



УДК 159.953.5; 378.14

ОСОБЕННОСТИ САМООРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У УСПЕВАЮЩИХ И СЛАБОУСПЕВАЮЩИХ СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМИ УРОВНЯМИ ОПТИМИЗМА

Кузнецова М.М., аспирант кафедры практической психологии
Харьковский национальный педагогический университет
имени Г.С. Сковороды

Проанализирована роль диспозиционного оптимизма и оптимистического атрибутивного стиля в самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов. Показана специфика этой роли у студентов с высокой и низкой академической успеваемостью.

Ключевые слова: учебно-профессиональная деятельность, самоорганизация деятельности, оптимизм, стратегический оптимизм, операционно-тактический оптимизм, диспозиционный оптимизм, оптимистический атрибутивный стиль, уровень успеваемости студентов.

Проаналізовано роль диспозиційного оптимізму і оптимістичного атрибутивного стилю в самоорганізації навчально-професійної діяльності студентів. Показана специфіка цієї ролі у студентів із високою та низькою академічною успішністю.

Ключові слова: навчально-професійна діяльність, самоорганізація діяльності, оптимізм, стратегічний оптимізм, операційно-тактичний оптимізм, диспозиційний оптимізм, оптимістичний атрибутивний стиль, рівень успішності студентів.

Kuznetsova M.M. FEATURES OF SELF-ORGANIZATION OF EDUCATIONAL ACTIVITY AT HIGH AND LOW LEVELS OF ACADEMIC PROGRESS WITH DIFFERENT LEVELS OF OPTIMISM

The role of dispositional optimism and optimistic attributive style in self-organization of educational professional activity at students is analysed. Specifics of this role at students with high and low academic progress are shown.

Key words: educational professional activity, self-organization of activity, optimism, strategic optimism, operational and tactical optimism, dispositional optimism, optimistic attributive style, level of progress of students.

Постановка проблемы. Позитивные и негативные жизненные ожидания (оптимизм и пессимизм) влияют на социально-психологическую адаптацию молодежи, активность личности в преодолении трудностей. Оптимизм – это важная и неотъемлемая часть человеческой природы, проявляющаяся не только на уровне личности в целом, но и в отдельных психических функциях и поведении (в памяти, в мышлении, воображении, речи, самооценке и т.п.), в разных видах деятельности. В студенческом возрасте для развития личности весьма важен оптимизм, как система обобщенных ожиданий того, что в будущем в жизни человека будут происходить преимущественно благоприятные события [2]. Юношеский возраст является сензитивным для становления жизненных ожиданий личности. Преобладание пессимистических установок и взглядов на жизнь может приводить к снижению эффективности учебной и трудовой деятельности студентов, сопровождаться нарушениями отношений с другими людьми, утратой физического и душевного здоровья.

Степень разработанности проблемы. В зарубежной психологии оптимизм изучается: как атрибутивный стиль (С. Петерсон, М. Селигман), как система установок, диспозиций

личности (Ч. Карвер, М. Шейер, К. Муздыбаев, Е. Ильин), как экзистенциальное основание позитивного отношения к миру в целом (Э. Ван Дорцен, Э. Эриксон) и одновременно как условие интеграции субъекта со своей «непрожитой жизнью» (Дж. Холлис, Р. Джонсон, Дж. Руль), как конструктивная характеристика мышления субъекта (А. Бек, А. Эллис), как позитивная самоустановка (А. Аргайл, М. Джеймс, Д. Джонгвард, В. Столин, И. Джидарьян, С. Любомирски), как условие эффективной поисковой активности субъекта (В. Ротенберг, В. Аршавский), как компонент совладающего поведения (С. Замышляева) и мотивации достижения (Т. Гордеева).

Отечественные психологи изучают оптимизм как особую социальную установку (А. Хурчак, Н. Чижиченко), компонент саморазвития личности (И. Бех), признак ее психического здоровья (И. Коцан, М. Кузнецов, Г. Ложкин, М. Мушкевич), фактор губристической мотивации (К. Фоменко).

По мнению Л. Тайгера, оптимизм – это приобретенная в ходе эволюции и необходимая для успешной адаптации человеческая характеристика [6]. Характеризуя свои доминирующие психические состояния, оптимисты чаще упоминают о позитивных эмоциях. В те-



стах на эпизодическую и автобиографическую память испытуемые с высокими показателями оптимизма демонстрируют более значительное преобладание числа приятных воспоминаний над неприятными и нейтральными, чем пессимисты [8]. В письменной и устной речи у оптимистов заметно чаще, чем у пессимистов, встречаются слова с позитивной коннотацией.

