

УДК: 159.942.5

© Кузнєцов О.І., 2014 р.

О.І. Кузнєцов,
Національний педагогічний університет
імені Г.С. Сковороди, м. Харків

МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ У СТУДЕНТІВ

У статті розглядаються об'єктивний і суб'єктивний підходи до дослідження психічних станів. Охарактеризовано комплекс психодіагностичних методик дослідження психічних станів, який представлено блоком методик діагностики емоційних станів та блоком методик дослідження особистісних факторів функціонування психічних станів у студентів.

Ключові слова: психічний стан, психодіагностичний комплекс, навчальна діяльність студентів.

А.И. Кузнєцов

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ У СТУДЕНТОВ

В статье рассматриваются объективный и субъективный подходы к исследованию психических состояний. Охарактеризован комплекс психодиагностических методик исследования психических состояний, представленный блоком методик диагностики эмоциональных состояний и блоком методик исследования личностных факторов функционирования психических состояний у студентов.

Ключевые слова: психическое состояние, психодиагностический комплекс, учебная деятельность студентов.

A.I. Kuznetsov

METHODOLOGICAL BASES OF RESEARCH OF STUDENT'S MENTAL STATES

The article deals with the objective and subjective approaches to the study of mental states. It is characterized by complex of diagnostics instruments to study the mental states represented by block methods of diagnosis of emotional states and block research methodologies of personal factors functioning mental states of students.

Key words: mental state, psychodiagnostic complex of learning activities of students.

Актуальність дослідження. Проблематика експериментального дослідження психічних станів до теперішнього часу є маловивченою областю психології. Причиною подібного становища виступає сама природа феномену психічного стану, який посідає проміжне положення між психічними процесами і психічними властивостями. Сутність невизначеності психічного стану проявляється у розмитості і відносності меж, що відрізі-

няють його від психічних процесів і властивостей особистості, та створює методологічні труднощі при вивченні цього явища. Відсутність чітких темпоральних обмежень окремого психічного стану, в свою чергу, спричиняє значні методологічні труднощі його діагностики. Отже, зазначена категорія психічних явищ, яка чинить вплив на всі сторони поведінки і діяльності особистості, виявилася поза увагою фахівців-психологів, що в цілому обмежує поле експериментальних досліджень у психологічній науці.

Інший аспект методологічних труднощів дослідження станів полягає в слабкій розробленості експериментального апарату вивчення: при величезній безлічі методик вимірювання психічних процесів і психологічних властивостей число методик, що діагностують і вимірюють психічні стани, обмежена. Тому **метою** нашого дослідження стало створення комплексу методик діагностики психічних станів студентів.

Міра наукової розробки проблеми. Вперше у вітчизняній психології проблема психічних станів була поставлена М.Д. Левітовим [9]. Проблематика психічних станів студентів у ситуаціях передекзаменаційного стресу розглядалась у дослідженнях М.А. Кузнецова [7]. О.О. Прохоровим підкреслюється, що теоретичні та методологічні складності вивчення психічних станів зростають у зв'язку з тим, що вони виступають як системні явища і характеризуються багаторівневістю, багатокомпонентністю, поліфункціональністю і широким діапазоном виявлення, що маскує відмінності між ними [14].

Ю.Є. Сосновікова виділяє три великі групи методів вивчення психічних станів: теоретичне дослідження філософських питань проблеми; отримання медичних, фізіологічних і біологічних характеристик і параметрів; власне психологічні методи: спостереження, бесіди, анкети, самоспостереження, тести, тощо [16].

На думку Є.П. Льїна [5], добір методик і показників для діагностики психічних станів має бути цілеспрямованим і визначатися, виходячи зі структури функціональної системи, що формує корисний результат. Автор припускає, що при різних станах формуються різні системи з різних підсистем, чим і обумовлюється значною мірою специфіка реагування (стан).

Про складність вивчення психічних станів свідчать дослідження А.Б. Леонової, яка вважає, що традиційні методики психодіагностики малопридатні при вивченні психічних станів, зокрема функціональних (станів людини, що працює), так як в них відсутній початкова орієнтація на аналіз постійних змін стану, що виникають протягом певного періоду часу [10].

