых не хватало в полной мере в старших классах – целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива, умение владеть собой. Повышается интерес к моральным проблемам (цели, образу жизни, долгу, любви, верности и др.).

Вместе с тем специалисты в области возрастной психологии и физиологии отмечают, что способность человека к сознательной регуляции своего поведения в 17-19 лет развита не в полной мере. Нередки немотивированный риск, неумение предвидеть последствия своих поступков, в основе которых могут быть не всегда достойные мотивы. Так, В.Т. Лисовский отмечает, что 19-20 лет – это возраст

бескорыстных жертв и полной самоотдачи, но и нередких отрицательных проявлений.

Юность – пора самоанализа и самооценок. Самооценка осуществляется путем сравнения идеального «я» с реальным. Но идеальное «я» еще не выверено и может быть случайным, а реальное «я» еще всесторонне не оценено самой личностью. Это объективное противоречие в развитии личности молодого человека может вызвать у него внутреннюю неуверенность в себе и сопровождается иногда внешней агрессивностью, развязностью или чувством непонятности.

Основные психологические особенности студенческого возраста:

Ранняя юность (14-18 лет)

- формируется самосознание – представление о себе самом, самооценивание своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств;
- происходит соотношение себя с идеалом, появляется возможность самовоспитания;
- возрастает волевая регуляция;
- возрастает концентрация внимания, объем памяти, сформировалось абстрактно-логическое мышление;
- появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах;
- формируется мировоззрение;
- максимализм суждений (увлечение псевдонаучными теориями, разработка собственных теорий);
- стремление к самоутверждению своей независимости, оригинальности;
- пренебрежение к советам старших;
- критиканство, проявление недоверия;
- рационализм, практицизм;
- появляется стремление к самоуправлению, новому осмыслению всего окружающего, происходит жизненное определение человека, приобретает определенная степень психологической зрелости;

- стремление приобрести профессию – основной мотив познавательной деятельности;
- отсутствие подлинной самостоятельности, подверженность влиянию сверстников, повышенная внушаемость и конформизм по отношению к сверстникам;
 - завершено половое созревание;
 - возникает первое чувство любви, дружбы;
 - происходит существенная перестройка эмоциональной сферы;
 - недостаточное осознание последствий своих поступков.

Основные психологические особенности студенческого возраста:

Поздняя юность (18-25 лет)

- зрелость в умственном, нравственном отношении;
- сложившееся мировоззрение;
- смелость, решительность;
- способность к увлечениям;
- самостоятельность;
- критичность и самокритичность;
- сохранение максимализма и критичности;
- пик интеллектуальных и познавательных возможностей;
- принятие ответственных решений: выбор и овладение профессией, выбор стиля и своего места в жизни;
 - выбор спутника жизни, создание семьи.

Задания для размышления:

1. Какие основные психологические особенности студенческого возраста учитываются Вами в процессе профессиональной деятельности?

2. Какие, на Ваш взгляд, психологические особенности обучающегося необходимо выявить и учитывать для успешной организации процесса обучения и воспитания?

Особенности познавательной деятельности в студенческом возрасте

Как правило, именно в студенческом возрасте достигают максимума в развитии высшие психические функции: восприятие, внимание, память, мышление, речь, эмоции и чувства. Этот факт позволил Б.Г. Ананьеву сделать вывод о том, что данный период жизни максимально благоприятен для обучения и профессиональной подготовки. В этот период происходит активное формирование индивидуального стиля деятельности [7]. Преобладающее значение в познавательной деятельности начинает приобретать абстрактное мышление, формируется обобщенная картина мира, устанавливаются глубинные взаимосвязи между различными областями изучаемой реальности.

Если преподаватель не развивает именно эти способности, у студента может закрепиться навык полумеханического запоминания изучаемого материала, что ведет к росту показной эрудиции, но тормозит развитие интеллекта. Результаты специальных исследований показывают, что у большинства студентов уровень развития таких интеллектуальных операций, как сравнение, классификация, определение, весьма невысок [1]. Преподавателю зачастую приходится прилагать большие усилия, чтобы преодолеть школярское отношение к учебе: ориентацию только на результат интеллектуальной деятельности и равнодушие к самому процессу движения мысли.

Лишь немного более половины студентов повышают показатели интеллектуального развития от первого курса к пятому, и, как правило, такое повышение наблюдается у слабых и средних студентов, а лучшие студенты часто уходят из вуза с тем же уровнем интеллектуальных способностей, с которым пришли [1].

Студенческий возраст – возраст достаточно высокого уровня развития познавательных процессов. Для студенческого возраста характерно:

- устойчивость внимания;

- способность слушать и наблюдать демонстрируемые предметы и явления;
- умение следить за логически развивающейся мыслью лектора;
- развитое воображение, способное дать им конкретное представление об описываемых в лекциях предметах и явлениях, машинах, приборах, а также методах и приемах работы;
- хорошо развита словесно-логическая память;
- имеется склонность к размышлениям, рассуждениям, к поискам решения научных проблем, как в процессе слушания лекций, так и в процессе выполнения самостоятельной работы.

Пики в развитии познавательных процессов

Исследования по изучению интеллектуального развития студентов показали, что более благоприятные условия для умственного развития в вузе имели слабые и средние по уровню интеллектуального развития студенты: к пятому курсу их стало в 2,2 раза меньше. Для сильных студентов благоприятных условий для умственного развития не было создано, уровень их интеллектуального развития к пятому курсу не повысился.

Исследование возрастных изменений внимания (18 -21 год) показало, что в качестве центральных свойств выступают объем и устойчивость.

У 18-летних студентов хорошо развиты: объем, переключение, концентрация, избирательность. Наиболее в этом возрасте развита устойчивость внимания (способность определенное время сосредотачиваться на одном и том же объекте).

У 19-летних студентов устойчивость внимания несколько ниже, чем у 18-летних.

У 20-летних студентов уровень концентрации внимания повышается, а уровень переключения снижается.

У 21-летних студентов показатель объема внимания повышается, наименее развиты в этом возрасте такие свойства внимания как переключение и устойчивость.

Точки наивысшего развития внимания 22 года, 24 года, 26 лет, тогда как уровень развития мышления в эти годы падает.

Самое общее, что характеризует развитие мышления с возрастом – это повышение возможностей оперировать отвлеченными понятиями. Как показали исследования, в университет попадают молодые люди, уровень интеллектуального развития которых совпадает в среднем с разрядом «хорошая норма», а у выпускников этот показатель поднимается до разряда «высокий интеллект».

Исследования показывают: в возрасте от 18 до 25 лет мышление имеет более высокие по уровню показатели, тогда как внимание низкие. Точки наивысшего подъема в мышлении в 20 лет, 23 года, 25 лет. Уровень развития внимания в эти годы понижается.

Наивысший уровень развития логического мышления достигают 20-летние студенты, на втором месте 25-летние, на третьем – 19-летние.

Изучение памяти у 18-21-летних студентов показало, что память и ее виды в этом возрасте развиваются разнонаправленно. Высокий уровень мнемической функции сочетается обычно с более равномерным развитием различных процессов и видов памяти, что не исключает больших индивидуальных различий. Шкальные оценки памяти у юношей выше оценок памяти девушек [1].

Исследователи методом анкетирования выяснили, какими приемами пользуются студенты для улучшения своей памяти, оказалось, что 56% из них пользуются самыми примитивными способами: повторяют одно и то же несколько раз. И, что самое неожиданное, по данным эксперимента студенты не хотят изменять приемы запоминания.

По данным комплексных исследований пик в развитии памяти наступает в возрасте 19 лет, снижение памяти начинается с 31 года. Объем кратковременной памяти по слуховой модальности у 20-

летних студентов находится на одном уровне с 19-летними и незначительно выше у 24-летних.

Исследования, проведенные под руководством Б.Г. Ананьева показали, что лишь у 14,2% людей в возрасте 18-35 лет наблюдаются периоды застоя в психическом развитии, причем длительность их не превышает 2-3 лет. Для подавляющего большинства это возраст интенсивного развития.

Студенческий возраст характеризуется достижением наивысших «пиковых» результатов, базирующихся на всех предшествующих процессах биологического, психологического, социального развития.

В возрасте 14-18 лет возрастает концентрация внимания, объем памяти, сформировалось абстрактно-логическое мышление.

В возрасте 18-25 лет зрелость в умственном развитии, пик интеллектуальных и познавательных возможностей.

Для успешного обучения в вузе необходим довольно высокий уровень интеллектуального развития. Для успешного овладения **гуманитарными** профессиями в вузе человек должен обладать ярко выраженным вербальным типом интеллекта. **Гуманитарии** должны характеризоваться широтой познавательных интересов, эрудированностью, хорошо владеть языком, иметь богатый словарный запас, уметь правильно его использовать, точно соотносить конкретные и абстрактные понятия и иметь в целом высокоразвитое абстрактное мышление.

Молодые люди, претендующие на поступление на **естественные факультеты**, должны обладать: высокоразвитым логическим и абстрактным мышлением; способностью произвольно управлять собственными мыслительными процессами, т.е. быстро и активно сосредотачиваться на интересующем объекте, полностью отвлекаясь от всего остального. Последнее возможно лишь при наличии высокой степени концентрации внимания. Строгость и логичность суждений у них должны быть безупречны.

Студенты **естественных** специальностей отличаются повышенной серьезностью и независимостью суждений. Однако им присущ низкий уровень социабельности, т.е. недостаточно развитое умение

общаться с людьми. Обнаружена еще одна характерная черта личности студентов этих специальностей – самооценочные суждения у них (особенно о своих социальных свойствах) в основном неадекватны. Себя они знают плохо и в этом плане нуждаются в помощи.

Ведущие компоненты в структуре умственных способностей **будущих инженеров** – высокий уровень развития пространственных представлений и быстрота сообразительности, необходимость иметь высокий уровень невербального, т.е. действенно-практического интеллекта.

По экспериментальным данным оказалось, что пространственные представления достигают высокого уровня развития уже у первокурсников. Этот уровень является индивидуальным максимумом к моменту поступления в технический вуз и в процессе обучения развивается очень незначительно. Значит, при поступлении в технический вуз абитуриент должен обладать высокой способностью к пространственным представлениям. Очевидно, это качество больше зависит от природных свойств индивида в отличие от других умственных способностей, например, понятливости, сообразительности и т.п.

Задания для размышления:

1. Каковы, на Ваш взгляд, особенности развития познавательной сферы в студенческом возрасте?
2. Какими психологическими качествами, на Ваш взгляд, должны обладать студенты гуманитарных, естественнонаучных и инженерных специальностей?

Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентов

Главной задачей преподавателя на занятиях является организация познавательной деятельности студентов. Рекомендации по управлению познавательными процессами студентов представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1

Деятельность преподавателя по активизации познавательной
деятельности студентов на занятиях

Непродуктивно	Продуктивно
<ul style="list-style-type: none"> • проблемная ситуация ставится, но решается самим преподавателем; • преподаватель мгновенно сам отвечает на поставленный им активизирующий вопрос; • приемы познавательной деятельности не подчеркиваются и не осознаются преподавателем; • даются только самые общие рекомендации («работать», «быть внимательным»), перечисляются номера задач и заданий; • отсутствие приемов активизации деятельности или неумелое их использование; • частые паузы в ожидании тишины; • активность преподавателя превышает студенческую; • однообразии способов активизации познавательной деятельности; • деятельность носит репродуктивный характер; • активно работает один у доски или сам преподаватель. 	<ul style="list-style-type: none"> • проблемная ситуация ставится и решается совместно со студентами; • активизирующий вопрос приводит к диалогу, дискуссии; • подчеркиваются приемы познавательной деятельности; • анализ конкретных ситуаций, игровые ситуации, соревнование; • подчеркивание важности информации для жизни, профессии, развития; • организация групповой и парной работы; • целенаправленная ошибка; • размышление вслух; • выступления учащихся и студентов с докладами; • удачная пауза, дающая время на обдумывание; • активность студентов, учащихся превышает активность преподавателя; • разнообразие методов активизации деятельности; • использование обучающих и контролирующих программ, работа с ЭВМ; • стимулирование задавания вопросов студентами; • активно работает большинство.

Таблица 2.

Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентами на занятиях

Ощущение	Восприятие
<p>Необходимо помнить, что условия, в которых осуществляется учебная деятельность (освещение, окраска помещения, уровень звукового давления, температура в помещении) влияют на работоспособность студентов.</p> <p>1. Оптимальный уровень освещенности 100 люкс, благоприятный 30 люкс. Положительно на работоспособность влияет равномерно-рассеянное освещение, особенно ярко свет, мигающий свет.</p>	<p>1. Эффективность восприятия информации зависит от скорости ее поступления.</p> <p>Если скорость входной информации превосходит возможности человека по ее приему и переработке, т.е. его пропускную способность, то это приводит к возрастанию потерь входной информации. Пример: когда поток информации становится слишком большим и продолжается длительное время, нарушаются структурно-логические связи между отдельными блоками информации, искажается ее общий смысл и наступает срыв в учебно-познавательной деятельности обучаемого.</p> <p>С другой стороны, эффективность учебно-познавательной деятельности снижается при недостатке информации. Возникает явление, сходное с утомлением: снижается эмоциональный тонус, развивается сонливость, увеличивается количество ошибочных действий при решении учебных задач.</p> <p>2. Закон Вебера – Фехнера.</p> <p>По мере возрастания величины раздражителя, интенсивность его восприятия изменяется пропорционально логарифму раздражения. Чрезмерная величина раздражителя (информационное воздействие) приводит к снижению чувствительности анализатора человека и неадекватному восприятию информации.</p> <p>3. Одним из средств повышения эффективности восприятия учебной информации является чередование каналов ее передачи (аудиальный, визуальный, кинестетический).</p>

<p>Светлые и теплые тона в окраске помещения повышают уровень его освещенности, что, в свою очередь, положительно влияет на сохранение высшего уровня работоспособности студентов.</p> <p>2. Оптимальная для эффективной работоспособности температура в помещении 19-20 градусов.</p>	<p>4. Кроме того, необходимо учитывать процесс ожидания при восприятии: пример: голос лектора достаточно четок, у аудитории не возникает трудностей в различении слов, но вот назван совершенно новый для слушателей термин или незнакомая фамилия. В аудитории возникает шум, лектора просят повторить, сказать по буквам, написать на доске. Пример: не узнаете по телефону голос человека, вероятность звонка которого очень мала. Пример: ожидаете кого-н., принимаете встречного за того, кого ждете, но потом вы понимаете, что ошиблись. Из приведенных примеров следует вывод:</p> <p>чем меньше слушатель ждет того или иного сигнала, тем большая четкость требуется от этого сигнала, чтобы он был принят неискаженным.</p> <p>Для использования незнакомого термина студентам недостаточно та четкость, которая вполне пригодна для основного текста лекции – избыточное в нем слово может быть восстановлено по контексту: оно ожидается слушателем еще до того, как произнесено лектором.</p>
<p>3. Оптимальная интенсивность шума в аудитории 40 дБ. При шуме, интенсивность которого выше 60 дБ, происходит снижение работоспособности.</p>	<p>5. Преподаватель, демонстрируя что-л. на экране, полагает, что все учащиеся видят одно и то же – именно то, что он показывает. На самом деле это не всегда так. Чем более неожиданным является показываемое человеку изображение, чем труднее оно осознается, тем больше времени нужно дать на его рассматривание.</p> <p>Демонстрируя в аудитории то или иное изображение, преподаватель должен учитывать, чем является оно для данной аудитории – ожидаемым с высокой вероятностью или неожиданным, существенным или малозначимым. Восприятие будет в этих случаях различным. Различным должны быть и манера, темп его демонстрации.</p>

Продолжение таблицы 2.

Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентов на занятиях

Представления	Внимание
<p>1. Нецелесообразно ставить преждевременные задачи, требующие свободного, не имеющего опоры в восприятии оперирования представлениями. Для того, чтобы добиться такого оперирования представлениями, студенту необходимо сформировать на основе соответствующих перцептивных образцов представление определенного типа и иметь практику оперирования этими представлениями.</p> <p>2. Важным этапом развития представлений является переход от их произвольного возникновения к умению произвольно вызывать у себя представления.</p>	<p>Приемы удержания внимания и интереса студентов во время лекции</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прямое включение (говорить «по делу», не использовать излишне обобщенные фразы и т. д.). • Экспрессия (использование неожиданных лексических средств, фразеологизмов). «Красноречие есть искусство управлять умами» (Платон). • Неожиданность (предоставление неожиданной информации). • Провокация (вызов реакции несогласия с представленной информацией). • Гипербола (преувеличить значение информации, а затем – возвратиться к ней позже, но без преувеличений). • Прогнозирование (опираясь на факты, нужно сделать прогноз событий, чтобы подчеркнуть необходимые ценностные ориентации, определенные интересы, требования, пожелания). • Сопоставление мнений «за» и «против» (ознакомить с мнениями «за» и «против», а затем – аргументация). • Апелляция к авторитету (авторитет слушателей, авторитет опыта и науки). • Сопереживание (увлекательное, подробное описание событий, обращенных к опыту слушателей).

	<ul style="list-style-type: none">• Внесение элементов неформальности (учитывая предмет речи, рассказать аудитории о собственных заблуждениях, предрассудках, ошибках и их последствиях).• Драматизация (наглядно и увлекательно, сознательно драматизируя, изобразить обогащающие тему события, чтобы слушатели могли отождествить себя с ситуацией).• Юмор. Привести смешные парадоксальные примеры, разбавляя повествование веселыми шутками, забавными историями из жизни. При чтении учебной лекции даже по самому сложному, абстрактному предмету допустимы шутки, иронические замечания лектора, но в ответствии, безусловно, с содержанием.• Купирование пиков внимания, которые наступают через каждые 15 -20 минут.
--	--

Продолжение таблицы 2.

Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентами на занятиях

Память	Воображение
<p>1. Внимание – резец памяти: чем оно острее, тем глубже следы. Чем больше желания, заинтересованности в новых знаниях, тем лучше информация запоминается.</p> <p>2. Приступая к запоминанию, поставьте перед собой цель – запомнить надолго, лучше – навсегда. Установка на длительное сохранение информации обеспечит условия для лучшего запоминания.</p> <p>3. Откажитесь от зубрежки в пользу осмысленного запоминания / запоминания по смыслу. Для этого нужно: 1) понять; 2) установить логику изложения или логику следования излагаемых событий; 3) соответственно разбить материал на логические куски и найти в каждом из них «ключевую фразу», или «опорный момент».</p> <p>4. Воспользуйтесь эффектом Зейгарник: запоминается лучше та задача, решение которой не удалось довести до конца, чем та, которую благополучно решили.</p> <p>5. Лучше два раза прочесть и два раза воспроизвести, чем пять раз читать без воспроизведения.</p> <p>6. Начиная повторять материал по «горячим следам», лучше перед сном и с утра.</p> <p>7. Учитывайте «правило края»: обычно лучше запоминаются начало и конец информации, а середина «выпадает».</p>	<p>У студентов профессиональное воображение развивается на основе накопления знаний и представлений. Сильное и точное воображение формируется в процессе творческой деятельности, связанной с активностью памяти, мышления, воли. Когда психические процессы протекают активно, когда прилагаются определенные усилия к тому, чтобы изменить уже накопленный опыт, тогда возникают благоприятные условия для развития воображения.</p> <p>Развитию воображения способствуют:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Образные выражения; • Пословицы; • Умение сближать различные факты;

<p>8. Настоящая мать учения не повторение, а применение.</p> <p>9. Иногда используйте мнемотехнику – искусственные приемы запоминания. Например, бессмысленные слоги «ри-ка-ку-по-лу-ша» можно запомнить, связав их в искусственное предложение «Присказку послушай».</p> <p>Рекомендации студентам по развитию профессиональной памяти.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. В учебной деятельности важно не только и не столько быстро читать, сколько усваивать материал, сохранять в памяти. Память прекрасно тренируема и управляема. Однако прежде чем ее развивать, подумайте, какая именно память вам нужна: на идеи, на логику изложения материала, на схемы и формулы. Это разные виды памяти, и развивать их надо по-разному. 2. Наблюдая за собой, выясните, как вам легче запомнить информацию – если вы ее видите, слышите или записываете. В дальнейшем постарайтесь так организовать работу, чтобы максимально использовать ведущий тип своей памяти. 3. Если у вас хорошая зрительная память, то хорошо запоминаются рисунки, расположение информации на странице, цвет и т.д. Помогите себе, выделяя цветными карандашами отдельные места конспекта, обводя рамками, делая значки, пометки на полях, представляя зрительно отдельные аспекты текста. 4. При хорошей слуховой памяти лучше запоминается звучащая речь. Используйте эту особенность, выделяя интонацией, тембором голоса отдельные места текста, слушая его в записи на магнитофоне, рассуждая вслух. 	<ul style="list-style-type: none"> • Умение анализировать и связывать разные впечатления и представления и создание на их основе новых образов; • Несомненно польза от чтения и разбора художественной литературы; • Изучение жизни и деятельности выдающихся ученых в области избранной профессии. <p>Рекомендации студентам</p> <p>«Как пользоваться своим воображением».</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воображение – сильное оружие против многих собственных проблем. Но этим оружием можно и самому пораниться. 2. Чтобы избавиться от навязчивого образа, порожденного нашей фантазией или всплывающего в нашей памяти, не нужно пытаться подавить его, а нужно выгнать его из памяти, заменив другим. Ведь запрещать себе не думать о чем-то неприятном – все
---	---

<p>5. В случае памяти на движение помогает повторная сокращенная запись запоминаемого материала, например выводов, основных положений текста, рисование таблиц, графиков, схем, а при выполнении лабораторных работ лучше все потрогать и проделать самому.</p> <p>6. Наряду с использованием ведущего типа памяти, специально позаботьтесь и о развитии отстающих, так как при многих видах профессиональной деятельности они также могут потребоваться.</p> <p>7. Использование приемов логического, осмысленного запоминания в несколько раз повышает продуктивность деятельности. Например, при запоминании лекции, глав учебника особенно действенным является составление плана текста. Это позволит вам не только раскрыть основные аспекты содержания, но и запомнить логику – целесобразную связь отдельных частей материала.</p> <p>8. Постарайтесь с первого курса развивать память на то, что непосредственно касается вашей будущей профессии. Это и основной круг идей данной отрасли знаний, и методы, и наиболее интересные факты, и фамилии ведущих специалистов области и т.д. При этом лучше не ждать, что запомнится само, а специально стараться запомнить нужное.</p> <p>9. Установка на запоминание, особенно длительное, положительное сказывается на прочности и точности сохранения материала в памяти. Прикажите себе запомнить надолго, а не так, как нерадивый студент, спешно «набивающий» себе голову информацией непосредственно перед экзаменом с единственной задачей – удержать выученное на один–два дня.</p>	<p>равно, что тушить костёр керосином.</p> <p>3. Избегайте давать воображению полную свободу. Не приучайтесь следовать за своим воображением, а учитесь управлять им.</p> <p>4. Тренируйте способность целенаправленно вызывать четкий зрительный образ, например так: посмотрите на стакан с водой, закройте глаза, корректируйте образ вплоть до совпадения с конкретным восприятием.</p> <p>5. Богатое, яркое, сочное воображение нам необходимо в жизни. Бывая на природе, у реки, в лесу, запоминайте, какое наслаждение вы испытываете от обстановки. Дома, когда устанете, сядьте в кресло на несколько минут, закройте глаза и попытайтесь вызвать эти образы реки, леса, чтобы вновь пережить тот покой и то блаженство. И вы отлично отдохнёте.</p>
---	---

10. Любая информация запоминается лучше, если в ней намечены какие-то спорные моменты – ориентиры. И как по камушкам переходят реку, так и по этим ориентирам потом легче воспроизвести содержание. При запоминании текста выделяйте «смысловые опорные пункты», которые легко запоминаются, но с которыми тесно связаны целые фрагменты материала. Это может быть крылатая фраза, яркая цитата, пример, идея и т.д.

11. Материал запоминается произвольно, т.е. легко и без затрат специальных усилий, если он является целью какой-либо поисковой деятельности. Например, если вы задались вопросом и нашли ответ на то, что долго искали, или нашли подтверждение гипотезы, которую вы сами выдвинули, то это запомнится само собой. Отсюда вывод – организуйте свою деятельность так, чтобы предмет запоминания, являлся целью этой деятельности. Например, ищите, выделяйте в тексте наиболее важные его положения – и они запомнятся, делите текст на части, анализируйте связи между ними – и запомнится логика текста и т.д.

12. При повторении курса лекций, запоминайте материал по отдельным темам или даже вопросам, не забывая повторить связь между ними. Именно тогда в голове укладывается система знаний, которая гораздо эффективнее, чем разрозненные обрывки.

13. В процессе развития памяти старайтесь не использовать стихийно сложившиеся мнения, механическое зазубривание, а применяйте научно обоснованные методы сознательной и рациональной организации развития памяти и поиск новых приемов.

14. Предпосылкой хорошей памяти являются осознание человеком своей деятельности и разграничение информации на ту, которая решающим образом помогает скорейшему достижению своих целей, и на менее существенную информацию. Начиная любое дело с четкой и ясной формулировки его цели; определите, какая информация может оказать решающее воздействие на ее достижение, и сконцентрируйтесь на ней.

15. Прочному запоминанию способствует многомодалность восприятия, т.е. запоминаемый текст читается (зрительно), проговаривается и прослушивается. Везде, где это возможно, постарайтесь использовать для приема и обработки запоминаемой информации сразу несколько органов чувств.

16. Не очень осмысленную вами информацию, которую, тем не менее, надо запомнить, можно удерживать с помощью ассоциативных приемов мнемотехники, суть которых в том, что новое связывается с известным не прямо, а через цепочку дополнительных промежуточных ассоциаций (помните цвета спектра – «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан»). Везде, где трудно запомнить прямо, найдите дополнительный связующий мостик. Такими «связующими мостиками» являются буквальное «узелки» на память, завязываемые многими на носовом платке. В течение дня человек неизбежно пользуется носовым платком, а там – узелок, «напоминающий», что нужно не забыть сделать определенное дело.

17. Память будет работать прекрасно, если наряду с имеющимися приемами вы будете придумывать все новые, адекватные различным видам информации. Если такая работа привычна для вас, то с каждым годом память будет становиться все более продуктивной.

Деятельность преподавателя по управлению познавательными процессами студентов на занятиях

Мышление	Межполушарная асимметрия
<p>Рекомендации студентам: «Как решать мыслительные задачи»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Четко уясните, каковы условия задачи, ибо решение задачи означает установление не явного отношения между ними. Точно определите границы того, что Вам известно. Чаще всего ошибки решения коренятся в неправомерном суждении или расширении рамок поиска условий. 2. Попробуйте переформулировать вопрос задачи. 3. Уясните, какой именно информации Вам не хватает для ответа на вопрос задачи. Подумайте, как можно найти эту информацию. 4. В творческих задачах наиболее очевидный способ решения обычно не бывает лучшим. Не спешите. 5. Попробуйте взглянуть на задачу иначе. Анализируйте свои неудачные подходы к решению, ответьте себе: не шаблонны ли эти подходы? В чем их стереотипность? Почему они не годятся? 	<p>Функциональная асимметрия больших полушарий головного мозга – это характеристика различного распределения психических функций между левым и правым полушарием. От доминирования полушарий или одинаковой развитости их зависят черты личности, стиль поведения, образ мышления. Принципиальные различия в работе полушарий заключаются в способе восприятия, переработки и воспроизведения информации. Функцией левого полушария является оперирование вербально-знаковой информацией, восприятие логических символов. Точность восприятия обеспечивает левое полушарие, целостность – правое. Правое полушарие отвечает за восприятие одновременное и целостное, с помощью левого воспринимаются отдельные детали, части элементов. Переработку информации левое полушарие осуществляет аналитически последовательно, правое одновременно и целостно.</p>

<p>6. Используйте свое подсознание. Если Вы долго ломаете голову над задачей, погрузились в неё, но решить так и сумели, отвлекитесь от решения задачи, не думайте о ней какое-то время, займитесь чем-нибудь другим. Ваше подсознание само будет работать над проблемой и, возможно, выдаст наилучший результат.</p> <p style="text-align: center;">«Как развивать свой ум».</p> <p>1. Помните: ум нельзя свести к размеру памяти, скорости мышления, объёму знаний. Ум – это и ответственность за свои решения и поступки. Мыслит не мозг, а человек – посредством мозга.</p> <p>2. Немногие умы гибнут от перегрузки, больше умов ржавеет от неостребованности. Пользуйтесь любой возможностью, чтобы «пошевелить извилинами».</p> <p>3. Упорство и настойчивость могут компенсировать недостаточную скорость мышления. Низкий уровень интеллекта – это не клеймо на человеке.</p> <p>4. Анализируйте – себя, других людей, ситуации, явления. Все время ставьте перед собой вопросы: Почему? Как? А могло быть иначе? В чем причины? Каковы возможные последствия? И отвечайте на них, делайте выводы.</p>	<p>Чисто правополушарных людей на планете – 25 %, левополушарных – 25%, 50% – амбидекстры (в равной степени развито и правое и левое полушарие). Правое полушарие отвечает за функционирование левой части тела, левое – правой части тела.</p> <p style="text-align: center;">Специализация полушарий</p>												
	<table border="1"> <tr> <td style="text-align: center;">Левое</td> <td style="text-align: center;">Правое</td> </tr> </table>	Левое	Правое										
Левое	Правое												
	<table border="1"> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Восприятие:</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Дискретное</td> <td style="text-align: center;">Целостное</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Аналитико-рассудочное</td> <td style="text-align: center;">Эмоционально-чувственное</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Речи</td> <td style="text-align: center;">Музыки, шума</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Высокие звуки</td> <td style="text-align: center;">Низкие звуки</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Событий прошлого и будущего</td> <td style="text-align: center;">Событий настоящего</td> </tr> </table>	Восприятие:		Дискретное	Целостное	Аналитико-рассудочное	Эмоционально-чувственное	Речи	Музыки, шума	Высокие звуки	Низкие звуки	Событий прошлого и будущего	Событий настоящего
Восприятие:													
Дискретное	Целостное												
Аналитико-рассудочное	Эмоционально-чувственное												
Речи	Музыки, шума												
Высокие звуки	Низкие звуки												
Событий прошлого и будущего	Событий настоящего												
	<table border="1"> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Внимание</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Внимание по отношению к центру (фигуре)</td> <td style="text-align: center;">Внимание к периферии (фон)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Концентрация</td> <td style="text-align: center;">Распределение</td> </tr> </table>	Внимание		Внимание по отношению к центру (фигуре)	Внимание к периферии (фон)	Концентрация	Распределение						
Внимание													
Внимание по отношению к центру (фигуре)	Внимание к периферии (фон)												
Концентрация	Распределение												

<p>5. Одно из самых главных достоинств ума – способность к сосредоточению внимания. Учитесь концентрировать свое внимание на необходимом предмете, отключаясь от всего постороннего. Тренируйтесь постоянно.</p> <p>6. «Не позволяй своему языку опережать твою мысль», – советовал древнегреческий философ Хилон. А У.Шекспир говорил: «Где мало слов, там вес они имеют».</p>	<p style="text-align: center;">Память:</p> <p>Произвольная (связанная с речью) Непроизвольная (нет связи с речью)</p> <p>На цифры, формулы, слова Образная, эмоциональная, музыкальная</p> <p>Последовательность событий Навыки движений и ориентировки в пространстве</p>
	<p style="text-align: center;">Мышление:</p> <p>Доминирует при решении вербально-логических задач Доминирует при решении наглядно-образных задач</p> <p>Абстрактно-логическое, формальное и программированное Интуитивное и спонтанное мышление</p> <p>Рациональное Эмоциональное</p> <p>Индуктивное Дедуктивное</p>
	<p style="text-align: center;">Речь:</p> <p>Центр языка и речи, знаковых систем, чтение, счет Мимика, жестикуляция</p> <p>Знание правил грамматики Понимание иероглифов</p>

Смысловая сторона речи	Интонационная сторона речи (тембр голоса)
Переработка информации:	
Осуществляет переработку вербальной, информации, знаков, логически последовательной	Осуществляет переработку невербальной информации, мгновенный чувственный анализ сложных сигналов, интуитивная ориентация в окружающем мире
В понятиях	В образах
Медленная переработка информации	Быстрая переработка информации
Интеллект:	
Вербально-логический компонент	Невербальный, интуитивный компонент
Теоретический интеллект	Практический
Прогнозирование будущих событий	Ответственность за прошлое
Сознание:	
Центр сознания и контроля, управления произвольными психическими процессами	Центр бессознательных и неосознаваемых психических процессов

	Конкретизация целей и средств их достижения	Порождение целей
	Дискретная модель мира	Целостная модель мира
	Обучение	Воспитание
		Цветовая чувствительность, творчество.
	Эмоции:	
	Положительная окраска событий	Отрицательная окраска бытия
	Рефлексия	Эмпатия

Для анализа собственной педагогической деятельности, связанной с индивидуализацией в процессе обучения, полезна информация, представленная таблице. В таблице материал для проведения преподавателем исследования, объектом которого является студент. Эта информация для выбора способов подачи учебного материала различным категориям студентов и организации их деятельности, что особенно необходимо для организации дистанционного обучения.

Используя следующую схему наблюдения, определите модальности восприятия студента.

Проявление	Визуальная	Аудиальная	Кинестетическая
Поза Жесты Дистанция	Плечи раз- вернуты, спи- на прямая; жесты широ- кие, показы- вают размер и форму; дис- танция мак- симальная.	Позы ситуатив- ные, плечи опу- щены, стоит «вольно» – на одной ноге, го- лову часто склоняет к пле- чу; жесты си- туативны, дви- жения по вер- тикали или по горизонтали; дистанция средняя, зави- сит от партне- ра.	Поза расслаблен- ная, часто замы- словатая, плечи опущены, спина сутулая, переми- нается, опирается на что-то; жесты малозаметные, суетливые; дис- танция мини- мальная.
Сила звука, лексика, пре- дикаты	Голос гром- кий, часто вы- сокий, в аф- фекте может взвизгивать; слова связаны с видимыми образами (цвет, форма), глаголы – ви- деть, смотреть. Не очень эмо-	Слышит слово, развито логи- ческое и абст- рактное мыш- ление. Слова связаны со зву- ками, говорит ситуативно выразительно, обожает пере- дразнивать, пе- ресказывает в	Голос низкий, не- громкий, вор- кующие интона- ции, не кричат, лексика связана с чувствами, ощу- щениями. Гово- рит тихо, не очень вырази- тельно.

	циональны, интонационно выразительны.	диалоге.	
Глазодвига- тельные реф- лексы (для правшей)	Вверх, в по- толок.	Либо сквозь партнера, либо в стороны.	Вниз.
Поведенческие реакции	Организован, опрятен, на- блюдателен, ориентируется на внешний вид, запоми- нает картины, образы; мень- ше отвлекается на шум, испы- тывает заме- шательство, когда слышит слово впервые. С трудом вос- принимают сложные инст- рукции. Разви- та интуиция, красивая речь. В задумчивос- ти щурит гла- за. Хороший вкус, красивый почерк, акку- ратные записи. В разговоре поднимает подбородок.	Легко отвлека- ется на шум, при чтении проговаривает, легко осваи- вает языки, технические дисциплины, любит музыку. Усваивает ин- формацию, проговаривая ее. Бегло чи- тает, велико- лепный спо- рщик. Может разговаривать с собой, кажет- ся суховатыми и занудными. Любит струк- турировать ма- териал.	Любят комфорт и удобство, физи- ческие удоволь- ствия и упражне- ния, часто физи- ческие акселе- раты, не очень аккуратны. При чтении водят пальцем по стро- ке. Лучше усваи- вает, если сделает что-то сам, свои- ми руками, полу- чит чувственный опыт. В речи ла- коничны, часто меняют позу, смотрят вниз.