В современной психологии сформировались два основных подхода к оптимизму: 1) трактовка его как системы диспозиций и 2) рассмотрение его как стиля причинных объяснений (т.е. атрибутивного стиля – М.К.). Примером концепции, иллюстрирующей первый, диспозиционный подход, является теория диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера [24]. В соответствии с этой теорией существуют два условия функционирования мотивации: 1) привлекательность результата и 2) вера в его достижимость. Конструкт диспозиционного оптимизма связан именно с этим вторым условием мотивации (верой в достижимость результата).

С помощью процессов каузальной атрибуции одним из первых интерпретировать оптимизм начал М. Селигман [20]. По его мнению, оптимисты и пессимисты различаются, прежде всего, стилями объяснения происходящих в их жизни событий. Стиль объяснения может быть охарактеризован по трем параметрам:

1) *постоянству* (стабильность объяснения благоприятных и неблагоприятных событий с течением времени – М.К.);

2) *широте* (стабильность объяснения для целого класса ситуаций – М.К.);

3) *персонализации* (объяснение «хороших» и «плохих» событий случайными, поверхностными и несущественными причинами или причинами, глубоко укорененными в собственной личности – М.К.).

Оба подхода к оптимизму во многом дополняют друг друга. Они возникли в русле когнитивной психологии и, соответственно, связывают оптимизм, прежде всего, с динамикой процессов переработки информации в психике человека. В обеих концепциях признается тезис о преимуществе оптимизма над пессимизмом, что, конечно же, нельзя принять безоговорочно. И житейский опыт, и психологические исследования [5, с. 29] убедительно свидетельствуют, что избыточный оптимизм может быть дезадаптивным (т.е. приводит к предвзятости в оценке происходящих событий, к недооценке вероятности неудачи, масштабов угрозы и т.п. – М.К.). Не случайно Дж. Норман и К. Чанг, кроме стратегического оптимизма, выделяют еще и так называемый защитный оптимизм [23], который на самом деле служит некоторым людям для преодоления тревоги.

Г. Этинген выделяет два вида оптимизма: позитивно окрашенные мечты о благоприятном развитии событий в будущем и реалистичные ожидания на основе прошлого успешного опыта [5]. Она приводит множество эмпирических доказательств преимущества второго вида оптимизма над первым в плане организации активной и конструктивной деятельности субъекта. Позитивные мечты, лишённые связи с прошлым опытом, снижают мотивацию к деятельности, блокируют попытки разумно ее структурировать и стремиться к результату. Это было доказано на многочисленных примерах (стремление бороться с избыточным весом, пытаться инициировать знакомство с целью завязать близкие отношения, стремление к академическим успехам у студентов и аспирантов, борьба с химическими и нехимическими аддикциями, депрессией, страхом и т.п. – М.К.) [5]. Г. Этинген предложила действенную стратегию удовлетворения желаний – так называемое «ментальное контрастирование», которое существенно отличается от бесплодного утешения себя мечтами о счастливом будущем. Прием состоит в том, что действующий субъект, не отказываясь от позитивных образов и веры в достижимость результата, сосредоточивается также и на препятствиях, которые возникают на пути к цели. Позитивное и негативное, образ возможностей, преимуществ человека и образ его недостатков, слабостей, проблем и стоящих перед ним препятствий объединяются в единую функциональную систему, при которой психическая регуляция деятельности становится наиболее эффективной.

К аналогичным выводам приходит и Ю. Куль. Раскрывая сущность подлинного, но не наивно-романтического оптимизма, он подчеркивает его системную природу. В рамках созданной Ю. Кулем PSI-теории (аббревиатура от немецкого «Persönlichkeits-System-Interaktion, т.е. «интеракция подсистем личности» – М.К.) оптимизм понимается как интегральный (системный) эффект слаженного и гармоничного функционирования ряда подсистем личности – «Памяти намерений» (т.е. интенционной памяти – М.К.), «Расширенной памяти» (т.е. экстенционной памяти, включающей собственное Я – М.К.), «Подсистемы активности» (т.е. источника интуитивных программ поведения – М.К.) и «Подсистемы распознавания объектов» (т.е. подсистемы, чувствительной к ошибкам, недостаткам, сбоям – М.К.). У оптимиста эти подсистемы синхронизированы и функционируют слаженно. Гипертрофия одного из этих элементов в ущерб остальным расстраивает психическую регуляцию деятельности, нарушает «пространство аффектов» субъекта (т.е. лишает оптимизма). По Ю. Кулю, настоящий оптимист при любых

обстоятельствах умеет: 1) произвольно генерировать позитивные эмоции (что дает ему возможность энергетически наполнить свои сознательные намерения и перейти к активному действию – М.К.), и 2) преодолеть негативные эмоции, «успокоить себя» (что дает ему возможность любую неприятность превратить в стимул для личностного роста и обогащения жизненного опыта – М.К.) [15; с. 18].