Ключовим питанням у психодіагностиці станів є проблема співвідношення об'єктивних і суб'єктивних методів дослідження. У деяких роботах суб'єктивні характеристики виступають як другорядні, менш придатні для наукового аналізу в порівнянні з так званими «об'єктивними методами», тобто стандартизованими методиками. З такою позицією можна погодитися лише частково, так як деякі вчені, зокрема В.П. Зінченко, В.А. Ганзен, В.Н. Юрченко, підкреслюють важливу роль суб'єктивного матеріалу для поглибленого аналізу досліджуваних явищ [2; 4]. На думку А.Б. Леонової, інтроспективні дані містять багатий матеріал про різноманітні прояви станів людини, оскільки в них закладена потенційна можливість отримання цілісної характеристики досліджуваного стану.

Таким чином, суб'єктивні та об'єктивні характеристики психічних станів людини є характеристиками одного і того ж об'єкта, достатньо повне вивчення якого є неможливим без залучення внутрішнього (суб'єктивного) та зовнішнього (об'єктивного). О.О. Прохоров, Г.Ш. Габдреева підкреслюють, що у діагностиці психічних станів особистості суб'єктивні методики займають першорядне значення, оскільки вони спрямовані на дослідження самосвідомості суб'єкта, його внутрішнього світу і рефлексії. У цьому зв'язку, на думку С.Г. Геллерштейн, суб'єктивні прояви є не що інше, як відображення стану об'єктивних процесів у свідомості чи відчуттях самої людини. Завдяки суб'єктивній оцінці можна визначити якісну оцінку стану, відокремивши його від іншого стану, так як суб'єктивна оцінка більш чутлива до зміни психічного стану.

Дослідження психічних станів у ситуаціях екзаменаційного стресу передбачає включення наступних методик до психодіагностичного комплексу дослідження.

1. *Методика діагностики психічних станів О.О. Прохорова* [14].

Методика являє собою перелік 74 психічних станів. Студенти мають за п'ятибальною шкалою оцінити міру виявлення у них зазначених станів у наступних ситуаціях: 1) коли на семінарі йде опитування, і багатьох викликають відповідати на оцінку; 2) під час лекцій в університеті; 3) коли вдома готуєшся до занять.

2. *Методика діагностики самооцінки базових емоцій* (модифікація методики Дембо-Рубінштейн) [8]. Студенти мають позначити рівень виявлення таких емоцій, як інтерес, радість, здивування, печаль, гнів, відрив, презирство, страх, збентеження, сором, провина, тривога, у ситуаціях перед екзаменом та у звичному стані.

3. *Методика вивчення структури емоційних переживань суб'єкта, що переживає екзаменаційний стрес М.А. Кузнєцова* [8].

Метою методики є вивчення структури взаємозв'язків і компонентного складу емоційних переживань суб'єкта, що знаходиться в скрутному

психічному стані (в стресовій ситуації). Випробовувані мають описати свої емоційні переживання за допомогою списку понять, що позначають певні емоції (80 понять, що позначають різні емоційні переживання і інтрацептивне відчуття). Список складений з п'яти груп понять (по 16 у кожній). Чотири групи складаються зі слів, що позначають різні за відтінками та інтенсивності прояви чотирьох базових емоцій - радості, суму, гніву і страху (відповідно, групи «Радості», «Суму», «Гніву» і «Страху»). У дослідженні М.А. Кузнецова наведено приклади понять, що входять до групи «Радість», а саме: «азарт», «блаженство», «тріумфування», «щастя» та інші. У групу «Суму» входять «безнадійність», «смуток», «прикрість», «відчай» та інші. Група «Гнів» представлена словами «ворожість», «невдоволення», «презирство», «роздратування», «лють» та іншими. Прикладами понять, які були віднесені автором до групи «Страх» є «занепокоєння», «переляк», «невпевненість», «побоювання» та інші. П'ята група слів (група «Інтрацепції») складається з понять, що відображають певні соматичні відчуття, які супроводжують ті чи інші переживання. Автор зазначає, що органічні відчуття не зводяться до емоційних переживань, але вони, будучи ключовим елементом психологічної тілесності індивіда, мають виражений чуттєвий тон і є своєрідною проекцією емоційного в області соматичного.

Представлені методики спрямовані на вивчення переважно емоційних станів особистості студентів у навчальній діяльності, тому даний блок методик може бути позначений як «**Емоційний**».