Стиль общення	Говорят быстро, любят визуальные указатели, стремятся охватить большой объем материала, многословны.	Говорят ритмично, любят беседу, дискусию, обратную связь, комментарии, оценивать. В тетрадях – схемы, в речи – масса вставных мест («а, кстати, ...»).	Говорят медленно, при этом что-то делают, смотрят в пол. Другого оценивают по тому, что он умеет делать. Любят демонстрацию в действии.
---------------	--	--	---

Задание для размышления:

1. Разработайте рекомендации для преподавателей по активизации познавательной деятельности студентов.

Особенности развития личности в студенческом возрасте

Студенческий возраст, по утверждению Б.Г. Ананьева, является сензитивным периодом для развития основных социогенных потенций человека. Высшее образование оказывает огромное влияние на психику человека, развитие его личности. За время обучения в вузе, при наличии благоприятных условий, у студентов происходит развитие всех уровней психики. Они определяют направленность ума человека, т.е. формируют склад мышления, который характеризует профессиональную направленность личности.

Развитие студента на различных курсах имеет некоторые особые черты.

Первый курс решает задачи приобщения недавнего абитуриента к студенческим формам коллективной жизни. Поведение студентов отличается высокой степенью конформизма; у первокурсников отсутствует дифференцированный подход к своим ролям.

Второй курс – период самой напряженной учебной деятельности студентов. В жизни второкурсников интенсивно включены все формы обучения и воспитания. Студенты получают общую подготовку, фор-

мируются их широкие культурные запросы и потребности. Процесс адаптации к данной среде в основном завершен.

Третий курс – начало специализации, укрепление интереса к научной работе как отражение дальнейшего развития и углубления профессиональных интересов студентов. Настоятельная необходимость в специализации зачастую приводит к сужению сферы разносторонних интересов личности. Отныне формы становления личности в вузе в основных чертах определяются фактором специализации.

Четвертый курс – первое реальное знакомство со специальностью в период прохождения учебной практики. Для поведения студентов характерен интенсивный поиск более рациональных путей и форм специальной подготовки, происходит переоценка студентами многих ценностей жизни и культуры.

Пятый курс – перспектива скорого окончания вуза – формирует четкие практические установки на будущий род деятельности. Проявляются новые, становящиеся все более актуальными ценности, связанные с материальным и семейным положением, местом работы и т.п. Студенты постепенно отходят от коллективных форм жизни вуза.

Поиски друга жизни играют на III-IV курсах большую роль, оказывая влияние и на успеваемость, и на общественную деятельность студентов. Интерес к противоположному полу занимает значительное место в мыслях и поведении студентов. Но было бы ошибкой видеть в этом негативное явление. Интимные отношения нередко способствуют повышению желания лучше учиться, рабочему настроению, творческой активности. Данные социологов говорят, что, как правило, после некоторого «затишья» семейные пары не остаются в стороне от общественной работы и не выпадают из коллектива. Вступление в брак большинства студентов к концу учебы не ведет к распаду студенческих коллективов, хотя число непосредственных межличностных и межгрупповых контактов среди его членов несколько уменьшается.

В целом же развитие личности студента как будущего специалиста с высшим образованием идет в ряде направлений:

- укрепляются идейная убежденность, профессиональная направленность, развиваются необходимые способности;

- совершенствуются, «профессионализируются» психические процессы, состояния, опыт;
- повышаются чувство долга, ответственность за успех профессиональной деятельности, рельефнее выступает индивидуальность студента;
- растут притязания личности студента в области своей будущей профессии;
- на основе интенсивной передачи социального и профессионального опыта и формирования нужных качеств растут общая зрелость и устойчивость личности студента;
- повышается удельный вес самовоспитания студента в формировании качеств, опыта, необходимых ему как будущему специалисту;
- крепнут профессиональная самостоятельность и готовность к будущей практической работе.

Психологическое развитие личности студента – диалектический процесс возникновения и разрешения противоречий, перехода внешнего во внутреннее, самодвижения, активной работы над собой.

Б.Г. Ананьев представлял развитие личности как возрастающую по масштабам и уровню интеграцию – образование подструктур и их усложняющийся синтез. С другой стороны, происходит параллельный процесс возрастающей дифференциации психических функций (развитие, усложнение, «разветвление» психических процессов, состояний, свойств).

Задания для размышления:

Выделите основные направления развития личности студента в процессе обучения в вузе, результаты оформите в таблице.

Курс	Направление развития личности
1 курс	
2 курс	
3 курс	
4 курс	
5 курс	

Овладение социальными ролями взрослого человека.

Развитие идентичности студента

Юношеский возраст, по Э. Эриксону, строится вокруг кризиса идентичности, состоящего из серии социальных и индивидуально-личностных выборов, идентификаций и самоопределений.

Становление личности в концепции Э. Эриксона понимается как смена этапов, на каждом из которых происходит качественное преобразование внутреннего мира человека и радикальное изменение его отношений с окружающими людьми. В результате чего он как личность приобретает нечто новое, характерное именно для данного этапа развития и сохраняющееся у него (по крайней мере, в виде заметных следов) в течение всей жизни. Причем новые личностные черты, по его мнению, возникают лишь на основе предыдущего развития.

Формируясь и развиваясь как личность, человек приобретает не только положительные качества, но и недостатки: две крайние линии личностного развития – нормальная и аномальная, в чистом виде почти не встречающиеся, но благодаря четко очерченным полюсам можно представить промежуточные варианты личностного развития человека (таблица 3).

Если юноше не удастся разрешить эти задачи, у него формируется неадекватная идентичность, развитие которой может идти по четырем основным линиям:

- 1) уход от психологической интимности, избегание тесных межличностных отношений;
- 2) размывание чувства времени, неспособность строить жизненные планы, страх взросления и перемен;
- 3) размывание продуктивных, творческих способностей, неумение мобилизовать свои внутренние ресурсы и сосредоточиться на какой-то главной деятельности;
- 4) формирование «негативной идентичности», отказ от самоопределения и выбор отрицательных образов для подражания.

Таблица 3.

Стадии развития личности (по Э. Эриксону)

Стадия развития	Нормальная линия развития	Аномальная линия развития
Половое созревание, подростковый возраст и юность (от 11 до 20 лет).	Жизненное самоопределение. Развитие временной перспективы – планов на будущее. Самоопределение в вопросах: каким быть? и кем быть? Активный поиск себя и экспериментирование в разных ролях. Учение. Четкая половая поляризация в формах межличностного поведения. Становление мировоззрения. Взятие на себя лидерства в группах сверстников и подчинение им при необходимости.	Путаница ролей. Смещение и смешение временных перспектив: появление мыслей не только о будущем и настоящем, но и о прошлом. Концентрация душевных сил на самопознании, сильно выраженное стремление разобраться в самом себе в ущерб развитию отношений с внешним миром и людьми. Полоролевая фиксация. Потеря трудовой активности. Смещение форм полоролевого поведения, ролей в лидировании. Путаница в моральных и мировоззренческих установках.
Ранняя взрослость (от 20 до 45 лет).	Близость к людям. Стремление к контактам с людьми, желание и способность посвятить себя людям. Рождение и воспитание детей, любовь и работа. Удовлетворенность личной жизнью.	Изоляция от людей. Избегание людей, особенно близких, интимных отношений с ними. Трудности характера, неразборчивые отношения и непредсказуемое поведение. Непризнание, изоляция, первые симптомы отклонений в психике, душевных расстройств, возникающих под влиянием якобы существующих и действующих в мире угрожающих факторов.

Опираясь в основном на клинические данные, Э. Эриксон не пытался выразить описываемые явления количественно. Канадский психолог Джеймс Марша в 1966 г. восполнил этот пробел, выделив четыре этапа развития идентичности, измеряемые степенью профессио-

нального, религиозного и политического самоопределения молодого человека.

1. «Неопределенная, размытая идентичность» характеризуется тем, что индивид еще не выработал сколько-нибудь четких убеждений, не выбрал профессии и не столкнулся с кризисом идентичности.

2. «Досрочная, преждевременная идентификация» имеет место, если индивид включился в соответствующую систему отношений, но сделал это не самостоятельно, в результате пережитого кризиса и испытания, а на основе чужих мнений, следуя чужому примеру или авторитету.

3. Этап «моратория» характеризуется тем, что индивид находится в процессе нормативного кризиса самоопределения, выбирая из многочисленных вариантов развития тот единственный, который может считать своим.

4. «Достигнутая зрелая идентичность» определяется тем, что кризис завершен, индивид перешел от поиска себя к практической самореализации.

Обследовав свыше 5 тыс. старшеклассников (15-18 лет), американский психолог Морис Розенберг (1965 г.) нашел, что для юношей с пониженным самоуважением типична общая неустойчивость образов «Я» и мнений о себе. Они больше других склонны «закрывать» от окружающих, представляя им какое-то «ложное лицо» – «представляемое Я». С суждениями типа: «Я часто ловлю себя на том, что разыгрываю роль, чтобы произвести на людей впечатление» и «Я склонен надевать «маску» перед людьми» – юноши с низким самоуважением соглашались в 6 раз чаще, чем обладатели высокого самоуважения.

Люди с пониженным самоуважением особенно ранимы и чувствительны ко всему, что как-то затрагивает их самооценку. Они болезненнее других реагируют на критику, смех, порицание. Их больше беспокоит плохое мнение о них окружающих. Они болезненно реагируют, если у них что-то не получается в работе или если они обнаруживают в себе какой-то недостаток. Вследствие этого многим из них свойственны застенчивость, склонность к психической изоляции,

уходу от действительности в мир мечты, причем этот уход отнюдь не добровольный. Чем ниже уровень самоуважения личности, тем вероятнее, что она страдает от одиночества.

Факт поступления в вуз укрепляет веру молодого человека в собственные силы и способности, порождает надежду на полноценную и интересную жизнь. Вместе с тем на II и III курсах нередко возникает вопрос о правильности выбора вуза, специальности, профессии. К концу III курса окончательно решается вопрос о профессиональном самоопределении. Однако случается, что в это время принимаются решения в будущем избежать работы по специальности. По данным, приводимым В.Т. Лисовским, лишь 64% старшекурсников четырех крупнейших вузов Санкт-Петербурга однозначно решили для себя, что их будущая профессия полностью соответствует их основным склонностям и интересам. Зачастую наблюдаются сдвиги в настроении студентов – от восторженного в первые месяцы учебы в вузе до скептического при оценке вузовского режима, системы преподавания, отдельных преподавателей и т.п.

Типология личности студента

В вуз приходят совершенно различные люди с разными установками и разными «стартовыми условиями».

В этом отношении очень интересен анализ студенческой молодежи в связи с избранной ими профессией. Вся совокупность современных студентов довольно явно разделяется на три группы [6].

Первую составляют студенты, ориентированные на образование как на профессию. В этой группе наибольшее число студентов, для которых интерес к будущей работе, желание реализовать себя в ней – самое главное. Лишь они отметили склонность продолжать свое образование в аспирантуре. Все остальные факторы для них менее значимы. В этой группе около трети студентов.

Вторую группу составляют студенты, ориентированные на бизнес. Она составляет около 26% от общего числа респондентов. Отно-

шение к образованию у них совсем иное: для них образование выступает в качестве инструмента (или возможной стартовой ступени) для того, чтобы в дальнейшем попытаться создать собственное дело, заняться торговлей и т.п. Они понимают, что со временем и эта сфера потребует образования, но к своей профессии они относятся менее заинтересованно, чем первая группа.

Третью группу составляют студенты, которых, с одной стороны, можно назвать «неопределившимися», с другой – задавленными разными проблемами личного, бытового плана. На первый план у них выходят бытовые, личные, жилищные, семейные проблемы. Это группа тех, кто «плывет по течению» – они не могут выбрать своего пути, для них образование и профессия не представляют того интереса, как у первых групп. Возможно, самоопределение студентов данной группы произойдет позже, но можно предположить, что в эту группу попали люди, для которых процесс самоопределения, выбора пути, целенаправленности нехарактерен.

Процесс выбора профессии, обучения в вузе стал сегодня для многих студентов прагматическим, целенаправленным и соответствующим переменам. Ценность образования как самостоятельного социального феномена, имеющего социокультурную, личностную и статусную привлекательность, отступила на более дальний план.

С появлением «коммерческого» набора в вуз в него пришли обеспеченные студенты, не привыкшие отказывать себе ни в чем, уверенные в правильности своего профессионального выбора (62-77%), хорошо осведомленные о специфике будущей профессиональной деятельности (самооценка в среднем выше на 10%, чем у «бюджетников»). Эти студенты, вдохновляемые примером родителей-предпринимателей, без страха глядят в будущее, имеющее для них четко прорисованную профессиональную перспективу.

Существуют также качественные различия, в частности, результаты анализа статистических данных показывают, что у «коммерческих» студентов более ярко выражено стремление к достижению успеха в сфере бизнеса (9-18,5%), в связи с чем они выше, чем «бюд-

жетные» студенты, оценивают значимость хорошего образования, профессиональной подготовки (30,5-40%), свободного владения иностранными языками (22-37%), духовно и культурно богатой жизни (36-44%).

Выявились различия в структуре мотивации получения высшего образования у сравниваемых групп студентов: «бюджетные» студенты в целом высказали более традиционные установки – получить диплом (4-14%), приобрести профессию (56-62%), вести научные исследования (5-15%), пожить студенческой жизнью (8-18%), тогда как у «коммерческих» студентов доминирует стремление добиться материального благополучия (43-53%), свободно овладеть иностранными языками (17-41%), стать культурным человеком (33-39%), получить возможность обучения, работы за границей (20-29%), освоить теорию и практику предпринимательства (10-16%), добиться уважения в кругу знакомых (10-13%), продолжить семейную традицию (6-9%) [6].

Исследователи выделяют несколько больше типов современных студентов, чем простое деление на «бюджетных» и «коммерческих», причем эти типы встречаются и в той и в другой из описанных групп.

Первый тип условно называется **«предпринимателем»**. Этот студент предпочитает достижение успеха в сфере бизнеса, получает высшее образование для того, чтобы освоить теорию и практику предпринимательства, быстро продвигаться по службе, заниматься руководящей, организаторской деятельностью, он уверен в правильности выбора специальности, обучения, соответствии ему своих способностей, но в то же время он более критичен к своему учебному заведению, лучше знает специфику профессии (возможности профессионального роста, размер заработной платы, условия труда, перспективы служебной карьеры), не опасается безработицы, у него более развиты (по самооценке) такие актуальные личностные качества, как индивидуализм, профессионализм, предприимчивость, самостоятельность, способность менять взгляды при смене обстоятельств, быстрая адаптация и легкая вживаемость в новые условия [6].

Второй тип называют «эмигрант». Высшее образование «эмигранты» в большей мере получают для того, чтобы свободно овладеть иностранными языками, получить возможность обучения, работы за границей. Они уверены в правильности собственного выбора специальности и в соответствии ему своих способностей, а также в возможности вуза дать им подготовку на необходимом уровне. У них хорошо развиты (по самооценке) индивидуализм, жизненный оптимизм, легкая вживаемость в новые условия [6].

Обоим этим типам противостоит «традиционалист». Он ценит хорошее образование, профессиональную подготовку, получает высшее образование для того, чтобы получить диплом, вести научные исследования, менее критичен по отношению к вузу, хуже знает реалии дальнейшей профессиональной деятельности, больше опасается безработицы, у него сильно развиты профессионализм и работоспособность, менее – предприимчивость, способность рисковать, менять взгляды при смене обстоятельств, вживаться в новые условия, жизненный оптимизм [6].

Исследователи выделяют три основных типа деятельности и поведения студентов в сфере обучения и познания:

Первый тип личности отличается **комплексным подходом** к целям и задачам обучения в вузе. Интересы студентов сосредотачиваются на области знаний более широкой, чем предусмотрено программой, социальная активность студентов проявляется во всем многообразии форм жизни вуза. Этот тип деятельности ориентирован на широкую специализацию, на разностороннюю профессиональную подготовку.

Второй тип личности отличается **четкой ориентацией** на узкую специализацию. И здесь познавательная деятельность студентов выходит за рамки учебной программы. Однако если первому типу поведения присуще преодоление рамок программы, так сказать, вширь, то в данном случае этот выход осуществляется вглубь. Система духовных запросов студентов сужена рамками «околопрофессиональных интересов».

Третий тип **познавательной деятельности** студентов предполагает усвоение знаний и приобретение навыков лишь в границах учебной программы. Этот тип деятельности – наименее творческий, наименее активный – характерен для 26,8% опрошенных студентов [6]. Таким образом, уже в результате самого общего подхода к анализу учебно-познавательной деятельности студентов выделяются три типологические группы, каждая из которых имеет свои модели поведения.

По отношению к учебе ряд исследователей выделяют пять групп. К первой группе относятся студенты, которые стремятся овладеть знаниями, методами самостоятельной работы, приобрести профессиональные умения и навыки, ищут способы рационализации учебной деятельности. Учебная деятельность для них – необходимый путь к хорошему овладению избранной профессией. Они отлично учатся по всем предметам учебного цикла. Интересы этих студентов затрагивают широкий круг знаний, более широкий, чем предусмотрено программой. Они активны во всех сферах учебной деятельности. Студенты этой группы сами активно ищут аргументы, дополнительные обоснования, сравнивают, сопоставляют, находят истину, активно обмениваются мнениями с товарищами, проверяют достоверность своих знаний.

Ко второй группе относятся студенты, которые стремятся приобрести знания во всех сферах учебной деятельности. Для этой группы характерно увлечение многими видами деятельности, но им быстро надоедает глубоко вникать в суть тех или иных предметов и учебных дисциплин. Вот почему они нередко ограничиваются поверхностными знаниями. Основной принцип их деятельности – лучше всего понемногу. Они не затрачивают много усилий на конкретные дела. Как правило, хорошо учатся, но получают порой неудовлетворительные оценки по предметам, которые их не интересуют.

К третьей группе относятся студенты, которые проявляют интерес только к своей профессии. Приобретение знаний и вся их деятельность ограничиваются узкопрофессиональными рамками. Для этой группы студентов характерно целенаправленное, избирательное

приобретение знаний, и только необходимых (по их мнению) для будущей профессиональной деятельности. Они много читают дополнительной литературы, глубоко изучают специальную литературу, эти студенты хорошо и отлично учатся по предметам, связанным со своей специальностью; в то же время не проявляют должного интереса к смежным наукам и дисциплинам учебного плана.