Концепцию, альтернативную сугубо когнитивному подходу к оптимизму, развивает И. Джидарьян [4]. Предметом рассмотрения в этой концепции являются не столько процессы переработки информации, присущие индивиду, сколько проявление оптимизма внутри эмоционально-чувственной триады «Вера – Надежда – Любовь» (далее – ВНЛ). Компоненты ВНЛ – это высшие чувства, выражающие вершинное, духовное, трансцендентальное, архетипическое в человеке, существующее в метаэмпирическом измерении. Будучи позитивным отношением и восприятием будущего, оптимизм наиболее полно выражен в компоненте Веры.

Изложение основного материала исследования. Существуют эмпирические доказательства того, что оптимисты:

1) меньше других людей подвержены дистрессу и тревоге,

2) более других способны принять ситуацию, которую уже невозможно изменить,

3) превосходят остальных людей в способности позитивного переформулирования проблемы,

4) меньше других практикуют такие защитные механизмы, как отрицание, избегание и др.

Оптимизм – один из важных регулятивных инструментов успешной деятельности человека [22], в частности, учебной. Студенты-оптимисты лучше приспособляются к учебе в вузе на 1 курсе. У оптимистически настроенных студентов наблюдается меньшее количество симптомов стресса во время экзаменационной сессии. Им присуща более высокая академическая успеваемость и продуктивность в учебной работе.

Связь пессимистического атрибутивного стиля с невысокими отметками в школе и в вузе зафиксировали многие исследователи. К выводу о том, что психологическая причинность (т.е. стиль объяснения) – это постоянно действующий фактор, который играет значительную роль в мотивации учебной деятельности, пришла А. Маркова [17]. Ю. Турова исследовала психологические особенности успевающих студентов и обнаружила, что они 1) часто проявляют оптимистический атрибутивный стиль, 2) управляют восприимчивыми причинами своих успехов и неудач. Эти две особенности отличают их от неуспевающих студентов [21]. Д. Кузнецова диагностировала более вы-

сокие показатели оптимизма в успешных молодых ученых (аспирантов и докторантов) [14].

Многие авторы указывают, что взаимосвязь между высокой успеваемостью и оптимизмом неоднозначна и сложна. Есть данные, свидетельствующие о более высокой успеваемости пессимистичных студентов. Иногда исследователям вообще не удается обнаружить статистически значимые связи успешности учебы и оптимизма. Кроме того, оптимизм может проявляться не только как причина, но и как следствие успешной учебы [7]. В связи с этим можно предположить, что оптимизм и успешность деятельности взаимосвязаны не непосредственно, а опосредованно. Таким опосредующим звеном может быть самоорганизация деятельности.

К сожалению, в отечественной психологии отсутствуют специальные исследования, в которых выявляется роль оптимизма в саморегуляции и самоорганизации ведущей для студентов деятельности – учебно-профессиональной.

Цель нашего исследования – изучить взаимосвязи показателей оптимизма успевающих и слабоуспевающих студентов с показателями самоорганизации их учебно-профессиональной деятельности.

Методика исследования и испытуемые. Для диагностики особенностей оптимизма использовались две методики. Первая – русскоязычная версия Теста Диспозиционного Оптимизма (ЛОТ), предложенная Т. Гордеевой, О. Сычевым и Е. Осиним [3]. Определены показатели «Позитивные ожидания», «Негативные ожидания» и «Общий показатель диспозиционного оптимизма». Оптимизм с помощью данной методики диагностируется как обобщенное ожидание того, что в будущем будут происходить в основном хорошие события. Это – особая мировоззренческая установка на то, что «все будет хорошо». Можно предположить, что данная методика регистрирует оптимизм на некоем *мировоззренческом (стратегическом, личностном)* уровне.

Для оценки оптимизма на так называемом *операционно-тактическом* уровне использовалась русскоязычная версия опросника СТО-УН-В (Стиль объяснения успехов и неудач, вариант для взрослых), разработанная Т. Гордеевой, Е. Осиним и В. Шевяковой [2]. Регистрировались показатели выраженности оптимистических атрибутивных объяснений по параметрам стабильности, глобальности, контроля, оптимизма в ситуации успеха, оптимизма в ситуации неудачи, оптимизма в ситуации достижения и оптимизма в межличностной ситуации. Соответствующий уровень проявления оптимизма назван нами *операционно-тактическим (субъектным)*, поскольку здесь речь идет не об оптимистических уста-



новках и убеждениях, определяющих общее направление развития личности, а о совокупности умений, о стиле обработки актуальной информации, поступающей в процессе выполнения деятельности.