У нашому дослідженні ми виходили з припущення, що існують певні особистісні детермінанти, що визначають суб'єктивні особливості протікання психічних станів студентів під час екзаменаційного стресу. Ці детермінанти визначають внутрішні афективні умови перебігу психічних станів у різних навчальних ситуаціях. Для вивчення особистісних факторів психічних станів студентів нами було створено особистісний блок методик діагностичного комплексу.

«**Особистісний**» блок діагностичного комплексу представлений наступними методиками.

1. *Психодіагностична методика «Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки» («MSPSS»)* була розроблена D. Zimet в 1988 році. Вона включає три основних шкали: 1) «Підтримка сім'ї», 2) «Підтримка друзів»; 3) «Підтримка значущих інших» і спрямована на діагностику середовищних копінг-ресурсів. У 1994 році Н.А.Сиротою спільно з В.М.Ялтонським було проведено російськомовну адаптацію та апробацію цієї методики [15; 17].) Дана шкала була модифікована Г.С. Коритовою (з подальшою адаптацією) шляхом введення в неї додаткових тверджень, що складають дві шкали: «Підтримка колег по роботі», «Підтримка громад-

ських організацій», які на думку автора також відображають найважливіші механізми подолання стресу (середовищні копінг-ресурси) з проблемними і ексквізитними ситуаціями.

Модифікований варіант методики «Багатовимірна шкала сприйняття соціальної підтримки» («MSPSS») являє собою психометричний інструментарій з високою надійністю, простий для обстеження. Методика включає двадцять вимірюваних коротких тверджень, що оцінюються в «1» («згоден») або «0» («не згоден») балів, що дозволяють оцінити суб'єктивне сприйняття соціальної підтримки в 20-тибальному рейтингу. «Шкала сприйняття соціальної підтримки» оцінює ефективність і адекватність соціальної підтримки по п'яти середовищним копінг-ресурсам (шкалами) – 1. «Підтримка сім'ї»; 2. «Підтримка колег по роботі»; 3. «Підтримка друзів»; 4. «Підтримка значущих інших»; 5. «Підтримка громадських організацій».

Методика відповідає завданням нашого дослідження, що полягає у вивченні середовищних копінг-ресурсів в межах дослідження особистісних особливостей функціонування психічних станів у студентів.

2. *Опитувальник «Орієнтація на дію або стан» Ю. Куля в адаптації І.А. Васильєва, С.А. Шапкіна, О.В. Мітіної, Д.О. Леонтьєва [1].* Методика дозволяє вимірювати особливості вольової регуляції індивіда на різних етапах здійснення дії і дозволяє вимірювати показники орієнтації на дію (перехід від наміру до дії, рішучість) і орієнтацію на стан (затримка на мотиваційній фазі і рефлексія) як особистісних рис, операціоналізованих по відношенню до трьох ситуацій:

1) орієнтація на активну дію на протизагу орієнтації на рефлексію в ситуації невдачі;

2) здатність гнучко переключатися від однієї діяльності до іншої в ситуації планування;

3) здатність глибоко занурюватися в реалізацію обраної діяльності, не відволікаючись на інші, в ситуації реалізації.

3. *Опитувальник самоорганізації діяльності [11]* призначений для діагностики сформованості навичок тактичного планування і стратегічного цілепокладання, особливостей структурування діяльності самоорганізації. Методика представлена наступними шкалами:

1) «Планомірність»: здатність до адекватного планування та планомірного слідуванню поставлених цілей;

2) «Цілеспрямованість»: міра розвитку цілеспрямованості, здатність зосереджуватись на поставлених цілях;

3) «Наполегливість»: міра розвитку вольових якостей, здатність завершити справу, що була розпочата, здатність докладати зусилля для досягнення цілей;

4) «Фіксація»: ригідність у плануванні, здатність зосереджуватись на цілях та обов'язках;

5) «Саморганізація»: здатність до самоорганізації, розподілу часових ресурсів, використання допоміжних засобів планування;

6) «Орієнтація на теперішнє»: здатність фіксувати увагу на актуальних подіях, жити «тут і тепер».

Загальний показник самоорганізації діяльності спрямований на визначення міри розвитку здатності до визначення цілей та способів їх досягнення, самоорганізації діяльності, її планування, наполегливості у досягненні цілей.

4. *Методика діагностики атрибутивного стилю особистості (СТОУН-В) Т.О. Гордєєвої, Є.М. Осіна, В.Ю. Шевяхової* [3]. Опитувальник атрибутивного стилю для дорослих являє собою набір із 24 життєвих ситуацій, на які досліджуваний має надати розгорнуту відповідь про причину такої ситуації, записав її у вигляді вербального формулювання.