К четвертой группе относятся студенты, которые неплохо учатся, но к учебной программе относятся избирательно, проявляют интерес только к тем предметам, которые им нравятся. Они несистематически посещают учебные занятия, часто пропускают лекции, семинарские и практические занятия, не проявляют интереса к каким-либо видам учебной деятельности и дисциплинам учебного плана, так как их профессиональные интересы еще не сформированы.

К пятой группе относятся лодыри и лентяи. В вуз они пришли по настоянию родителей или «за компанию» с товарищем, или для того, чтобы не идти работать и не попасть в армию. К учебе относятся равнодушно, постоянно пропускают занятия, имеют «хвосты», им помогают товарищи, и зачастую они дотягивают до диплома.

Среди отличников исследователи выделяют три подтипа: **«разносторонний»**, **«профессионал»**, **«универсал»**. Наиболее распространен среди отличников первый подтип. Это студент любознательный, инициативный, с широким кругозором. Он изучает не только первоисточники, рекомендованные учебными программами, но систематически читает литературу сверх программы и по смежным дисциплинам. Мотивом деятельности данной категории отличников, как правило, служит неудержимое стремление к познанию, им нравится сам процесс узнавания нового, неизведанного, решения сложных задач.

Отличники, ориентирующиеся на профессию, концентрируют свое внимание главным образом на профилирующих предметах, осваивая общеобразовательные предметы более поверхностно, хотя и стараются не опускаться ниже «5».

Выделяют «узкого» отличника, изучающего программный материал только в объеме лекций, учебника и обязательных первоисточ-

ников. Как правило, к последнему варианту относятся студенты со средними способностями, но с сильно развитым чувством долга, «одержимые». Такие студенты нередко очень хорошо осознают значение разносторонних знаний для полноценной профессиональной деятельности, но им просто не хватает времени для того, чтобы изучать еще что-то сверх программы [6].

Среди «узких» отличников могут встретиться иногда и такие студенты, учебно-познавательная деятельность которых стимулируется эгоистическими интересами (самоутверждение, карьера).

К категории «отличников-универсалов» относятся студенты, сочетающие положительные стороны «разностороннего» и «профессионала». К сожалению, таких студентов, отличающихся огромным трудолюбием и вместе с тем исключительно одаренных, талантливых, с блестящими природными способностями (в первую очередь с отличной памятью, обогащенной в школьные годы), встречается не так уж много.

Среди «хорошистов» выделяют два подтипа: 1) студенты с хорошими способностями, но недостаточно трудолюбивые. В большинстве случаев они учатся неровно, по профилирующим предметам у них могут быть и отличные оценки, в то время как по общеобразовательным иногда даже «три»; 2) студенты со средними способностями, но с большим трудолюбием. Как правило, они учатся ровно по всем предметам. Представители этого подтипа старательно записывают все лекции, но нередко отвечают только по конспектам, учебнику или обязательному первоисточнику.

В зависимости от успеваемости среди троечников выделяют несколько подтипов: 1) не адаптировавшиеся к специфическим условиям вузовского обучения первокурсники; 2) не способные к восприятию качества или логики изложения предлагаемого материала. Ключи помощи таким студентам в руках кафедр и преподавателей – применение научной организации учебного процесса, совершенствование качества преподавания, осуществление индивидуального подхода к обучению и т.д.; 3) допустившие ошибку в выборе профессии; 4) не-

добросовестно относящиеся к учебе. Как правило, это студенты, представляющие свою будущую деятельность (и жизнь) легкой и беззаботной, не требующей особых знаний и умений. Поэтому в вузе они настроились не на труд, а на отдых и развлечения, стремятся «прийти к диплому» с наименьшим напряжением сил. Они нерационально используют время, ловчат, занимаются только во время сессии, стараются обмануть преподавателя во время экзаменов (шпаргалки и т.д.).

Взяв за отправную точку анализа практическую деятельность, были выбраны 4 группы качеств, которые должны наиболее полно, по мнению В.Т. Лисовского [6], характеризовать студента, а именно ориентацию на:

- 1) учебу, науку, профессию;
- 2) общественно-политическую деятельность (активную жизненную позицию);
- 3) культуру (высокую духовность);
- 4) коллектив (общение в коллективе).

Разработанная В.Т.Лисовским типология студентов выглядит следующим образом:

1. «Гармоничный». Выбрал свою специальность осознанно. Учится очень хорошо, активно участвует в научной и общественной работе. Развит, культурен, общителен, глубоко и серьезно интересуется литературой и искусством, событиями общественной жизни, занимается спортом. Непримири́м к недостаткам, честен и порядочен. Пользуется авторитетом в коллективе как хороший и надежный товарищ.

2. «Профессионал». Выбрал свою специальность осознанно. Учится, как правило, хорошо. В научно-исследовательской работе участвует редко, так как ориентирован на послевузовскую практическую деятельность. Принимает участие в общественной работе, добросовестно выполняя поручения. По мере возможности занимается спортом, интересуется литературой и искусством, главное для него – хорошая учеба. Непримири́м к недостаткам, честен и порядочен. Пользуется уважением в коллективе.

3. «Академик». Выбрал свою специальность осознанно. Учится только на «отлично». Ориентирован на учебу в аспирантуре. Поэтому много времени отдает научно-исследовательской работе, порой в ущерб другим занятиям.

4. «Общественник». Ему свойственна ярко выраженная склонность к общественной деятельности, которая зачастую преобладает над другими интересами и порой отрицательно сказывается на учебной и научной активности. Однако уверен, что профессию выбрал верно. Интересуется литературой и искусством, заводит в сфере досуга.

5. «Любитель искусств». Учится, как правило, хорошо, однако в научной работе участвует редко, так как его интересы направлены в основном в сферу литературы и искусства. Ему свойственны развитый эстетический вкус, широкий кругозор, глубоко художественная эрудиция.

6. «Старательный». Выбрал специальность не совсем осознанно, но учится добросовестно, прилагая максимум усилий. И хотя не обладает развитыми способностями, но задолженностей, как правило, не имеет. Малообщителен в коллективе. Литературой и искусством интересуется слабо, так как много времени занимает учеба, но любит бывать в кино, на эстрадных концертах и дискотеках. Спортом занимается в рамках вузовской программы.

7. «Середняк». Учится «как получится», не прилагая особых усилий. И даже гордится этим. Его принцип: «Получу диплом и буду работать не хуже других». Выбирая профессию, особенно не задумывался.

8. «Разочарованный». Человек, как правило, способный, но избранная специальность оказалась для него малопривлекательной. Однако убежден, что раз поступил, то вуз нужно закончить. Старается учиться хорошо, хотя от учебы не испытывает удовлетворения. Стремится утвердить себя в различного рода хобби, искусстве, спорте.

9. «Лентяй». Учится, как правило, слабо, по принципу «наименьшей затраты сил». Но вполне доволен собой. О своем профессиональном признании не задумывается всерьез. В научно-

исследовательской и общественной работе участия не принимает. В коллективе студенческой группы к нему относятся как к «балласту». Иногда норовит словчить, воспользоваться шпаргалкой, приспособиться. Круг интересов в основном в сфере досуга.

10. «Творческий». Ему свойствен творческий подход к любому делу – будь то учеба или общественная работа, или сфера досуга. Зато те занятия, где необходимы усидчивость, аккуратность, исполнительская дисциплина, его не увлекают. Поэтому, как правило, учится неровно, по принципу «мне это интересно» или «мне это не интересно». Занимаясь научно-исследовательской работой, ищет оригинальное самостоятельное решение проблем, не считаясь с мнением признанных авторитетов.

11. «Богемный». Как правило, успешно учится на так называемых престижных факультетах, свысока относится к студентам, обучающимся массовым профессиям. Стремится к лидерству в компании себе подобных, к остальным же студентам относится пренебрежительно. «Обо всем» наслышан, хотя знания его избирательны. В сфере искусства интересуется главным образом «модными» течениями. Всегда имеет «свое мнение», отличное от мнения «массы». Завсегдатай кафе, модных ночных клубов.

Задания для размышления:

1. Опираясь на Ваши представления и знания, на Ваш собственный опыт, укажите, с какими типами личности студентов Вы встречаетесь в аудитории.
2. Разработайте портрет «идеального» студента глазами преподавателей высшей школы.

Влияние индивидуально-типологических особенностей студентов на успешность обучения в вузе (особенности нервной системы, темперамент, характер)

Для того чтобы эффективно строить взаимодействия со студентами ПВШ, необходимо учитывать специфику их нейродинамики. **Нейродинамика** – особенности протекания процессов возбуждения и торможения в центральной нервной системе (И.П. Павлов). Выделяются следующие свойства нервной системы: сила-слабость процессов возбуждения (способность адекватно реагировать на сильные раздражители без перехода в запредельное торможение; люди со слабой нервной системой не способны к этому, зато обладают более высокой чувствительностью); сила-слабость процессов торможения (способность затормозить реакцию на очень сильный стимул); уравновешенность процессов возбуждения и торможения по показателям силы; подвижность-инертность – скорость перехода от процессов торможения к процессам возбуждения и наоборот. По И.П. Павлову особенности нейродинамики человека выступают в качестве физиологической основы темперамента. Под последним имеется в виду совокупность формально-динамических (силовых и скоростных) характеристик поведения человека, не зависящих от содержания деятельности и проявляющихся в трех сферах – моторике, эмоциональности и общей активности. Последователи Б.М. Теплов, В.Д. Небылицин, В.М. Русалов дополнили типологию И.П. Павлова новыми элементами свойств нервной системы: лабильность нервной системы – скорость возникновения, прекращения нервных процессов; динамичность – быстрота и легкость образования условных рефлексов положительных и тормозных. Темперамент – это психологическое проявление типа высшей нервной деятельности. В.С. Мерлин выделяет следующие психические свойства темперамента:

- сензитивность – возникновение психической реакции на наименьший раздражитель;

- реактивность – сила реакции на раздражитель внутренний или внешний, их соотношение показывает, от чего больше зависит деятельность человека – от случайных факторов или от продуманных целей и убеждений;
- активность человека в преодолении препятствий;
- пластичность, ригидность показывает, насколько поведение человека легко или инертно;
- темп реакций – скорость протекания познавательных процессов и реакций (речи, ума, жестов);
- эмоциональная возбудимость показывает, насколько слабые раздражители нужны для возникновения эмоциональной реакции;
- экстраверсия – направленность человека во вне (на людей, предметы, события);
- интроверсия – направленность человека на себя, на свои мысли, переживания.

Человек со слабой нервной системой – меланхолик; с сильной и неуравновешенной – холерик (процессы возбуждения доминируют над процессами торможения); с сильной, уравновешенной, подвижной – сангвиник; с сильной, уравновешенной, инертной – флегматик.

Свойства нервной системы и темперамента имеют генотипическую природу и практически не изменяются при жизни, но человек с любым темпераментом способен к любым социальным достижениям, в том числе и в учебной деятельности, но достигается это разными путями. Для людей с разным типом темперамента одни условия являются более благоприятными для успешного обучения, а другие – неблагоприятными. Организационные формы обучения в вузе более благоприятны для людей с сильной и подвижной нервной системой, поэтому среди них больше тех, кто хорошо учится, чем среди имеющих слабую и инертную нервную систему. Последним необходимо вырабатывать компенсаторные приемы, чтобы приспособиться к требованиям деятельности, не релевантным их темпераменту.

Выделяют следующие трудности студентов со слабой нервной системой: длительная, напряженная работа; ответственная, требующая нервно-психического или эмоционального напряжения самостоятельная, контрольная или экзаменационная работа, особенно при дефиците времени; работа в условиях, когда преподаватель задает неожиданный вопрос и требует на него устного ответа (ситуация письменного ответа гораздо благоприятнее); работа после неудачного ответа, оцененного преподавателем отрицательно; работа в ситуации, требующей постоянного отвлечения (на реплики преподавателя, на вопросы других студентов); работа в ситуации, требующей распределения внимания или его переключения с одного вида работы на другой; работа в шумной, беспокойной обстановке; работа у вспыльчивого, несдержанного преподавателя и т.п.

Для ослабления негативных эффектов такого рода желательно, чтобы преподаватель использовал следующие приемы: не ставил студента в ситуацию резкого ограничения времени, а давал достаточно времени на подготовку; чаще позволял студенту давать ответы в письменной форме; разбивал сложный и большой по объему материал на отдельные информационные блоки и вводил их постепенно, по мере усвоения предыдущих; не заставлял отвечать по новому, только что усвоенному материалу; чаще поощрял и подбадривал студента для снятия напряжения и повышения его уверенности в своих силах; в мягкой форме давал негативные оценки в случае неправильного ответа; давал время для проверки и исправления выполненного задания; по возможности не отвлекал внимание студента на другую работу до завершения уже начатой.

У студента с инертной нервной системой трудности возникают в следующих ситуациях: когда предлагаются одновременно задания, разнообразные по содержанию и способам решения; когда материал излагается преподавателем в достаточно высоком темпе; когда время выполнения работы строго ограничено; когда требуется частое отвлечение от основного задания на дополнительные виды работ, на ответы преподавателю или товарищам; когда продуктивность усвое-

ния материала оценивается на начальных этапах его постижения или заучивания; когда необходимо дать быстрый ответ на неожиданный вопрос и т. п.

Соответственно, преподавателю можно рекомендовать при работе с инертными студентами не требовать немедленного и активного включения в работу, а давать возможность постепенно включиться в выполнение задания; не требовать одновременного выполнения нескольких разнородных заданий; не требовать быстрого (на ходу) изменения неудачных формулировок, помнить, что инертным с трудом дается импровизация; не проводить опрос в начале занятия или по новому материалу. Главное, нужно помочь студентам найти наиболее подходящие именно для них способы и приемы организации учебной деятельности, выработать свой индивидуальный стиль (Е.А. Климов).

Студенты со слабой нервной системой успешно могут действовать в ситуациях, требующих монотонной работы, при необходимости действовать по схеме или шаблону; они способны хорошо организовать самостоятельную работу, тщательно спланировать ее и контролировать результаты, добиваясь максимальной безошибочности; они не перескакивают с одного на другое, не забегают в нетерпении вперед, совершая все в строгой последовательности. За счет тщательной подготовительной работы они способны самостоятельно проникать в более глубокие связи и отношения в учебном материале, часто выходя при этом за пределы учебной программы; охотно используют графики, схемы, таблицы и наглядные пособия.

Есть свои преимущества и у «инертных» – они способны работать долго и с глубоким погружением, не отвлекаясь на помехи; отличаются высокой степенью самостоятельности при выполнении заданий; обладают более развитой долговременной памятью. Как и «слабые», они способны к длительной монотонной работе, тщательному планированию и контролю своей деятельности. При несистематическом характере работы, свойственном более чем 60% современных российских студентов, лица с сильной нервной системой имеют преимущества, поскольку способны к мобилизации и авральной подготовке к сда-

че экзамена, а «слабые» не справляются с перегрузкой и зачастую отчисляются.

Важным фактором, влияющим на показатели успешности обучения студентов со слабой или инертной нервной системой, является поведение преподавателя на устном экзамене. Часто можно встретиться с такими ситуациями, когда преподаватель, выслушав ответ студента по содержащимся в билете вопросам и задачам, дает дополнительную задачу со словами типа: «Решайте задачу, а я пока спрашиваю другого студента и через 5 (10 и т.д.) минут к Вам подойду. Если решите, получите «отлично», а если нет, то «хорошо». «Слабый» или «инертный» студент в ситуации лимита времени может так и не начать решение задачи за отведенное ему небольшое время. Ему будет мешать сознание, что вот уже полминуты прошло и осталось только 4,5 и так далее. Подойдя к студенту и видя чистый лист бумаги, преподаватель требует: «Так и не решил, ну тогда ответь на простой вопрос...» «Припертый», как говорят, к стенке студент, не имея времени подумать, говорит первое, что приходит ему на ум, лишь бы что-то сказать. Возмущенный преподаватель «хватается за голову»: «Как, ты и такой простой вещи не знаешь, какая уж тут пятерка, ты и тройки не заслуживаешь». Дальнейшее не трудно себе представить – тяжелый стресс для студента, легкий стресс для преподавателя.... В данном случае ошибка педагога состояла в резком ограничении времени на нахождение решения в ситуации, которой была придана повышенная значимость (решешь задачу – получишь «пять», не решишь – может быть всякое). Разумеется, многое в данном случае зависит от следующих факторов: эмоционального состояния студента; степени доброжелательности, демонстрируемой преподавателем; важности для студента исхода экзамена (может остаться без стипендии, быть отчисленным и т.п.).

Эмпирические данные об индивидуально-типологических особенностях студентов могут помочь преподавателю в решении многих педагогических задач как в плане оптимизации организационно-методических основ преподавания, так и в плане содействия студентам

в выработке индивидуального стиля деятельности и общения. Ведь именно крайние (ярко выраженные) типы чаще всего нуждаются в психолого-педагогической помощи.

Методика диагностики типа темперамента

Тип темперамента – это закономерное сочетание его свойств. Четыре основных типа темперамента – холерический, сангвинический, флегматический и меланхолический – в «чистом» виде встречаются относительно редко. Чаще один и тот же человек сочетает в себе черты основных типов, причем черты одного или двух из них могут доминировать. Но возможно и равномерное распределение признаков по типам в структуре темперамента одного человека (различные смешанные, переходные, промежуточные типы).

Инструкция: Ответьте на вопросы и, обработав ответы, сделайте вывод о типе вашего темперамента.