Для изучения самоорганизации учебно-профессиональной деятельности был использован опросник Е. Мандриковой [16], предназначенный для диагностики сформированности навыков, целеполагания, тактического планирования и структурирования деятельности. Определялись показатели:

1) планмерности (способности к адекватному планированию и планомерному следованию поставленным целям – М.К.),

2) целеустремленности (способности сосредоточиться на целях – М.К.),

3) настойчивости (степени развития волевых качеств, позволяющих завершить начатое, совершить необходимое усилие – М.К.),

4) фиксации на структурировании деятельности (ригидности в планировании – М.К.),

5) самоорганизации с помощью внешних средств (использовании вспомогательных средств самоорганизации деятельности – М.К.),

6) ориентации на настоящем (способности концентрироваться на «здесь и теперь» – М.К.).

При проведении опросника в инструкции специально делался акцент на том, что речь идет об учебной деятельности.

Проверялись **предположения** о том, что:

– основные параметры самоорганизации учебно-профессиональной деятельности, выделенные Е. Мандриковой, связаны с оптимизмом студентов;

– эти взаимосвязи прослеживаются как на «стратегическом», «личностном» уровне обобщенных убеждений (диспозиционный оптимизм), так и на «субъектном», «операционном» уровне (оптимистический атрибутивный стиль);

– структура этих взаимосвязей у успевающих и слабоуспевающих студентов различна: успевающие студенты будут превосходить слабоуспевающих в способности использовать оптимизм в качестве ресурсной базы для основных компонентов самоорганизации учебно-профессиональной деятельности.

В исследовании приняли участие 290 студентов 1–5 курсов Харьковского национального педагогического университета имени Г.С. Сковороды, Национального технического университета «Харьковский политехнический институт», Южноукраинского национального педагогического университета имени К.Д. Ушинского (г. Одесса), всего 251 женщина и 39 мужчин в возрасте от 17 до 34 лет. На основе анализа текущей успеваемости, оценок по основным предметам в сессию, а также результатов процедуры групповой оценки личности было установлено, что 136 студентов

демонстрируют низкий уровень успеваемости, а 155 – высокий.

Для математико-статистической обработки использовался корреляционный анализ (подсчет коэффициентов линейной корреляции r_{xy} К. Пирсона – М.К.) с использованием пакета статистических программ Statistica 10.

Результаты и их обсуждение. В результате корреляционного анализа, проведенного во всей выборке студентов, независимо от уровня успеваемости, выявлено следующее. Выраженные позитивные ожидания проявились в наибольшей степени у студентов, которые продемонстрировали сформированность таких компонентов самоорганизации учебно-профессиональной деятельности, как настойчивость ($r_{xy}=0,13$; $p<0,05$), ориентация на настоящее ($r_{xy}=0,15$; $p<0,05$), планомерность ($r_{xy}=0,16$; $p<0,01$), и особенно – целеустремленность ($r_{xy}=0,24$; $p<0,00005$).

Это означает, что стратегический («мировоззренческий») оптимизм, выражающийся в доминировании позитивных установок в сознании, чаще встречается у студентов, которые превосходят других в способности структурировать свою учебную деятельность усилием воли. Они умеют завершить начатое дело, проявить организованность, эффективно противостоять отвлекающим от учебы побуждениям и стимулам. Переживания, происходящие «здесь и сейчас», полностью овладевают их вниманием, наделяются особой ценностью и значимостью. Им лучше других удается быть последовательными и планомерными в реализации своих учебных целей. Ключевым элементом психической регуляции учебной деятельности таких студентов является их целеустремленность. Они обладают четким и структурированным знанием того, к чему стремятся (обладают наиболее дифференцированным образом цели – М.К.). При этом они легко переходят от такого знания к действию.

Выраженные негативные ожидания (пессимистичный взгляд в будущее, «дефицит надежды» на мировоззренческом уровне – М.К.), наоборот, сопряжены с недостатком планомерности и последовательности в учебных действиях ($r_{xy}=-0,19$; $p<0,01$), нецелеустремленностью ($r_{xy}=-0,21$; $p<0,00005$), и особенно – с нехваткой настойчивости ($r_{xy}=-0,24$; $p<0,00005$). Возможно, оптимистические установки важны для преодоления отвлекаемости студентов в процессе учебной работы, торможения посторонней активности и тенденций к ней.