Методика спрямована на визначення атрибутивного стилю пояснення за такими параметрами, як: глобальність (пояснення причин подій життя як універсальних, широких або конкретних), стабільність (пояснення причин подій життя як постійних, стійких або тимчасових, випадкових) та контролю (міра здатності особистості впливати на хід подій життя).

Таким чином, параметри глобальності, стабільності та контролю у сфері досягнень можуть характеризувати оптимізм особистості у сфері досягнень, а параметри глобальності та стабільності, а також неконтрольованості невдач характеризують песимізм.

5. *Методика діагностики стрес-факторів навчальної діяльності М.А. Кузнєцова* [8]. Опитувальник містить 40 тверджень, зміст яких розкривається у наступних факторах: стосунки із студентами, стосунки із викладачами, організація навчального процесу, умови навчання, власні особистісні якості, знання та вміння.

6. *Методика «Опитувальник академічної саморегуляції» Р.М. Райана і Д.Р. Коннелла* [18]

Опитувальник містить 32 твердження, спрямованих на визначення рівня розвитку зовнішнього регулювання (екстринсивної або зовнішньої мотивації навчальної діяльності), інтроєктованого регулювання, ідентифікованого регулювання та власного спонукання (інтринсивної або внутрішньої мотивації).

7. *Методика дослідження загальної толерантності до невизначеності Д. Маклейна* [12]. Опитувальник являє собою набір з 22 тверджень, міру згоди з якими респондентам пропонується оцінити за семибальною лайкертової шкалою. Спочатку поняття про толерантність до невизначеності було введено в 1951 році в роботах Е. Френкель –Брансвік, який

висловив припущення, що заперечення емоційної амбівалентності і переносимість ситуацій когнітивної невизначеності є проявами однієї і тієї ж особистісної риси. У свою чергу, дане положення сходить до загальногуманістичних концепцій, згідно з якими відкрита, актуалізована особистість прагне до ситуацій, що найбільш розкриває її потенціал, тобто найменш визначеним. Відповідно, нездатність переносити відкритості і невизначеності навколишнього і відбувається може служити характеристикою особистості з гуманістичних позицій як зрілу, відкриту новому досвіду особистість, що самоактуалізується. Толерантність ж (тобто уникнення) невизначеності, відповідно, свідчить про протилежну спрямованість особистості. До списку поведінкових диспозицій, виділених Е. Френкель-Брансвік, С. Бохнер вводить поняття вторинних характеристик толерантності до невизначеності, відносячи до них такі особистісні риси, як авторитаризм, догматизм, ригідність, закритість до нового, наявність етнічних забобонів, низька креативність, тривожність, схильність до екстрапунітвеного реакцій, агресивність.

У дослідженні автора, проведеного на вибірці студентів коледжу було показано, що низький рівень толерантності до невизначеності пов'язаний з бажанням студентів мати чіткий список літератури, з перевагою екзаменаційних завдань, що мають єдину правильну відповідь, а також з підвищеним рівнем тривоги в ситуаціях перенесення дати іспиту, відсутності чітких критеріїв оцінки і в зв'язку з іспитами, які вимагають практичних навичок.

8. *Методика «Маркери факторів великої п'ятірки» Л. Голдберга в адаптації Г. Г. Князева, Л.Г. Митрофанової, В.А. Бочарова [6].* Твердження опитувальника описують наступні риси: екстраверсія, поступливість, свідомість, емоційна стабільність, інтелект.

9. *Шкала базисних переконань (World Assumptions scale). Р. Янофф-Бульман (модифікація М.А. Падун, А.В. Котельникова) [13].* Поняття «базисні переконання» (або «базисні схеми») виник і розвивається на ґрунті когнітивної, соціальної, а також клінічної психології та психотерапії, які намагаються розкрити, яким чином індивід конструює свої уявлення про навколишній світ і власне Я. Базисні переконання – це імпліцитні, глобальні, стійкі уявлення індивіда про світ і про себе, що чинять вплив на мислення, емоційні стани і поведінку людини. Р. Янофф-Бульман запропонувала концепцію, згідно якій людям властиво пояснювати події, що відбуваються з ними, так, щоб підтримувати стабільність суб'єктивної картини світу, що забезпечує необхідну опору в постійно мінливій реальності; індивід конструює свій життєвий досвід, намагаючись досягти почуття безпеки, ґрунтуючись на системі базисних переко-