Часто ли вы:

- 1) неусидчивы, суетливы;
- 2) веселы и жизнерадостны;
- 3) спокойны и хладнокровны;
- 4) стеснительны и застенчивы;
- 5) невыдержаны и вспыльчивы;
- 6) энергичны, деловиты;
- 7) последовательны и обстоятельны;
- 8) теряетесь в новой обстановке;
- 9) нетерпеливы;
- 10) не доводите начатое дело до конца;
- 11) осторожны и рассудительны;
- 12) затрудняетесь установить контакт с людьми;
- 13) резки и прямолинейны в отношениях с людьми;
- 14) склонны переоценивать себя;
- 15) умеете ждать;
- 16) не верите в свои силы;
- 17) решительны и инициативны;
- 18) способны быстро схватить новое;

- 19) молчаливы и не любите попусту болтать;
- 20) легко переносите одиночество;
- 21) упрямы;
- 22) неустойчивы в интересах и склонностях;
- 23) обладаете спокойной равномерной речью с остановками;
- 24) чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
- 25) находчивы в спорах;
- 26) легко переживаете неудачи и неприятности;
- 27) сдержаны и терпеливы;
- 28) склонны уходить в себя;
- 29) склонны к риску;
- 30) легко приспособливаетесь к разным обстоятельствам;
- 31) доводите начатое дело до конца;
- 32) быстро утомляетесь;
- 33) работаете рывками;
- 34) с увлечением берётесь за любое новое дело;
- 35) не растрачиваете попусту сил;
- 36) обладаете слабой тихой речью, иногда снижающейся до шепота;
- 37) предъявляете высокие требования к себе и к окружающим;
- 38) быстро остываете, если дело перестает вас интересовать;
- 39) строго придерживаетесь выбранного распорядка в жизни, системы в работе;
- 40) невольно приспособливаетесь к характеру собеседника;
- 41) обладаете быстрой, страстной, со сбивчивой интонацией речью;
- 42) быстро включаетесь в работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую;
- 43) легко сдерживаете порывы;
- 44) впечатлительны до слезливости;
- 45) неуравновешенны и склонны к горячности;
- 46) тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы;
- 47) маловосприимчивы к одобрению и порицанию;
- 48) не злопамятны и боязливы;

- 49) агрессивный забияка;
- 50) общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с незнакомыми для вас людьми;
- 51) незлобливы, снисходительны к колкостям в свой адрес;
- 52) склонны к подозрительности, мнительности;
- 53) нетерпимы к недостаткам;
- 54) выносливы и работоспособны;
- 55) постоянны в своих отношениях, интересах;
- 56) болезненно чувствительны и легко ранимы;
- 57) обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, которая сопровождается живыми жестами, выразительной мимикой;
- 58) обладаете выразительной мимикой;
- 59) медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одной работы на другую;
- 60) чрезмерно обидчивы;
- 61) способны быстро действовать и решать;
- 62) сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке;
- 63) равны в отношениях со всеми;
- 64) скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями;
- 65) неустанно стремитесь к новому;
- 66) обладаете всегда бодрым настроением;
- 67) любите аккуратность и порядок во всем;
- 68) малоактивны и робки;
- 69) обладаете резкими, порывистыми движениями;
- 70) быстро засыпаете и просыпаетесь;
- 71) с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
- 72) безропотны и покорны;
- 73) несобранны, проявляете поспешность в решениях;
- 74) настойчивы в достижении поставленной цели;
- 75) инертны, малоподвижны, вялы;
- 76) стремитесь вызвать сочувствие и помощь окружающих;
- 77) склонны к резким сменам настроения;

78)склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться;

79)обладаете выдержкой;

80)чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию.

Обработка. Вопросы, относящиеся к отдельным типам темперамента, повторяются в опроснике с определённой периодичностью: «Х»: 1+4_н, «С»: 2+4_н, «Ф»:3+4_н, «М»:4+4_н, $n \in [1 \dots 20]$

Формула темперамента $T = X/N \cdot 100\% + C/N \cdot 100\% + Ф/N \cdot 100\% + M/N \cdot 100\%$.

N – общее количество положительных ответов на вопросы теста.

Информацию об особенностях темперамента студента можно получить, наблюдая за его поведением.

Схема наблюдения за типом темперамента студента

Подтвердите полученные в ходе тестирования результаты, используя следующую схему наблюдения.

Инструкция: Используя следующую схему наблюдения, определите тип темперамента студента.

Наблюдаемая черта	Сангвник	Холерик	Флегматик	Меланхолик
Речь	Легкая, певучая, образная, богатая, остроумная.	Авторитетная, громкая, требовательная, быстрая, внушающая.	Замедленная, немногословная, неэмоциональная, негромкая.	Затрудненная, взволнованная, «исповедальная», тихая, с просительными интонациями.
Мимика	Разнообразная, живая, артистичная.	Резкая, выразительная.	Невыразительная.	Небогатая.
Выражение лица	Беспечное, веселое, игриво-смешное.	Боевито-нахмуренное.	Спокойное, умиротворенное.	Робкое, грустное.

Движение, походка	Подвижные, быстрые, непоседы.	Стремительные, напряженные, резкие.	Замедленные, плавные, ослабленные.	Замедленные, неплавные, неритмичные.
Эмоциональная позиция в общении	Общаются радостно-инициативно, с каждым «на равных», стремятся к общению с незнакомыми.	Общаются требовательно, но не с каждым, стремятся к превосходству, доминированию над партнером.	Пассивны в общении.	Зависимы в общении, зависимы от расположения партнера.
Уверенность в себе	Надеются на удачу, нет самоуверенности.	Самоуверен, насмешлив к окружающим, игнорирует свои неудачи, скрывает слабости.	Нет ни самоуверенности, ни тревоги за себя, ценят себя объективно, не унывают.	В себе неуверен, не верит в удачу, преувеличивает свои недостатки.

Следует отметить, что каждый темперамент имеет свои плюсы и минусы, и к представителю каждого темперамента преподаватель должен найти свой подход, исходя из определенных психологических принципов:

1. **«Ни минуты покоя»** – таков принцип подхода к холерику, который опирается на использование его плюсов: энергичности, увлеченности, страстности, подвижности, целеустремленности, – и нейтрализацию минусов: вспыльчивости, агрессивности, невыдержанности, нетерпеливости, конфликтности. Холерик все время должен быть занят делом, иначе он свою активность направит на коллектив и может разложить его изнутри.

2. **«Доверяй, но проверяй»** – это уже подход к сангвинику, имеющему плюсы: жизнерадостность, увлеченность, отзывчивость, общительность и минусы: склонность к зазнайству, разбросанность, легкомыслие, поверхностность, свехобщительность, – и

ненадежность. Милый человек сангвиник всегда обещает, чтобы не обидеть человека, но далеко не всегда исполняет обещанное, поэтому надо проконтролировать, выполнил ли он свое обещание.

3. «**Не торопи**» – таким должен быть подход к флегматику, имеющему плюсы: устойчивость, постоянство, активность, терпеливость, самообладание, надежность и, конечно, минусы: медлительность, безразличие, «толстокожесть», сухость. Главное – флегматик не может работать в дефиците времени, ему нужен индивидуальный темп, поэтому его не надо подгонять, он сам рассчитает свое время и сделает дело.

4. «**Не навреди**» – это девиз для меланхолика, который также имеет свои плюсы: высокая чувствительность, мягкость, человечность, доброжелательность, способность к сочувствию и, конечно же, минусы: низкая работоспособность, мнительность, ранимость, замкнутость, застенчивость. На меланхолика нельзя кричать, давать резкие и жесткие указания, так как он очень чувствителен к словам, интонациям и очень раним.

Конституция студента определяет его психологические особенности, которые преподаватель должен непременно учитывать при организации процесса обучения. Например, **пикник** имеет рост средний или ниже среднего, крупные внутренние органы, укороченные конечности, не очень развитую мускулатуру, короткую шею, избыточный вес. Студенты-пикники более реактивны, быстрее расходуют свои силы, поэтому преподавателю рекомендуется спрашивать их в числе первых, давать вначале более трудные задачи, потом более легкие. Пикники чаще требуют повторения материала из-за плохой долговременной памяти.

Лептосоматик (астеник) – рост средний или выше среднего, слаборазвита мускулатура, узкая грудная клетка, удлиненные конечности, вытянутая шея, голова. При работе с астениками преподаватель может давать учебные задачи по нарастающей сложности, на экзамене их можно спрашивать в числе последних. У астеников хорошая долговременная память.

Задания для размышления:

1. Особенности педагогического взаимодействия с представителями различных типов темперамента?

2. Опираясь на собственный опыт и психологические знания, заполните следующую таблицу:

Сангвиник
<ol style="list-style-type: none">1. Специфика внешнего проявления (речь, мимика, походка, жесты, движения и т.д.).2. Положительные и отрицательные стороны данного типа темперамента.3. Особенности эмоционально-волевой сферы.4. Особенности познавательной деятельности.5. Отношение к учебной и научно-исследовательской деятельности.6. Положение в студенческом коллективе.7. Основные трудности в обучении.8. Рекомендации преподавателю по построению педагогически целесообразных отношений с представителями данного типа темперамента.
Флегматик
<ol style="list-style-type: none">1. Специфика внешнего проявления (речь, мимика, походка, жесты, движения и т.д.).2. Положительные и отрицательные стороны данного типа темперамента.3. Особенности эмоционально-волевой сферы.4. Особенности познавательной деятельности.5. Отношение к учебной и научно-исследовательской деятельности.6. Положение в студенческом коллективе.7. Основные трудности в обучении.8. Рекомендации преподавателю по построению педагогически целесообразных отношений с представителями данного типа темперамента.
Меланхолик
<ol style="list-style-type: none">1. Специфика внешнего проявления (речь, мимика, походка, жесты, движения и т.д.).2. Положительные и отрицательные стороны данного типа темперамента.3. Особенности эмоционально-волевой сферы.

4. Особенности познавательной деятельности.
5. Отношение к учебной и научно-исследовательской деятельности.
6. Положение в студенческом коллективе.
7. Основные трудности в обучении.
8. Рекомендации преподавателю по построению педагогически целесообразных отношений с представителями данного типа темперамента.

Холерик

1. Специфика внешнего проявления (речь, мимика, походка, жесты, движения и т.д.).
2. Положительные и отрицательные стороны данного типа темперамента.
3. Особенности эмоционально-волевой сферы.
4. Особенности познавательной деятельности.
5. Отношение к учебной и научно-исследовательской деятельности.
6. Положение в студенческом коллективе.
7. Основные трудности в обучении.
8. Рекомендации преподавателю по построению педагогически целесообразных отношений с представителями данного типа темперамента.

Характерологические особенности студентов

В деятельности студента проявляется его характер – относительно устойчивый психический склад человека. Главное, что раскрывает характер студента – это поведение и действия, особенно поведение в коллективе, успеваемость и общественная работа. Учет характерологических особенностей студента позволит преподавателю найти к нему индивидуальный подход, понять его поведение и раскрыть его возможности.

Характер – индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, задающих типичный для него способ поведения и эмоционального реагирования в определенных жизненных обстоятельствах. В отличие от темперамента он определяет не энергетическую (силовую и скоростную) сторону деятельности, а выбор тех или иных типичных для данного человека приемов, способов достижения цели, можно сказать «блоков» поведения. Формируется он

прижизненно на основе темперамента и средовых факторов. Как и темперамент, характер не влияет прямо на успешность обучения, но может создавать трудности или благоприятствовать обучению в зависимости от организационных форм, методов преподавания, стиля педагогического общения преподавателя. Прежде всего, это касается людей с так называемыми акцентуациями характера, создающими «острые углы», «проблемные зоны», затрудняющие для их обладателей построение адекватных взаимоотношений с другими людьми, в том числе в учебной деятельности. Наиболее популярные классификации акцентуированных характеров разработали отечественный психиатр А.Е. Личко и немецкий психиатр К. Леонгард. В приводимых ниже описаниях используется классификация акцентуаций, предложенная К. Леонгардом.

Гипертимический тип. Заметной особенностью гипертимического типа личности является постоянное (или частое) пребывание в приподнятом настроении, даже при отсутствии каких-либо внешних причин для этого. Приподнятое настроение сочетается с высокой активностью, жаждой деятельности. Для гипертимов характерны общительность, повышенная словоохотливость. Они смотрят на жизнь оптимистически, не теряя этого качества и при возникновении препятствий. Трудности часто преодолевают без особого труда, в силу органично присущей им активности и деятельности.

Застревающий тип. Застревающий тип личности отличается высокой устойчивостью аффекта, длительностью эмоционального отклика, переживаний. Оскорбление личных интересов и достоинства, как правило, долго не забывается и никогда не прощается просто так. В связи с этим окружающие часто характеризуют их как злопамятных и мстительных людей. К этому есть основания: переживание аффекта часто сочетается с фантазированием, вынашиванием плана мести обидчику. Болезненная обидчивость этих людей, как правило, хорошо заметна. Их также можно назвать чувствительными и легкоуязвимыми, хотя и в сочетании с вышесказанным.

Эмотивный тип. Главными особенностями эмотивной личности являются высокая чувствительность и глубокие реакции в области тонких эмоций. Характерны мягкосердечие, доброта, задушевность, эмоциональная отзывчивость, высокоразвитая эмпатия. Все эти особенности, как правило, хорошо видны и постоянно проявляются во внешних реакциях личности в различных ситуациях. Характерной особенностью является повышенная слезливость (как принято говорить, «глаза на мокром месте»).

Педантичный тип. Хорошо заметными внешними проявлениями этого типа являются повышенная аккуратность, тяга к порядку, нерешительность и осторожность. Прежде чем что-то сделать долго и тщательно все обдумывают. Очевидно, за внешней педантичностью стоят нежелание и неспособность к быстрым переменам, к принятию ответственности. Эти люди без нужды не меняют место работы, лишь в самых крайних случаях, и то с большим трудом. Любят свое производство, привычную работу, добросовестны в быту.

Тревожный тип. Главной особенностью этого типа является повышенная тревожность по поводу возможных неудач, беспокойство за свою судьбу и судьбу близких. При этом объективных поводов к такому беспокойству, как правило, нет или они незначительны. Отличаются робостью, иногда с проявлением покорности. Постоянная настороженность перед внешними обстоятельствами сочетается с неуверенностью в собственных силах.

Циклотимический тип. Важнейшей особенностью циклотимического типа является смена гипертимических и дистимических состояний. Такие перемены нередки и систематичны. В гипертимической фазе поведения радостные события вызывают у циклотимов не только радостные эмоции, но и жажду деятельности, повышенную словоохотливость, активность. Печальные события вызывают не только огорчение, но и подавленность. В этом состоянии характерны замедленность реакций и мышления, замедление и снижение эмоционального отклика.

Демонстративный тип. Центральной особенностью демонстративной личности является потребность и постоянное стремление произвести впечатление, привлечь к себе внимание, быть в центре. Это проявляется в тщеславном, часто нарочитом поведении, в частности в таких чертах, как самовосхваление, восприятие и преподнесение себя как центрального персонажа любой ситуации. Значительная доля того, что такой человек говорит о себе, часто оказывается плодом его фантазии или же значительно приукрашенным изложением событий.

Возбудимый тип. Особенностью возбудимой личности является выраженная импульсивность поведения. Манера общения и поведения в значительной мере зависит не от логики, не от рационального осмысления своих поступков, а обусловлена порывом, влечением, инстинктом или неконтролируемыми побуждениями. В области социального взаимодействия для представителей этого типа характерна крайне низкая терпимость, что может расцениваться и как отсутствие терпимости вообще.

Дистимический тип. Дистимическая личность – антипод гипертимической. Дистимики обычно сконцентрированы на мрачных, печальных сторонах жизни. Это проявляется во всем: и в поведении, и в общении, и в особенностях восприятия жизни, событий и других людей (социально-перцептивные особенности). Обычно эти люди по натуре серьезны. Активность, а тем более гиперактивность им совершенно несвойственны.

Экзальтированный тип. Главной чертой экзальтированной личности является бурная, экзальтированная реакция на происходящее. Они легко приходят в восторг от радостных событий и в отчаяние от печальных. Их отличает крайняя впечатлительность по поводу любого события или факта. При этом внутренняя впечатлительность и склонность к переживаниям находят в их поведении яркое внешнее выражение.

Весьма интересную и психологически богатую классификацию типов акцентуации характера дал А.Е. Личко [1999]. И хотя материа-

лом для ее построения послужили в основном наблюдения за подростками, она может быть полезной и для педагога высшей школы.

Гипертимный тип. Гипертимы с детства отличаются большой подвижностью, общительностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостаточным чувством дистанции по отношению к взрослым. В подростковом возрасте почти всегда имеют очень хорошее настроение и самочувствие, высокий жизненный тонус, хороший аппетит, здоровый сон. Лишь изредка наблюдаются вспышки раздражения, гнева, агрессии. Сильно выражена реакция эмансипации (особенно при мелочной опеке со стороны родителей – в этом случае могут совершить побег из дома). Любят компании сверстников, стремятся к лидерству, неразборчивы в выборе знакомств. Хобби разнообразные, но часто сменяемые. Не очень аккуратны. Самооценка искренняя, немного завышенная.

Циклоидный тип. В детстве циклоиды мало выделяются (т.е. акцентуация слабо выражена) и часто похожи на гипертимов. В пубертатном возрасте возникают первые субдепрессивные фазы – склонность к апатии и раздражительности, с утра вялость и упадок сил. Становится труднее учиться, появляется тяга к домоседству, избегание компаний сверстников. Пропадает аппетит, появляется бессонница, а иногда и сонливость. Длительность субдепрессивных состояний у типичных циклоидов – 2 – 3 недели. Нарекания окружающих могут их усугубить. Неустойчивы к ломкам жизненных стереотипов и часто испытывают затруднения при переходе к вузовскому обучению.

Лабильный тип. В детстве ничем особенно не выделяются, но часто болеют (простуды, пневмония, ревматизм и др.). Главная черта лабильных – изменчивость настроения, причем смена хорошего настроения на плохое и наоборот часто происходит без видимых или сколько-нибудь существенных причин (комплимент, мелкая неудача), достигая при этом значительной глубины и силы. Тем более тяжело лабильные дети и подростки переносят действительные неприятности и несчастья, обнаруживая склонность к реактивным депрессиям; все-

гда очень нуждаются в поддержке, похвале. Преданны в дружбе и стихийно ищут в друге психотерапевта. Реакция эмансипации выражена умеренно; самооценка искренняя и в основном адекватная. Обладают хорошей интуицией в отношениях с другими людьми.