Корреляции показателей отдельных компонентов самоорганизации учебной деятельности с показателями общей шкалы диспозиционного оптимизма подтверждают выявленные закономерности. Диспозиционный оптимизм

важен: для хорошего «контакта с настоящим», для проявления умения быть последовательным и планомерным в учебе, для активации дополнительных волевых усилий, настойчивости (там, где это необходимо, – *М.К.*), и самое главное – для стремления к ясной и конкретной цели.

Показатель общего оптимизма, определяемого в парадигме атрибутивного стиля, оказался тесно связанным с целеустремленностью ($r_{xy}=0,21$; $p<0,001$), настойчивостью ($r_{xy}=0,22$; $p<0,0005$), и особенно – с планомерностью ($r_{xy}=0,24$; $p<0,0001$) учебно-профессиональной деятельности студентов. Как и в случае с диспозиционным оптимизмом (т.е. «оптимизмом личностного, «стратегического» уровня – *М.К.*), оптимизм «тактический» также оказался важным для этих трех важнейших параметров учебно-профессиональной деятельности студентов.

Однако, в отличие от диспозиционного оптимизма, оптимизм атрибуций оказался весьма существенным еще и для гибкости, легкой переключаемости студентов на новые задачи и виды деятельности, новые отношения: с показателем фиксации на структурировании деятельности общий оптимизм коррелирует отрицательно ($r_{xy}=-0,26$; $p<0,00005$). Испытуемые с высокими показателями фиксации деятельности могут быть чрезмерно исполнительными, обязательными и пунктуальными. В учебной деятельности для таких студентов очень важны четкая и ясная структура решаемых задач, определенная последовательность учебных действий. Ситуация неопределенности и изменчивости их тревожит, а дела, требующие завершения, служат источником дополнительного беспокойства и стресса. Эмоциональная и мотивационная основы такого стиля деятельности – предчувствие возможной неудачи, негативные мотивы деятельности, стремление подстраховаться от возможных неудач. Возможно, у них в системе психической регуляции деятельности гипертрофирована роль подсистемы «Концентрации на ошибках», о которой писали Ю. Куль и М. Шторх [15]. Чрезмерно сосредоточенные на недостатках люди обычно настроены критически к окружающим и к себе. Они умеют концентрироваться на деталях, но негибки и утрачивают чувство общей перспективы. Поэтому они нуждаются в дополнительных мерах по структурированию деятельности.

Примечательно то, что не только общий показатель, но и все семь парциальных шкал опросника СТОУН-В коррелируют с параметром фиксации на структурировании деятельности отрицательно и на статистически значимых уровнях (от $p<0,05$ до $p<0,0001$). При этом коэффициенты корреляции варьируют от $r_{xy}=-0,14$ (с показателем контроля – *М.К.*) до $r_{xy}=-0,24$ (с показателями глобальности и оп-

тимизма в межличностной ситуации – *М.К.*). Таким образом, как оптимизм в целом, так и отдельные его аспекты и грани, выделяемые при атрибутивном подходе к нему, выступают, по-видимому, в качестве фактора, сдерживающего тенденции к нарочитому структурированию своей учебной деятельности во времени и пространстве. В отличие от студентов-пессимистов, студенты с выраженным оптимистическим атрибутивным стилем для достижения успехов в учебе не нуждаются в каких-то дополнительных мерах по разбиению своей учебной активности на определенные этапы, выделению в этой активности каких-то четких направлений, отграниченных сегментов. Разделение главного и второстепенного в учебной работе, структурирование ее во времени у оптимистов происходит естественным образом, во многом произвольно, с участием хорошо отработанных и автоматизированных регулятивных механизмов.

Шкалы планомерности, целеустремленности и настойчивости позитивно коррелируют почти со всеми шкалами опросника СТОУН-В. Так, планомерность в самоорганизации учебно-профессиональной деятельности наиболее тесно связана с оптимизмом в межличностных ситуациях ($r_{xy}=0,28$; $p<0,00005$) и оптимизмом в ситуации неудачи ($r_{xy}=0,26$; $p<0,00005$). Чуть менее тесно она связана с оптимизмом в ситуации достижения ($r_{xy}=0,28$; $p<0,01$).

Планомерность также тесно взаимосвязана с тремя «классическими» параметрами оценки степени оптимистичности атрибутивного стиля субъекта: с контролем ($r_{xy}=0,15$; $p<0,05$), глобальностью ($r_{xy}=0,19$; $p<0,01$) и особенно – со стабильностью ($r_{xy}=0,22$; $p<0,0005$).