нань, що включає в себе переконання про доброзичливість - ворожість навколишнього світу, його справедливість, а також уявлення про власне

Опитувальник, запропонований Я.Р. Янофф-Булман, складається з 8 субшкал. У модифікованому російськомовному варіанті методики базисні переконання вивчаються за допомогою 5 субшкал:

1) «Доброзичливість навколишнього світу» відображає переконання людини в тому, що оточуючі люди в цілому добрі і гідні довіри;

2) «Справедливість» відображає переконаність у тому, що події подій, які відбуваються з людьми, здійснюється за принципом справедливості, тобто кожен отримує те, що заслуговує;

3) «Образ Я» містить уявлення індивіда про себе, як про людину гідну любові та поваги;

4) «Вдача» відображає переконання про те, що даний індивід - удачлива і везуча людина;

5) «Переконання про контроль» відображає переконання людини в тому, що вона може контролювати своє життя і його події.

Висновки. Отже, діагностика психічних станів студентів має передбачати два напрямки: перший, спрямований на дослідження власне психічних станів, та другий – на діагностику особистісних факторів, що обумовлюють психічні стани студентів у навчальній діяльності.

Література

1. Васильев И.А. Ориентация на действие или состояние как индивидуальная характеристика саморегуляции / И.А. Васильев, Д.А. Леонтьев, О.В. Митина, С.А. Шапкина. — М.: Смысл, 2011. — 128 с.

2. Ганзен В.А. Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека / В.А. Ганзен, В.Н. Юрченко // Психические состояния. Вып. 10. — Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1981. — С. 6-16.

3. Гордеева Т.О. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач. Опросник СТОУН / Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, В.Ю. Шевяхова. — М.: Смысл, 2009. — 152 с.

4. Зинченко В.П. Проблема объективного метода в психологии / В.П. Зинченко, М.К. Мамардашвили // Вопросы философии. — 1977. — №7. — Режим доступа: http://psylib.org.ua/books/_zimamar.htm

5. Ильин Е.П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния / Е.П. Ильин // Теория функциональных систем в физиологии и психологии. — М.: Наука, 1978. — С. 326-340.

6. Князев Г.Г. Валидизация русскоязычной версии опросника Л. Голдберга «Маркеры факторов «Большой пятерки» / Г.Г. Князев, Л.Г. Митрофанова // Психологический журнал. — 2010. — Том 31. — № 5 — С. 100-110.

7. Кузнецов М.А. Переживание предэкзаменационного стресса и пути совладания с ним [Электронный ресурс: http://www.rusnauka.com/DN2006/Psihologia/7_kuznecov%20m.a.doc.htm].
8. Кузнецов М.А. Эмоциональная память / М.А. Кузнецов. — Х.: Крок, 2005. — 568 с.
9. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов — М.: Просвещение, 1964. — 568 с.
10. Леонова А. Б. Психодиагностика функциональных состояний человека / А.Б. Леонова. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 200 с.
11. Мандрикова Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. Тематический выпуск: Диагностика личностного потенциала – 2 / Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой. — 2010. — №2. — С. 87-111.
12. Осин Е.Н. Факторная структура русскоязычной версии шкалы общей толерантности к неопределенности Д. Маклейна / Е.Н. Осин // Психологическая диагностика. — 2010. — №2. — С. 65-86.
13. Падун М. А. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман / М.А. Падун, А.В. Котельникова // Психологический журнал. — Т. 29. — № 4. — С.98-106.
14. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие / Под ред. проф. А.О. Прохорова. — СПб: Речь, 2004. — 480 с.
15. Сирота Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте: дис. ... д-ра мед. наук / Н.А. Сирота. — Бишкек, 1994. — 283 с.
16. Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика / Ю.Е. Сосновикова. — Горький, 1975. — С. 113-116.
17. Ялтонский В.М. Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: дис. ... д-ра мед. наук / В.М. Ялтонский. — СПб., 1995. — 396 с.
18. Яцюк М.В. Адаптація опитувальника академічної саморегуляції Р.М. Райана і Д.Р. Коннелла (Casual dimension scale II SQR-A) / М.В. Яцюк // Практична психологія та соціальна робота. — №4. — 2008. — С. 45-47.