Сензитивный тип. Сензитив рано обнаруживает пугливость и боязливость (боится темноты, сторонится слишком бойких сверстников, избегает больших компаний), не расположен к легкому общению с чужими людьми, но, в отличие от аутичных шизоидов, демонстрирует готовность к общению с теми, к кому привык. Привязан к родным, любит игры с малышами, рисование, лепку. Пубертатный период проходит без осложнений, реакция эмансипации выражена слабо. Основные сложности возникают в 16-19 лет – отмечается чрезвычайная впечатлительность и резко выраженное чувство собственной недостаточности. Рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные требования к себе и окружающим. Часто мучаются угрызениями совести. Не любят легких отношений и флирта. Обычно не курят и не пьют. Самооценка адекватная.

Шизоидный тип. Особенности этого типа проявляются раньше, чем у всех других, – ребенок любит играть один, не тянется к сверстникам, предпочитает быть среди взрослых. Отличается холодностью, недетской сдержанностью. В период полового созревания эти черты проявляются еще сильнее – живет в своем мире, пренебрежительно относясь ко всему, что интересует других подростков. Плохая интуиция в межличностных отношениях, не умеет проникнуть в чужие переживания, догадаться об отношении к себе. Эмансипация проявляется в основном в недопуске других в свой мир, в протестах против отсутствия свободы, в элементах социального нонконформизма.

Эпилептоидный тип. Главные черты эпилептоида – склонность к дисфориям (эмоциональная подавленность, расстройство), аффективная взрывчатость, сильные, вплоть до аномалии, влечения, вязкость, инертность, накладывающие отпечаток на всю психику. В явной форме картина эпилептоидной акцентуации разворачивается к 12 – 19 годам, но с ранних лет эти дети могут подолгу плакать, и

этот плач ничем нельзя остановить. Рано проявляются садистские склонности, любят мучить животных, исподтишка бить и дразнить младших и слабых. Любят верховодить в компаниях младших, чтобы обладать властью. Часто не по-детски бережливы, аккуратны и педантичны, иногда в ущерб пользе дела. В любви ревнивы, перед начальством часто угодливы. Любят азартные игры, коллекционирование. Крепко спят и трудно пробуждаются. Самооценка не всегда адекватна.

Истероидный тип. Истероидные черты проявляются рано, главные из них – беспредельный эгоцентризм и жажда постоянного внимания к себе, удивления, восхищения, почитания. В крайнем случае, предпочитают ненависть к себе безразличию и равнодушию. Кажущаяся эмоциональность содержит в себе сильный элемент рисовки и театральности. Склонны к лживости и фантазиям по поводу своей персоны, ревнивы к похвалам других. Часто наблюдается ложная суицидальность, призванная привлечь к себе внимание: осуществляют демонстративные приготовления к самоубийству, делают «тайные признания» и т.п. Чувство уязвленного самолюбия часто сильнее любви. Бегство в болезнь нередко используется как выход из сложной ситуации или способ привлечь к себе внимание. Самооценка необъективна, подчеркивают в себе те качества, которые в данный момент могут произвести впечатление.

Конформный тип. Данный тип демонстрирует бездумное, некритическое, а часто конъюнктурное подчинение любым авторитетам, большинству, группе. Такие люди обычно склонны к морализаторству и консерватизму, а их главное кредо – «быть как все». Это тип приспособленца, который ради своих собственных интересов готов предать друга, покинуть его в трудную минуту, но, что бы он ни совершил, он всегда найдет «моральное» оправдание своему поступку, причем нередко не одно.

Психоастенический тип. Люди этого типа характеризуются ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей.

Такие юноши, нередко бывают больше сильны на словах, чем в деле. Самоуверенность у них сочетается с нерешительностью, а безапелляционность суждений – со скоропалительностью действий, предпринимаемых как раз в те моменты, когда требуется осторожность и осмотрительность.

Астеноневротический тип. Этот тип характеризуется повышенной мнительностью и капризностью, утомляемостью и раздражительностью. Особенно часто утомляемость проявляется при выполнении трудной умственной работы.

Неустойчивый тип. Юноши данного типа обнаруживают повышенную склонность и тягу к развлечениям, причем без разбора, а также к безделью и праздности. У них отсутствуют какие-либо серьезные, в том числе профессиональные интересы, они почти совсем не думают о своем будущем.



Методика диагностика акцентуаций характера

Данная методика была разработана Х.Смишеком в 1970 году на основе концепции акцентуированных личностей К.Леонгарда. По форме она представляет собой опросник, состоящий из 88 вопросов и предполагающий два варианта ответов: «да» и «нет». Опросник позволит практикантам изучить особенности характера студента, лучше понять его поведение и действия. Учет полученных результатов исследования поможет начинающему преподавателю организовать индивидуальный подход к каждому студенту, корректируя нежелательные проявления отрицательных черт характера и развивая потенциальные возможности студента.

Тестирование может проводиться как индивидуально, так и в групповом варианте.

После тестирования ответный бланк обрабатывается с помощью ключей. В результате получают показатели по каждому из типов акцентуаций («сырые» баллы). Затем полученные показатели преобразуются с помощью соответствующих коэффициентов по формуле: «Сырые» баллы умножают на коэффициент = Итоговый показатель».

Коэффициенты для каждого типа акцентуаций следующие:

- | | |
|----------------------|---|
| 1. Гипертимический | 3 |
| 2. Застревающий | 2 |
| 3. Педантичный | 2 |
| 4. Эмотивный | 3 |
| 5. Тревожный | 3 |
| 6. Циклотимный | 3 |
| 7. Возбудимый | 3 |
| 8. Дистимический | 3 |
| 9. Демонстративный | 2 |
| 10. Экзальтированный | 6 |

Результаты подсчета записываются в бланке фиксации результатов. Сразу же может быть дана приблизительная оценка типа акцентуации. Если итоговый показатель превосходит 12 (максимальное значение – 24), то это считается признаком акцентуации по данному типу.

Однако имеются данные, подтверждаемые также и нашими исследованиями, согласно которым критическое для диагностики типа значение лежит в пределах 14-16.

Далее результаты могут быть представлены графически. Для этого следует отложить полученные показатели в системе координат: тип акцентуации – значение показателя. После соединения точек на графике получаем профиль личностных акцентуаций.

Инструкция для испытуемого: Просим вас ответить на приведенные вопросы. Помните, что правильных или неправильных ответов здесь нет. Поэтому отвечайте сразу, долго не задумываясь. Отвечать на вопросы следует только «да» или «нет». Просьба отвечать внимательно, но в быстром темпе.

1. У вас чаще веселое и беззаботное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что в кино, театре, во время беседы у вас на глазах навертываются слезы?
4. Сделав что-то, вы сомневаетесь, все ли сделано правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что все сделано как надо?
5. В детстве вы были столь же смелы и отчаянны, как все ваши сверстники?
6. Часто ли у вас резко меняется отношение к себе и общее настроение – от состояния безграничного ликования до отвращения к жизни?
7. Являетесь ли вы обычно центром внимания в обществе, в компании?
8. Бывает ли так, что вы находитесь беспричинно в таком ворчливом настроении, что с вами лучше не разговаривать?
9. Вы серьезный человек?
10. Способны ли вы восторгаться, восхищаться чем-нибудь?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете нанесенную вам обиду?
13. Мягкосердечны ли вы?

14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли вы, проводя рукой по щели, что письмо полностью упало в ящик?
15. Стремитесь ли вы всегда считаться в числе лучших работников?
16. Бывало ли вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой?
17. Стремитесь ли вы во всем и всюду соблюдать порядок?
18. Зависит ли ваше настроение от внешних обстоятельств?
19. Любят ли вас ваши знакомые?
20. Часто ли у вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?
21. Часто ли у вас несколько подавленное настроение?
22. Были ли у вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв?
23. Трудно ли вам долго усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к вам несправедливо поступили, энергично ли вы отстаиваете свои интересы?
25. Можете ли вы зарезать курицу или овцу?
26. Раздражает ли вас, если дома занавесь или скатерть висят неровно, и вы сразу же стремитесь поправить их?
27. Боялись ли вы в детстве оставаться дома одни?
28. Часто ли у вас бывают беспричинные колебания настроения?
29. Всегда ли вы стремитесь быть достаточно сильным работником в своей профессии?
30. Быстро ли вы начинаете сердиться или впадать в гнев?
31. Можете ли вы быть абсолютно беззаботно веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает вас?
33. Как вы думаете, получится ли из вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле?
34. Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откровенно, прямо и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови? Вызывает ли это у вас неприятные ощущения?
36. Любите ли вы работу с высокой личной ответственностью?

37. Склонны ли вы выступать на защиту тех лиц, по отношению к которым поступают несправедливо?
38. Страшно ли вам спускаться в темный подвал?
39. Предпочитаете ли вы такую работу, где действовать надо быстро, но требования к качеству невысокие?
40. Общительны ли вы?
41. В школе вы охотно декламировали стихи?
42. Убегали ли вы в детстве из дома?
43. Кажется ли вам жизнь трудной?
44. Бывает ли так, что после конфликта вы были до того расстроены, что идти на работу казалось просто невыносимым?
45. Можно ли сказать, что при неудаче вы не теряете чувства юмора?
46. Предпринимаете ли вы первые шаги к примирению, если вас кто-нибудь обидел?
47. Вы очень любите животных?
48. Возвращаетесь ли вы, чтобы убедиться, что оставили дом или рабочее место в таком состоянии, что там ничего не случится?
49. Преследует ли вас иногда неясная мысль, что с вами и вашими близкими может случиться что-то страшное?
50. Считаете ли вы, что ваше настроение очень изменчиво?
51. Трудно ли вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей?
52. Вы можете ударить обидчика, если он вас оскорбит?
53. У вас очень велика потребность в общении с другими людьми?
54. Вы относитесь к тем, кто впадает в глубокое отчаяние, испытывает какое-либо разочарование?
55. Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?
56. Настойчиво ли вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?

57. Может ли трагический фильм взволновать вас так, что на глазах выступают слезы?

58. Часто ли бывает вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого или будущего дня все время крутятся в ваших мыслях?

59. В школе вы иногда подсказывали своим товарищам или давали списывать?

60. Потребуется ли вам большое напряжение воли, чтобы ночью пройти одному через кладбище?

61. Тщательно ли вы следите за тем, чтобы каждая вещь в вашей квартире была только на одном и том же месте?

62. Бывает ли так, что, будучи в хорошем настроении перед сном, на следующий день вы встаете в подавленном настроении, дрыхнете несколько часов?

63. Легко ли вы привыкаете к новым ситуациям?

64. Бывают ли у вас головные боли?

65. Вы часто смеетесь?

66. Можете ли вы быть приветливым даже с тем, кого вы явно не цените, не любите, не уважаете?

67. Вы подвижный человек?

68. Вы очень переживаете из-за несправедливости?

69. Вы настолько любите природу, что можете назвать себя ее другом?

70. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери?

71. Вы очень боязливы?

72. Изменяется ли ваше настроение при приеме алкоголя?

73. В молодости вы охотно участвовали в кружке художественной самодеятельности (театр, танцы и т.п.), а может, участвуете и сейчас?

74. Вы оцениваете жизнь пессимистически, без ожидания радости?

75. Вас часто тянет путешествовать?

76. Может ли ваше настроение измениться так резко, что состояние радости сменяется вдруг угрюмым, подавленным настроением?

77. Легко ли вам удастся поднять настроение друзей в компании?

78. Долго ли вы переживаете обиду?
79. Переживаете ли вы горести других людей длительное время?
80. Часто ли, будучи школьником, вы переписывали страницу в тетради, если ставили в ней кляксу?
81. Относитесь ли вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Бывает ли, что вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда или, стоя у окна многоэтажного дома, опасаетесь, что можете выпасть из него?
84. В веселой компании вы обычно веселы?
85. Способны ли вы отвлечься от трудных проблем, требующих решения?
86. Становитесь ли вы менее сдержаны и чувствуете ли себя более свободно, если примете алкоголь?
87. В беседе вы скупы на слова?
88. Если вам было бы необходимо играть на сцене, способны ли вы так войти в роль, чтобы позабыть о том, где граница игры?

Ключ к опроснику:

- Гипертимический тип: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.
Застревающий тип: 2, 12, 15, 24, 34, 37, 46, 56, 59, 68, 78, 81.
Педантичный тип: 4, 14, 17, 26, 36, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83.
Эмотивный тип: 3, 13, 25, 35, 47, 57, 69, 79.
Тревожный тип: 5, 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.
Циклотимный тип: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.
Возбудимый тип: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.
Дистимический тип: 9, 21, 31, 43, 53, 65, 75, 87.
Демонстративный тип: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 51, 63, 66, 73, 85.
Экзальтированный тип: 10, 32, 54, 76.

Задания для размышления:

1. Какие характерологические особенности студентов вы учитываете в своей профессиональной деятельности?

2. Как правильно строить педагогу взаимодействия со студентами гипертимического типа, застревающего типа?
3. Как правильно строить педагогу взаимодействия со студентами педантичного типа, эмотивного типа?
4. Как правильно строить педагогу взаимодействия со студентами тревожного типа, циклоидного типа?
5. Как правильно строить педагогу взаимодействия со студентами возбудимого типа, дистимического типа?
6. Как правильно строить педагогу взаимодействия со студентами демонстративного типа, экзальтированного типа?

Влияние способностей студентов на успешность овладения профессиональной деятельностью

Под **способностями** понимают такие индивидуальные особенности, которые являются условиями успешного выполнения какой-либо одной или нескольких деятельностей. Термин «способности», несмотря на его давнее и широкое применение в психологии, многими авторами трактуется неоднозначно.

В первом случае под **способностями** понимают совокупность всевозможных психических процессов и состояний. Это наиболее широкое и самое старое толкование термина «способности».

С точки зрения второго подхода под **способностями** понимают высокий уровень развития общих и специальных знаний, умений и навыков, обеспечивающих успешное выполнение человеком различных видов деятельности.

Третий подход основан на утверждении о том, **что способности** – это то, что не сводится к знаниям, умениям и навыкам, но обеспечивает их быстрое приобретение, закрепление и эффективное использование на практике.

Б.М. Теплов выделил следующие три основных признака понятия «способность».

- Во-первых, под способностями понимаются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого.
- Во-вторых, способностями называют не всякие вообще индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей.
- В-третьих, понятие «способность» не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека.

Несмотря на то, что способности не сводятся к знаниям, умениям и навыкам, это не означает, что они никак не связаны со знаниями и умениями. От способностей зависят легкость и быстрота приобретения знаний, умений и навыков. Приобретение же этих знаний и умений, в свою очередь, содействует дальнейшему развитию способностей, тогда как отсутствие соответствующих навыков и знаний является тормозом для развития способностей.

Способности, считал Б.М. Теплов, не могут существовать иначе как в постоянном процессе развития. Способность, которая не развивается, которой на практике человек перестает пользоваться, со временем утрачивается.

Следует отметить, что успешность выполнения любой деятельности зависит не от какой-либо одной, а от сочетания различных способностей, причем это сочетание, дающее один и тот же результат, может быть обеспечено различными способами. При отсутствии необходимых задатков к развитию одних способностей их дефицит может быть восполнен за счет более высокого развития других.

Способности студентов – это такие их психологические особенности, которые позволяют успешно овладевать программой вуза, эффективно совершенствоваться как будущим специалистами. В структуру способностей входят внимательность, наблюдательность, определенные качества мышления, воображения, памяти.

Способности студентов развиваются вместе с совершенствованием их внимания, памяти, воображения, мышления, других психиче-

ских процессов и свойств личности, а также путем компенсации недостающих качеств.

Как отмечает Н.С. Лейтес, необходимыми предпосылками развития как общих, так и специальных способностей являются активность и саморегуляция – универсальные внутренние условия осуществления деятельности.

Способности формируются и развиваются в деятельности. Поэтому моделирование будущей деятельности, практика, стажировка имеют большое значение для развития профессиональных способностей студентов.

Одной из предпосылок успешного развития способностей у студентов является их интерес к своей будущей профессии, трудолюбие и настойчивость, понимание ответственности за свою подготовленность. Полезно самих студентов нацелить на самовоспитание способностей.

Задания для размышления:

1. Охарактеризуйте роль способностей в успешной деятельности студента.
2. Разработайте структуру способностей студентов вашей специальности.

Эмоционально-волевые процессы в деятельности студентов

Все, с чем мы сталкиваемся в повседневной жизни, вызывает у нас определенное отношение. Эмоции характеризуют потребности человека и предметы, на которые они направлены. Они являются одним из основных механизмов регуляции функционального состояния организма и деятельности человека.

Эмоции – психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Следовательно, наиболее существенной характеристикой эмоций является их субъективность.

Благодаря эмоциям человек осознает свои потребности и предметы, на которые они направлены. Другая всеобщая черта эмоций – это их содействие в реализации потребностей и достижении определенных целей. Поскольку любая эмоция положительна или отрицательна, человек может судить о достижении поставленной цели. Положительная эмоция всегда связана с получением желаемого результата, а отрицательная, наоборот, с неудачей при достижении цели.

Эмоции – это сложные психические явления. К наиболее значимым эмоциям принято относить следующие типы эмоциональных переживаний: аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения, эмоциональный стресс.

Аффект – интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки. Примерами аффекта могут служить сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние. Эта эмоциональная реакция полностью захватывает психику человека, соединяя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными, образуя единый аффективный комплекс, предопределяющий единую реакцию на ситуацию в целом.

Эмоции отличаются от аффектов длительностью; они представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые.

Для того чтобы понять суть эмоций, необходимо исходить из того, что большинство предметов и явлений внешней среды, воздействуя на органы чувств, вызывают у нас сложные, многогранные эмоциональные ощущения и чувства, которые могут включать в себя одновременно как удовольствие, так и неудовольствие. Например, воспоминание о чем-либо неприятном может одновременно с тяжелым чувством вызывать и радость от сознания того, что это неприятное осталось где-то в прошлом. Весьма ярко совмещение положительной и отрицательной окраски эмоциональных переживаний наблюдается при преодолении трудностей, с которыми приходится иметь дело.