Стабильность и глобальность важны также для целеустремленности и настойчивости, чего нельзя сказать о контроле. Стабильность атрибуций оказалась в наибольшей степени свойственна именно тем студентам, которые превосходят остальных в способности усилием воли структурировать свою учебную деятельность и завершать начатое дело (т.е. настойчивым) ($r_{xy}=0,27$; $p<0,00005$), а также тем, которые четко осознают свою цель и энергично двигаются к ней (т.е. целенаправленным) ($r_{xy}=0,23$; $p<0,0005$).

Подобно стабильности, глобальность атрибутивного стиля, по-видимому, также важна и для целеустремленности ($r_{xy}=0,19$; $p<0,01$) и для настойчивости ($r_{xy}=0,20$; $p<0,001$). Поэтому она тоже может выступить в качестве фактора эффективной самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов.

Со шкалами целеустремленности и настойчивости в учебной деятельности позитивно коррелируют проявления оптимизма студентов в основных жизненно значимых ситуациях – успеха (соответственно, $r_{xy}=0,20$; $p<0,001$



и $r_{xy}=0,12$; $p<0,05$), неудачи (соответственно $r_{xy}=0,14$; $p<0,05$ и $r_{xy}=0,21$; $p<0,001$), достижения (соответственно, $r_{xy}=0,20$; $p<0,001$ и $r_{xy}=0,15$; $p<0,05$) и в межличностной ситуации (соответственно, $r_{xy}=0,18$; $p<0,01$ и $r_{xy}=0,25$; $p<0,00005$).

Тенденция студентов использовать при самоорганизации учебной деятельности вспомогательные средства никак не связана с параметрами оптимистического атрибутивного стиля.

Ориентация на настоящее в большей степени свойственна студентам, которые оптимистичнее других интерпретируют межличностные ситуации, в которые они попадают ($r_{xy}=0,12$; $p<0,05$).

Специально уточнялись особенности взаимосвязи параметров самоорганизации учебно-профессиональной деятельности с показателями оптимизма у студентов с высокой ($n=155$) и низкой ($n=136$) успеваемостью. Корреляционный анализ создает возможность более дифференцированной и детальной оценки вклада диспозиционного («стратегического») и атрибутивного («тактического») оптимизма в психическую регуляцию учебной деятельности успевающих и слабоуспевающих студентов. Структурно-композиционные особенности таких взаимосвязей хорошо видны на коррелограммах (рис. 1 и 2).

Между студентами с низкой (см. рис. 1) и высокой (см. рис. 2) успеваемостью обнаружен ряд существенных различий.

Во-первых, оптимизм в психической регуляции учебно-профессиональной деятельности проявляется в значительно большей степени в успевающих, чем у слабоуспевающих студентов. Об этом свидетельствует значительно большее количество статистически значимых корреляций между показателями опросника самоорганизации деятельности и показателями тестов на оптимизм именно в группе успевающих студентов по сравнению с группой слабоуспевающих (37 – у первых и всего 15 – у вторых). Студенты с высокой успеваемостью превосходят слабоуспевающих в способности использовать оптимистические переживания в качестве особого ресурса для налаживания и поддержания в функциональном состоянии систем психической регуляции учебной деятельности как в целом, так и отдельных ее звеньев.

Во-вторых, успевающие студенты, в отличие от слабоуспевающих, продемонстрировали преимущество в, так сказать, «силе» вклада оптимизма в психическую регуляцию учебной деятельности. Большинство корреляций в слабоуспевающей группе едва достигает минимального уровня значимости ($p<0,05$), тогда как подавляющее большинство корреляций в успевающей группе – значительно более тесные (на уровне $p<0,005$ и даже $p<0,0001$). Так, например, общий показатель оптимистического атрибутивного стиля в слабоуспеваю-

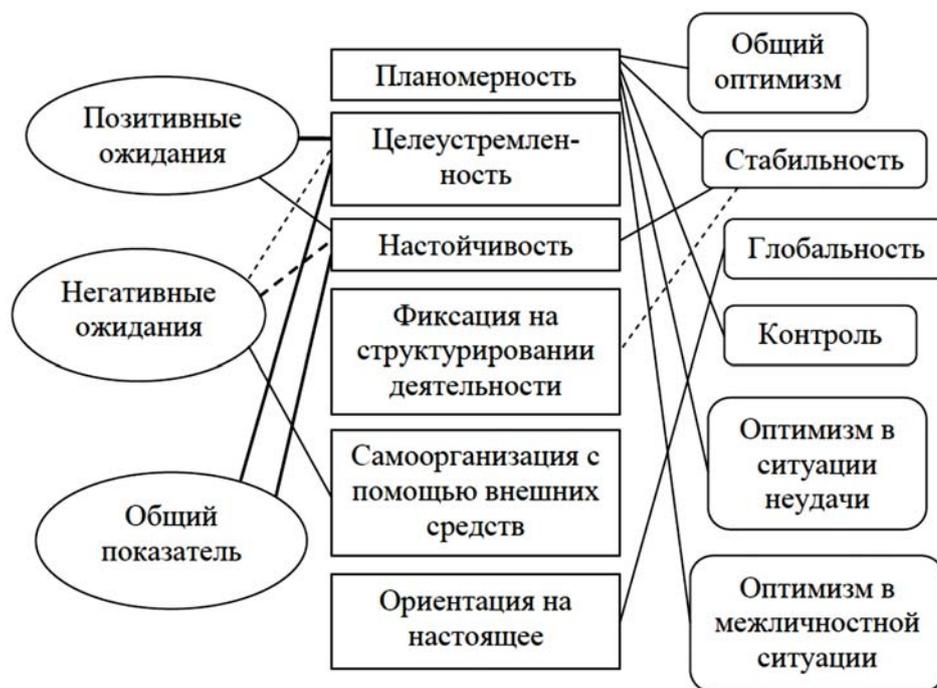


Рис. 1. Коррелограмма взаимосвязей показателей самоорганизации учебно-профессиональной деятельности и показателей оптимизма у слабоуспевающих студентов

(Примечания: сплошная линия – прямые корреляции, пунктирная – обратные)

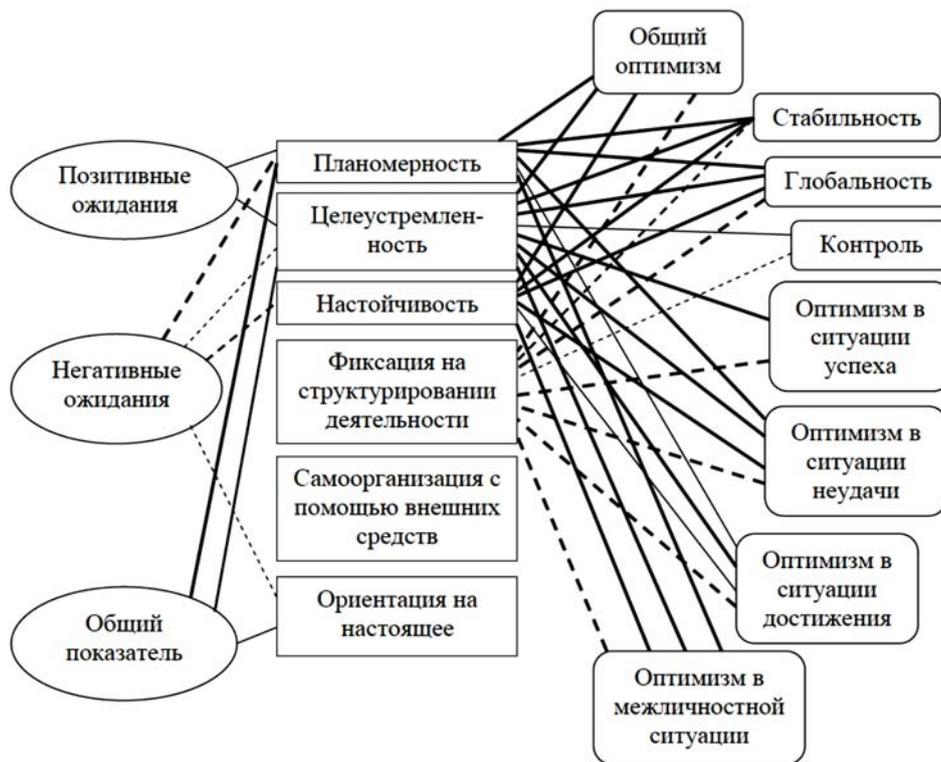


Рис. 2. Коррелограмма взаимосвязей показателей самоорганизации учебно-профессиональной деятельности и показателей оптимизма у студентов с высокой успеваемостью

(Примечания: сплошная линия – прямые корреляции, пунктирная – обратные)

щей группе взаимосвязан с планомерностью деятельности на уровне $r_{xy}=0,20$ ($p<0,05$), а в успевающей группе – на уровне $r_{xy}=0,30$ ($p<0,0005$). Способность использовать свой оптимизм, возможно, является немаловажным фактором организации продуктивной системы учебных действий, позволяющим достигать высоких результатов в учебе в вузе.