Помимо удовольствия и неудовольствия во многих ситуациях возникает ощущение какого-либо напряжения, с одной стороны, раз-

решения или облегчения – с другой. В критические моменты деятельности, в ответственные минуты принятия решения, при преодолении затруднений человек испытывает напряжение. Очень часто это напряжение носит ярко выраженный активный характер, сопровождается повышенным вниманием к объекту деятельности, своеобразным приливом умственных и физических сил, жадой действий, особым волнением.

Другим проявлением эмоциональных процессов является возбуждение – успокоение. Возбужденное эмоциональное состояние носит обычно активный характер, связано с деятельностью или с подготовкой к ней. Чрезмерное возбуждение может, однако, расстраивать целесообразную деятельность, делать ее беспорядочной, хаотичной. Успокоение связано со снижением активности, но также служит основой целесообразного ее применения.

Следует отметить, что эмоциональные переживания носят неоднозначный характер. Один и тот же объект может вызывать несогласованные, противоречивые эмоциональные отношения. Это явление получило название амбивалентность (двойственность) чувств. Обычно амбивалентность вызвана тем, что отдельные особенности сложного объекта по-разному влияют на потребности и ценности человека.

Чувства – это еще один вид эмоциональных состояний. Различия эмоций и чувств представлены в таблице 4.

Чувства отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам (реальным или воображаемым). Человек не может переживать чувства вообще, если они не отнесены к кому-нибудь или чему-нибудь.

Чувства возникли и формировались в процессе культурно-исторического развития человека. Способы выражения чувств менялись в зависимости от исторической эпохи. В индивидуальном развитии человека чувства выступают как значимый фактор в формировании мотивационной сферы. Человек всегда стремится заниматься тем видом деятельности и тем трудом, которые ему нравятся и вызывают у него позитивные чувства.

Отличие эмоций от чувств

Эмоции	Чувства
Эмоции носят характер ориентировочной реакции, т. е. несут первичную информацию о недостатке или избытке чего-либо, поэтому они часто бывают неопределенными и недостаточно осознаваемыми (например, смутное ощущение чего-либо).	Предметны и конкретны.
Эмоции в большей степени связаны с биологическими процессами.	Чувства – с социальной сферой.
Эмоции в большей степени связаны с областью бессознательно-го.	Чувства максимально представлены в нашем сознании.
Как правило, не имеют внешнего проявления.	Чувства человека всегда имеют определенное внешнее проявление.
	Чувства – еще более длительные, чем эмоции, психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер.

Чувства играют значимую роль и в построении контактов с окружающими людьми. Человек всегда предпочитает находиться в комфортной обстановке, а не в условиях, вызывающих у него негативные чувства. Кроме этого, следует отметить, что чувства всегда индивидуальны. То, что нравится одному, может вызывать негативные чувства у другого. Это объясняется тем, что чувства опосредуются системой ценностных установок конкретного человека.

Особую форму переживания представляют собой высшие чувства, в которых заключено все богатство подлинно человеческих отношений. В зависимости от предметной сферы, к которой они относятся, чувства подразделяются на нравственные, эстетические, интеллектуальные.

Нравственными, или моральными, называются чувства, переживаемые людьми при восприятии явлений действительности и сравнении этих явлений с нормами, выработанными обществом. Проявление этих чувств предполагает, что человеком усвоены нравственные нормы и правила поведения в том обществе, в котором он живет. К нравственным чувствам относят чувство долга, гуманность, доброжелательность, любовь, дружбу, патриотизм, сочувствие и т. д. К аморальным можно отнести жадность, эгоизм, жестокость и т. д. Следует отметить, что в различных обществах эти чувства могут иметь некоторые различия в содержательном наполнении.

Отдельно можно выделить так называемые **морально-политические** чувства. Эта группа чувств проявляется в эмоциональных отношениях к различным общественным учреждениям и организациям, а также к государству в целом. Одной из важнейших особенностей морально-политических чувств является их действенный характер. Они могут выступать как побудительные силы героических дел и поступков. Поэтому одной из задач любого государственного строя всегда было и остается формирование таких морально-политических чувств, как патриотизм, любовь к Родине и др.

Интеллектуальными чувствами называют переживания, возникающие в процессе познавательной деятельности человека. Наиболее типичной ситуацией, порождающей интеллектуальные чувства, является проблемная ситуация. Успешность или неуспешность, легкость или трудность умственной деятельности вызывают в человеке целую гамму переживаний. Интеллектуальные чувства не только сопровождают познавательную деятельность человека, но и стимулируют, усиливают ее, влияют на скорость и продуктивность мышления, на содержательность и точность полученных знаний. Существование интеллектуальных чувств: удивления, любопытства, любознательности, чувства радости по поводу сделанного открытия, чувства сомнения в правильности решения, чувства уверенности в правильности доказательства – является ярким свидетельством взаимосвязи ин-

теллектуальных и эмоциональных процессов. При этом чувства выступают как своеобразный регулятор умственной деятельности.

Эстетические чувства представляют собой эмоциональное отношение человека к прекрасному в природе, в жизни людей и в искусстве. Наблюдая окружающие предметы и явления действительности, человек может испытывать особое чувство восхищения их красотой. Особенно глубокие переживания человек испытывает при восприятии произведений художественной литературы, музыкального, изобразительного, драматического и других видов искусства. Это вызвано тем, что в них специфически переплетаются и моральные, и интеллектуальные чувства. Эстетическое отношение проявляется через разные чувства: восторг, радость, презрение, отвращение, тоску, страдание и др.

Настроение – самое длительное, или «хроническое», эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение. Настроение отличается от эмоций меньшей интенсивностью и меньшей предметностью. Оно отражает бессознательную обобщенную оценку того, как на данный момент складываются обстоятельства. Настроение может быть радостным или печальным, веселым или угнетенным, бодрым или подавленным, спокойным или раздраженным и т. д.

Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и особенно от тонуса нервной системы. Причины того или иного настроения не всегда ясны человеку, а тем более окружающим его людям. В этом настроении похожи на собственно эмоции и близки к сфере бессознательного. Настроения могут различаться по продолжительности. Устойчивость настроения зависит от многих причин: возраста человека, индивидуальных особенностей его характера и темперамента, силы воли, уровня развития ведущих мотивов поведения. Настроения имеют огромное значение для эффективности деятельности, которой занимается человек.

Настроение тесно связано с соотношением между самооценкой человека и уровнем его притязаний. У лиц с высокой самооценкой

чаще наблюдается повышенное настроение, у лиц же с заниженной самооценкой выражена склонность к пассивно-отрицательным эмоциональным состояниям, связанным с ожиданием неблагоприятных исходов. Поэтому настроение может стать причиной отказа от действий и дальнейшего снижения притязаний, что может привести к отказу от удовлетворения данной потребности.

Функции эмоций

1. Регуляторная – состоит в регуляции поведения и деятельности человека.

2. Отражательная функция выражается в обобщенной оценке событий. Благодаря тому, что чувства охватывают весь организм, они позволяют определить полезность и вредность воздействующих на них факторов и реагировать, прежде чем будет определено само вредное воздействие.

3. Сигнальная функция. Возникающие переживания сигнализируют человеку, как идет у него процесс удовлетворения потребностей, какие препятствия встречает он на своем пути, на что надо обратить внимание в первую очередь и т. д.

4. Побудительная функция. Эмоции и чувства способствуют определению направления поиска, в результате которого достигается удовлетворение возникшей потребности или решается стоящая перед человеком задача.

5. Подкрепляющая функция. Значимые события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти.

6. Переключательная функция. Особенно ярко обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность.

7. Приспособительная функция. Благодаря вовремя возникшему чувству организм имеет возможность эффективно приспособиться к окружающим условиям.

8. Коммуникативная функция. Мимические и пантомимические движения позволяют человеку передавать свои переживания другим

людям, информировать их о своем отношении к предметам и явлениям окружающей действительности.

Индивидуальные отличия людей в эмоциональной сфере

1. Люди различаются по преобладающему настроению. Под влиянием жизненных условий и в зависимости от отношения к ним у одних людей преобладает повышенное, бодрое, веселое настроение; у других – пониженное, подавленное, грустное; у третьих – капризное, раздражительное и т. д.

2. Индивидуальные различия наблюдаются в эмоциональной возбудимости людей. Есть люди эмоционально мало чуткие, у которых только какие-либо чрезвычайные события вызывают ярко выраженные эмоции. Такие люди не столько чувствуют, попав в ту или иную жизненную ситуацию, сколько осознают ее умом. Есть и другая категория людей – эмоционально возбудимых, у которых малейший пустяк может вызвать сильные эмоции. Даже маловажное событие вызывает у них подъем или падение настроения.

3. Отмечаются различия в глубине и устойчивости чувств. Одних людей чувства захватывают целиком, оставляют глубокий след после себя. У других людей чувства носят поверхностный характер, протекают легко, малозаметно, проходят быстро и совершенно бесследно.

4. Различия в проявлении аффектов и страстей. В этом плане можно выделить людей неуравновешенных, легко теряющих контроль над собой и своим поведением, склонных легко поддаваться аффектам и страстям, например, необузданному гневу, панике, азарту. Другие люди, наоборот, всегда уравновешены, вполне владеют собой, сознательно контролируют свое поведение.

5. Различия между людьми проявляются в том, как чувства и эмоции отражаются на их деятельности. У одних людей чувства носят действенный характер, побуждают к действию, у других все ограничивается самим чувством, не вызывающим никаких изменений в поведении.

Существующие различия в проявлении эмоций и чувств в значительной степени обуславливают неповторимость конкретного человека, т. е. определяют его индивидуальность.

Развитие эмоциональной сферы студентов

Эмоции и чувства ярко проявляются и играют важную роль в деятельности студента, особенно в напряженные ее периоды (экзамены), когда они могут способствовать усилению мотивов к достижению цели и мобилизации сил. Переживание тех или иных эмоций и чувств влияет на формирование личности студента, на перестройку его взглядов, отношений к действительности.

Для эмоциональных процессов студентов в учении характерны:

- большая интенсивность особенно интеллектуальных чувств, разнообразие, переходы от одних к другим, ускоренное формирование высших чувств;
- неподверженность эмоциональных процессов отрицательным влияниям (внешним и внутренним) – эмоциональная устойчивость – выступает как условие сохранения надежности деятельности в сложных для студента ситуациях;
- в деятельности студента не исключен эмоциональный стресс – напряженность в трудных ситуациях.

Стресс – состояние психического напряжения, возникающие у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях, как в повседневной жизни, так и при особых обстоятельствах. Он вызывается оценочной ситуацией (экзамен), непривычными условиями, возрастанием ответственности, большими умственными и волевыми нагрузками, необходимостью преодолевать переутомление. Принято различать два типа реакций на стресс: стресс «льва» и стресс «кролика».

Состояние стресса у студентов в процессе деятельности предупреждается психологической подготовкой к выполняемым учебным и другим задачам, формированием устойчивых качеств и навыков, умелым управлением поведением студентов со стороны преподавателей и руководителей вуза.

Эмоциональная сфера в студенческом возрасте приходит к некоторому уравновешенному состоянию, «успокаиваясь» после своего бурного развития и брожения в подростковый период. Но определенные отголоски прошедших «бурь» иногда дают себя знать, особенно у студентов с задержками личностного развития, т. е. страдающих инфантилизмом. Часто может наблюдаться гипертрофированная и несколько абстрактная неудовлетворенность жизнью, собой и другими людьми. При неадекватном педагогическом воздействии такие состояния могут стать причиной деструктивных тенденций в поведении. Но при обращении энергии этого эмоционального состояния на решение сложной и значимой для студента задачи неудовлетворенность может стать стимулом к конструктивной и плодотворной работе.

Выраженный и часто подчеркнутый рационализм в обращении преподавателей со студентами негативно сказывается на развитии их эмоциональной сферы в целом. Поэтому преподавателю необходимо сознательно следить за тем, не переходит ли он опасную черту почти неизбежный дисбаланс рационального и эмоционального в стиле его общения со студентами. В этом случае без некоторой, пусть порой даже искусственно добавляемой, эмоциональной теплоты эффективность его работы со студентами может сильно снизиться даже при ее очень высоком содержательном уровне. Без принятия таких мер у преподавателя самого могут возникнуть эмоциональные перегрузки, еще более усиливающие трудности нахождения верного эмоционального тона в общении со студентами.

Развитие высших чувств у студентов

1. Чтобы разрыв между знаниями и чувствами был минимальным, надо передавать знания образно, эмоционально, убедительно, приводить на занятиях такие факты и примеры, которые вызывали бы глубокие переживания и горячие отклики, активизируя именно те чувства, которые необходимо воспитать.

2. Чувства развиваются и закрепляются, становятся более яркими и содержательными, если они находят реальное проявление в жизни и деятельности студента. Поэтому важно добиться, чтобы чувства,

вызванные у студентов с помощью тех или иных средств воздействия, проявились в их практической деятельности. Например, чувство коллективизма может быть закреплено взаимопомощью студентов в учебе и общественной работе.

3. Внимательность и уважение к студенту со стороны преподавателя побуждает его лучшие чувства, повышают эмоциональную восприимчивость к замечаниям и указаниям, готовность поддаваться воспитательным влияниям. И наоборот, равнодушие, высокомерие преподавателя может вызвать у студента отрицательные чувства.

Задания для размышления:

1. Каковы особенности проявления эмоций в студенческом возрасте?

2. Систематизируйте содержание изученного материала, используя предложенную матрицу:

Эмоции это	
К эмоциональным состояниям относят	
Специфика аффекта	
Специфика эмоций	
Специфика чувств	
Специфика настроений	
Функции эмоций	
Индивидуальные отличия людей в эмоциональной сфере	
Педагогические приемы и методы, направленные на развитие эмоциональной сферы студентов	

Развитие силы воли студентов

Любая деятельность человека всегда сопровождается конкретными действиями, которые могут быть разделены на две большие группы: произвольные и произвольные. Главное отличие произвольных действий состоит в том, что они осуществляются под контролем сознания и требуют со стороны человека определенных усилий, направленных на достижение сознательно поставленной цели.

Воля – это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков. Главная функция воли заключается в сознательной регуляции активности в затрудненных условиях жизнедеятельности. В основе этой регуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы. В соответствии с этим принято выделять в качестве конкретизации указанной выше общей функции две другие – активизирующую и тормозящую.

Важным признаком волевого поведения является его связь с преодолением препятствий, причем независимо от того, какого типа эти препятствия – внутренние или внешние. Внутренними или субъективными препятствиями являются побуждения человека, направленные на невыполнение данного действия или на выполнение противоположных ему действий. Например, студенту хочется пойти погулять, но в это же время ему необходимо делать домашнее задание. В качестве внутренних препятствий могут выступать усталость, желание развлечься, инертность, лень и т. д. Примером внешних препятствий может служить, например, отсутствие необходимого инструмента для работы или противодействие других людей, не желающих того, чтобы поставленная цель была достигнута.

Следует заметить, что не всякое действие, направленное на преодоление препятствия, является волевым. Например, человек, убегающий от собаки, может преодолеть очень сложные препятствия и даже залезть на высокое дерево, но эти действия не являются волевыми, поскольку они вызваны, прежде всего, внешними причинами, а не

внутренними установками человека. Таким образом, важнейшей особенностью волевых действий, направленных на преодоление препятствий, является осознание значения поставленной цели, за которую надо бороться, осознание необходимости достичь ее.

Обычно человек более или менее ясно осознает то, ради чего совершает те или иные действия, знает цель, достичь которой стремится. Бывают же случаи, когда человек осознает то, что он делает, но не может объяснить, ради чего он это делает. Чаще всего это бывает тогда, когда человек охвачен какими-то сильными чувствами, испытывает эмоциональное возбуждение. Подобные действия называют импульсивными. Степень осознания таких действий сильно снижена. Совершив необдуманные действия, человек часто раскаивается в том, что сделал. Но воля как раз в том и заключается, что человек в состоянии удержать себя от совершения необдуманных поступков при аффективных вспышках.

Воля подразумевает наличие целеустремленности человека, что требует определенных мыслительных процессов. Проявление мышления выражается в сознательном выборе цели и подборе средств для ее достижения. Мышление необходимо и в ходе выполнения задуманного действия. Для того, чтобы достичь поставленной цели, человек должен постоянно сличать цели действия, условия и средства его выполнения и своевременно вносить необходимые коррективы. Без участия мышления волевые действия были бы лишены сознательности, т. е. перестали бы быть волевыми действиями.

Связь воли и чувств выражается в том, что человек обращает внимание на предметы и явления, вызывающие у него определенные чувства. Желание добиться или достичь чего-либо, точно так же как избежать чего-либо неприятного, связано с нашими чувствами. То, что для нас является безразличным, не вызывающим никаких эмоций, как правило, не выступает в качестве цели действий.

Структура волевого действия

Волевое действие начинается с осознания цели действия и связанного с ней мотива. При ясном осознании цели и мотива, вызы-

вающего ее, стремление к цели принято называть **желанием**. Но не всякое стремление к цели носит достаточно осознанный характер. В зависимости от степени осознанности потребностей их разделяют на **влечения** и **желания**. Если желание осознанно, то влечение всегда смутно, неясно: человек осознает, что ему чего-то хочется, чего-то не хватает или ему что-то нужно, но что именно, он не понимает.

Далеко не всякое желание приводит к действию. Желание само по себе не содержит активного элемента. Прежде чем желание превратится в непосредственный мотив, а затем в цель, оно оценивается человеком, т. е. «фильтруется» через систему ценностей человека, получает определенную эмоциональную окраску.

Все, что связано с реализацией цели, в эмоциональной сфере окрашивается в положительные тона, равно как все, что является препятствием к достижению цели, вызывает отрицательные эмоции.

Имея побуждающую силу, желание обостряет осознание цели будущего действия и построение его плана. В свою очередь, при формировании цели особую роль играет ее содержание, характер и значение. Чем значительнее цель, тем более мощное стремление может быть вызвано ею.

Желание не всегда сразу претворяется в жизнь. У человека иногда возникает сразу несколько несогласованных и даже противоречивых желаний, и он оказывается в весьма затруднительном положении, не зная, какое из них реализовать. Психическое состояние, которое характеризуется столкновением нескольких желаний или нескольких различных побуждений к деятельности, называют **борьбой мотивов**. Борьба мотивов включает в себя оценку человеком тех оснований, которые говорят за и против необходимости действовать в определенном направлении, обдумывании того, как именно действовать. Заключительным моментом борьбы мотивов является **принятие решения**, заключающегося в выборе цели и способа действия. Принимая решение, человек проявляет **решительность**, при этом он чувствует ответственность за дальнейший ход событий. Рассматри-

вая процесс принятия решения, У. Джемс выделяет несколько типов решительности.

1. Разумная решимость проявляется тогда, когда противодействующие мотивы начинают понемногу угасать, оставляя место альтернативе, которая воспринимается совершенно спокойно. Переход от сомнения к уверенности переживается пассивно. Человеку кажется, что основания для действия формируются сами по себе в соответствии с условиями деятельности.

2. В случаях, если колебание и нерешительность слишком затянулись, может наступить момент, когда человек скорее готов принять неверное решение, чем не принимать никакого. При этом нередко какое-нибудь случайное обстоятельство нарушает равновесие, предоставив одной из перспектив преимущество перед другими, и человек как бы подчиняется судьбе.

3. При отсутствии побудительных причин, желая избежать неприятного ощущения нерешительности, человек начинает действовать как бы автоматически, просто стремясь к движению вперед. То, что будет потом, в данный момент его не заботит. Как правило, этот тип решительности характерен для лиц с кипучим стремлением к деятельности.

4. К следующему типу решительности относятся случаи нравственного перерождения, пробуждения совести и т. д. В данном случае прекращение внутреннего колебания происходит из-за изменения шкалы ценностей. У человека как бы происходит внутренний перелом, и сразу возникает решимость действовать в конкретном направлении.

5. В некоторых случаях человек, не имея рациональных оснований, считает более предпочтительным определенный образ действий. С помощью воли он усиливает мотив, который сам по себе не мог бы подчинить себе остальные. В отличие от первого случая функции разума здесь выполняет воля.

В психологической науке активно ведутся споры по проблеме принятия решения: с одной стороны, борьба мотивов и последующее

принятие решения рассматриваются как основное звено, ядро волевого акта; с другой стороны, отмечается тенденция выключения из волевого акта внутренней работы сознания, связанной с выбором, обдумыванием и оценкой.

Существует и другая точка зрения, характерная для тех ученых, которые, не отвергая значимости борьбы мотивов и внутренней работы сознания, видят сущность воли в **исполнении принятого решения**, поскольку борьба мотивов и следующее за этим принятие решения не идут дальше субъективных состояний. Именно исполнение решения составляет основной момент волевой деятельности человека.

Исполнительный этап волевого действия имеет сложную структуру: исполнение принятого решения связано с тем или иным временем; если исполнение решения откладывается на длительный срок, то в этом случае принято говорить о намерении исполнить принятое решение. Намерение по своей сути является внутренней подготовкой отсроченного действия и представляет собой зафиксированную решением направленность на осуществление цели. Однако одного намерения недостаточно. Как и в любом другом волевом действии, при существовании намерения можно выделить этап планирования путей достижения поставленной цели. План может быть детализирован в разной степени. Для одних людей характерно стремление все предусмотреть, спланировать каждый шаг. В то же время другие довольствуются лишь общей схемой. При этом спланированное действие не реализуется сразу. Для его реализации необходимо сознательное волевое усилие. Под **волевым усилием** понимается особое состояние внутреннего напряжения или активности, которое вызывает мобилизацию внутренних ресурсов человека, необходимую для выполнения задуманного действия. Поэтому волевые усилия всегда связаны со значительной тратой энергии.

В различных конкретных условиях проявляемые нами волевые усилия будут различаться по интенсивности. Это связано с тем, что интенсивность волевых усилий зависит как от внешних, так и от внутренних препятствий, на которые наталкивается выполнение во-

левого действия. Однако помимо ситуативных факторов существуют и относительно устойчивые факторы, определяющие интенсивность волевых усилий. К их числу относятся следующие: мировоззрение личности, проявляющееся в отношении к тем или иным явлениям окружающего мира; моральная устойчивость, определяющая способность следовать по намеченному пути; уровень самоуправления и самоорганизации личности и др. Все эти факторы формируются в процессе развития человека, его становления как личности и характеризуют уровень развития волевой сферы.

Собственно волевое действие следует отличать от обычных произвольных действий, к числу которых относятся большинство актов, совершаемых взрослым человеком в повседневной жизни. Произвольное действие – это действие, совершаемое с сознательным намерением и подчиненное цели. Оно противопоставляется непроизвольным реакциям, совершаемым чаще всего автоматически и не являющимся действиями в собственном смысле слова.

Волевые качества личности

Воля человека характеризуется определенными качествами. Прежде всего принято выделять **силу воли** как обобщенную способность преодолевать значительные затруднения, возникающие на пути к достижению поставленной цели. Именно препятствия, преодолеваемые с помощью волевых усилий, являются объективным показателем проявления силы воли.

Среди различных проявлений силы воли принято выделять такие личностные черты, как **выдержка и самообладание**, которые выражаются в умении сдерживать свои чувства, когда это требуется, в недопущении импульсивных и необдуманных действий, в умении владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

Другой характеристикой воли является **целеустремленность**. Под целеустремленностью принято понимать сознательную и активную направленность личности на достижение определенного резуль-

тата деятельности. Очень часто, когда говорят о целеустремленности, используют такое понятие, как **настойчивость**. Это понятие практически тождественно понятию целеустремленности и характеризует стремление человека в достижении поставленной цели даже в самых сложных условиях. Различают целеустремленность стратегическую, т. е. умение руководствоваться во всей своей жизнедеятельности определенными принципами и идеалами, и целеустремленность оперативную, заключающуюся в умении ставить ясные цели для отдельных действий и не отклоняться от них в процессе их достижения.

От настойчивости необходимо отличать упрямство. Упрямство чаще всего выступает как отрицательное качество человека. Упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия. Как правило, упрямый человек в своей деятельности руководствуется не доводами разума, а личными желаниями, вопреки их несостоятельности.

Важной характеристикой воли является **инициативность**. Инициативность заключается в способности предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей. Для многих людей преодоление собственной инертности является наиболее трудным моментом волевого акта.

Самостоятельность – это характеристика воли, которая непосредственно связана с инициативностью. Самостоятельность проявляется в способности осознанно принимать решения и в умении не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели. От самостоятельности следует отличать негативизм. Негативизм проявляется в немотивированной, необоснованной склонности действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков.

Инициатива, проявляемая человеком, помимо самостоятельности всегда связана еще с одним качеством воли – **решительностью**. Решительность заключается в отсутствии излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, в своевременном и быстром принятии реше-

ний. Решительность проявляется в выборе доминирующего мотива, а также в выборе адекватных средств достижения поставленной цели. От решительности, как позитивного волевого качества, необходимо отличать импульсивность, которая характеризуется торопливостью в принятии решений, необдуманностью поступков.

Исключительно важным волевым качеством человека является **последовательность действий** человека. Последовательность действий характеризует то, что все совершаемые человеком поступки вытекают из единого руководящего принципа, которому человек подчиняет все второстепенное и побочное. Последовательность действий, в свою очередь, самым тесным образом связана с **самоконтролем и самооценкой**.

В процессе достижения цели самоконтроль обеспечивает господство ведущих мотивов над побочными. Качество самоконтроля, его адекватность в значительной степени зависят от самооценки личности. Низкая самооценка может привести к тому, что человек теряет уверенность в себе. В этом случае стремление человека к достижению поставленной цели может постепенно угасать, и спланированное уже никогда не будет выполнено. Бывает, наоборот, человек переоценивает себя и свои возможности. В этом случае принято говорить о завышенной самооценке, которая не позволяет адекватно координировать и корректировать свои действия на пути к достижению поставленной цели.

К волевым качествам студентов относят также **дисциплинированность и смелость**. Признаками дисциплинированности являются сознательное выполнение установленного в данной деятельности порядка (соблюдение требований преподавателей, своевременное выполнение поручений и т.п.); добровольное выполнение правил, установленных коллективом; дисциплинированное поведение при изменении обстановки.

К признакам смелости относят преодоление чувства страха; сохранение присутствия духа перед опасностью, трудностями; проявление

ние верности своим принципам вопреки давлению со стороны других людей, откровенное выражение собственного мнения.

Волевые качества и пути их формирования у студентов

Уровень развития воли у студентов может быть различным. Это зависит от мотивов их поведения, опыта, привычек, убеждений. Например, одному студенту присуще упорство в достижении цели, соответствие слов делу, неподверженность отрицательному влиянию сложных ситуаций; другому – противоречивость поведения, излишняя зависимость от обстоятельств, расхождение слов с делами.

Недостатки воли могут быть причиной нарушения учебной дисциплины, неправильного использования студентом знаний, понижения его интеллектуальных способностей на экзамене, зачете.

Слабоволие характеризуется отращением личности к усилиям при исполнении действия, переводом психической активности в план лишь внутренних переживаний без попытки на деле преодолеть встретившиеся препятствия, добиться цели.

Поскольку волевые действия направлены на достижение определенной цели, постольку четкая постановка задач студентам является важным условием развития их воли и волевых качеств.

Важным условием волевой подготовки следует считать систематическое накопление опыта волевого поведения, развития у студентов умения мобилизовать все свои силы на преодоление трудностей. Сдача экзаменов, зачетов, выступления с докладами на семинарах, участие в научной и общественной работе способствуют накоплению такого опыта.

Важно не упускать случая, когда бы студент мог проявить настойчивость, самостоятельность, решительность и другие волевые качества.

В ходе учебы всегда есть возможность учесть особенности волевых качеств того или иного студента и дать ему задание, связанное с такими трудностями, преодоление которых окажет желаемое воздействие. Например, студенту не достает уверенности в своих силах, ему

необходимо дать задание, которое он с успехом выполнит, после этого его необходимо похвалить.

На воспитание волевых качеств оказывает влияние коллектив. Например, у студентов с высоким социометрическим статусом в сфере волевой регуляции наиболее высоко развиты настойчивость, дисциплинированность, организованность.

Непременным условием развития воли является работа над собой, стремление выработать необходимые волевые качества.

Задания для размышления:

1. Дайте характеристику воли как процесса сознательного регулирования поведения студентов.

2. Опираясь на собственный опыт, наблюдения и знания приведите примеры, с помощью каких конкретных педагогических приемов, методов, видов деятельности можно развивать волевые качества студентов.

Волевые качества	Педагогические приемы, методы, виды деятельности направленные на развитие волевых качеств студентов
Сила воли	
Выдержка и самообладание	
Целеустремленность	
Настойчивость	
Инициативность	
Самостоятельность	
Решительность	
Последовательность	
Дисциплинированность	
Смелость	

Адаптация студентов к обучению в вузе

Необходимой предпосылкой успешной деятельности студента является освоение новых для него условий обучения в вузе, устраняющее ощущение внутреннего дискомфорта и блокирующее возможность конфликта со средой. На протяжении начальных курсов складывается студенческий коллектив, формируются навыки и умения рациональной организации умственной деятельности, осознается призвание к избранной профессии, вырабатывается оптимальный режим труда, досуга и быта, устанавливается система работы по самообразованию и самовоспитанию профессионально значимых качеств личности.

Резкая ломка многолетнего привычного рабочего стереотипа, основу которого составляет открытое И.П. Павловым психофизиологическое явление – динамический стереотип, иногда приводит к нервным срывам и стрессовым реакциям. По этой причине период адаптации, связанный с ломкой прежних стереотипов, может на первых порах обусловить и сравнительно низкую успеваемость, и трудности в общении. У одних студентов выработка нового стереотипа проходит скачкообразно, у других – ровно. Несомненно, особенности этой перестройки связаны с характеристиками типа высшей нервной деятельности, однако социальные факторы имеют здесь решающее значение. Знание индивидуальных особенностей студента, на основе которых строится система включения его в новые виды деятельности и новый круг общения, дает возможность избежать дезадаптационного синдрома, сделать процесс адаптации ровным и психологически комфортным.

В проведенных исследованиях процесса адаптации первокурсников к вузу обычно выделяются следующие главные трудности: отрицательные переживания, связанные с уходом вчерашних учеников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой; неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней; неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности, усугубляемое отсутствием привычки к повседневному контролю педаго-

гов; поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях; налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие; наконец, отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с первоисточниками, словарями, справочниками, указателями.

Все эти трудности различны по своему происхождению. Одни из них объективно неизбежны, другие носят субъективный характер и связаны со слабой подготовкой, дефектами воспитания в семье и школе.

Социальная адаптация студентов в вузе делится на:

а) **профессиональную адаптацию**, под которой понимается приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе;

б) **социально-психологическую адаптацию** – приспособление индивида к группе, взаимоотношениям с ней, выработка собственного стиля поведения.

Под **адаптационной способностью** понимается способность человека приспособляться к различным требованиям среды (как социальным, так и физическим) без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. Адаптация – это предпосылка активной деятельности и необходимое условие ее эффективности. В этом положительное значение адаптации для успешного функционирования индивида в той или иной социальной роли. Исследователи различают три формы адаптации студентов-первокурсников к условиям вуза:

1) **адаптация формальная**, касающаяся познавательно-информационного приспособления студентов к новому окружению, к структуре высшей школы, к содержанию обучения в ней, ее требованиям, к своим обязанностям;

2) **общественная адаптация**, т.е. процесс внутренней интеграции (объединения) групп студентов-первокурсников и интеграция этих же групп со студенческим окружением в целом;

3) **дидактическая адаптация**, касающаяся подготовки студентов к новым формам и методам учебной работы в высшей школе.

Успешность обучения студентов зависит от многих факторов, среди которых одним из важнейших является его интеллектуальное развитие, как показатель умственной деятельности, и внимание – функция регуляции познавательной деятельности.

Исследования показывают, что первокурсники не всегда успешно овладевают знаниями отнюдь не потому, что получили слабую подготовку в средней школе, а потому, что у них не сформированы такие черты личности, как готовность к учению, способность учиться самостоятельно, контролировать и оценивать себя, владеть своими индивидуальными особенностями познавательной деятельности, умение правильно распределять свое рабочее время для самостоятельной подготовки. Приученные к ежедневной опеке и контролю в школе, некоторые первокурсники не умеют принимать элементарные решения. У них недостаточно воспитаны навыки самообразования и самовоспитания.

Известно, что методы обучения в вузе резко отличаются от школьных, так как в средней школе учебный процесс построен так, что он все время побуждает ученика к занятиям, заставляет его работать регулярно, иначе очень быстро появится масса двоек. В иную обстановку попадает вчерашний школьник, переступив порог вуза: лекции, лекции, лекции. Когда же начинаются семинары, к ним тоже оказывается можно не всегда готовиться. В общем, не надо каждый день что-то учить, решать, запоминать. В результате нередко возникает мнение о кажущейся легкости обучения в вузе в первом семестре, формируется уверенность возможности все наверстать и освоить перед сессией, возникает беспечное отношения к учебе. Расплата наступает на сессии.

Многие первокурсники на первых порах обучения испытывают большие трудности, связанные с отсутствием навыков самостоятельной учебной работы, они не умеют конспектировать лекции, работать с учебниками, находить и добывать знания из первоисточников, ана-

лизировать информацию большого объема, четко и ясно излагать свои мысли.

Адаптация студентов к учебному процессу (по данным изучения регуляторной функции психики) заканчивается в конце 2-го – начале 3-го учебного семестра. Процесс адаптации каждого студента идет по-своему. Юноши и девушки, имеющие трудовой стаж, легче и быстрее адаптируются к условиям студенческой жизни и быта, вчерашние школьники – к академической работе. Задача студенческой группы – не поиск усредненного варианта включения учащихся в новые виды деятельности, а создание условий для общей оптимальной деятельности.

Во всех вузах обычно специально планируется система мероприятий, способствующая адаптации первокурсников к условиям вуза. К числу наиболее важных мероприятий относятся: работа по формированию и комплектованию академических групп; ритуал «Посвящение в студенты» и чтение курса «Введение в специальность»; выступления ведущих преподавателей в группах; знакомство с историей вуза и выпускниками, прославившими его; организация консультационных пунктов в общежитии силами преподавателей и студентов-первокурсников; введение ежемесячной аттестации, что позволяет контролировать самостоятельную работу студентов, вовремя оказывать им необходимую помощь.

Задания для размышления:

1. Какие задачи решаются в период адаптации студентов?
2. Какие мероприятия, способствующие успешной адаптации студентов, проводятся на вашем факультете?

Рекомендуемая литература

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психология высшей школы. – Минск: Изд-во БГУ, 2003. – 320 с.
3. Инновационные педагогические технологии: Учеб. пособие / В.Н. Михелькевич, В.М. Нестеренко, П.Г. Кравцов. – Самара: СГТУ, 2001.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб.: Питер, 2000. – 592 с.
5. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. – М.: Педагогика, 1986. – 137 с.
6. Педагогика и психология высшей школы. Серия «Учебники, учебные пособия». – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1998 – 544 с.
7. Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – С. 74-77.
8. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 1999. – 720 с.
9. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 304 с.
10. Фокин Ю.Г. Психодиагностика высшей школы: психолого-дидактические основы преподавания. – М.: Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2000. – 424 с.
11. Якунин В.А. Педагогическая психология. – СПб.: Питер, 2000. – 340 с.

Печатается в авторский редакции
Компьютерная верстка, макет В.И. Никонов

Подписано в печать 20.01.09

Гарнитура Times New Roman. Формат 60x84/16. Бумага офсетная. Печать оперативная.

Усл.-печ. л. 6,25. Уч.-изд. л. 4,23. Тираж 100 экз. Заказ № 863

Издательство «Универс групп», 443011, Самара, ул. Академика Павлова, 1

Отпечатано в ООО «Универс групп»