В-третьих, при высокой успеваемости проявляется более широкая ресурсная база самоорганизации учебно-профессиональной деятельности, чем при низкой успеваемости. Речь идет о неполноте участия компонентов оптимистического атрибутивного стиля в самоорганизации деятельности слабоуспевающих студентов. Оптимизм в ситуациях успеха и достижения у этих студентов не задействуется ни в одном из компонентов самоорганизации учебной деятельности. Можно предположить, что у слабоуспевающих студентов тема успеха и достижения в рамках ведущей деятельности определенным образом табуирована из-за многочисленных стрессов и хронической фрустрации [9; 11; 12; 13; 19], прочных ассоциаций с негативными эмоциональными состояниями [1; 10]. В учебной деятельности успевающих студентов атрибутивный стиль в самоорганизации учебной деятельности

участвует максимально полно (т.е. во всех своих аспектах). При этом наиболее значимы стабильность, глобальность, оптимизм в ситуации неудачи, достижения и в межличностной ситуации (в каждом случае – по четыре статистически значимых корреляции – М.К.). Успевающие студенты более открыты разным видам субъективного (прежде всего – эмоционального) опыта, обладают более развитыми навыками самогенерирования положительных эмоций в связи с учебой и самоуспокоения при переживании негативных эмоций.

В-четвертых, оптимистический атрибутивный стиль по всем без исключения параметрам в группе успевающих студентов выступил в роли фактора гибкости и легкой переключаемости на новые виды деятельности, чего нельзя сказать о слабоуспевающих студентах. В успевающих студентов показатель фиксации на структурировании деятельности отрицательно связан со всеми показателями опросника СТОУН-В. Коэффициенты корреляции при этом варьируются от $r_{xy}=-0,20$ до $r_{xy}=-0,34$ (при уровнях значимости от $p<0,05$ до $p<0,0001$ – М.К.). При низкой успеваемости оптимизм не делает студента более гибким в процессе самоорганизации деятельности. Исключение составляет лишь одна корреля-



ция компонента фиксации на структурировании деятельности с параметром стабильности $r_{xy} = -0,21$ ($p < 0,05$). В успевающих студентов также оказалась более выраженной, чем у слабоуспевающих, «угнетающая» роль одного из параметров диспозиционного оптимизма – негативных ожиданий. В обеих группах студентов они, по-видимому, препятствуют налаживанию подсистем самоорганизации деятельности по параметрам целеустремленности и настойчивости. Однако в успевающих студентов негативные ожидания весьма заметно препятствуют планомерности учебной деятельности ($r_{xy} = -0,25$; $p < 0,005$), а также мешают полноценной ориентации на настоящее в процессе учебы ($r_{xy} = 0,15$; $p < 0,05$). Кроме того, роль негативных ожиданий у слабоуспевающих студентов противоречива: они стимулируют таких студентов к использованию внешних средств самоорганизации деятельности ($r_{xy} = 0,18$; $p < 0,05$).

В-пятых, в группах успевающих и слабоуспевающих студентов оказалась радикально разной роль оптимизма в ключевом элементе самоорганизации учебной деятельности – в целеустремленности. При этом речь идет только об оптимизме «тактического» уровня (атрибутивном). Параметры диспозиционного оптимизма в обеих группах испытуемых проявляются в целеустремленности сходным образом (позитивные ожидания и общий оптимизм связаны с целеустремленностью прямо, а негативные ожидания – обратно – М.К.). Однако способность студентов, которые хорошо учатся, выстраивать оптимистические причинные объяснения в разных ситуациях (успеха, неудачи, достижения и т.п. – М.К.) с опорой на идеи стабильности, глобальности, контроля оказались весьма тесно связанными с их целеустремленностью в учебе. Именно в этой группе студентов параметр целеустремленности образует тесные положительные связи со всеми показателями опросника СТОУН-В. Коэффициенты корреляции варьируют в широком диапазоне от $r_{xy} = 0,16$ до $r_{xy} = 0,36$ (при уровнях значимости от $p < 0,05$ до $p < 0,0001$ – М.К.). В группе студентов, которые учатся плохо, параметр целеустремленности ни с одним из показателей атрибутивного оптимизма не коррелирует.

В-шестых, в отличие от слабоуспевающих, самоорганизация учебной деятельности с помощью внешних средств у успевающих студентов не связана ни с одним из показателей оптимизма. Использование организаторов, специальных приемов бюджетирования времени и усилий, затрачиваемых на учебную работу, каких-либо средств визуализации этапов работы, ежедневников, планингов и прочих внешних средств самоорганизации деятельности в успевающих студентов может

быть обусловлено какими-то иными факторами, не связанными с оптимизмом. У слабоуспевающих студентов использование внешних средств самоорганизации деятельности, возможно, способствует преодолению пессимистических ожиданий, связанных с процессом и результатами учебы.

Выводы. Оптимизм – важный регулятивный инструмент успешной учебно-профессиональной деятельности студентов. Основные параметры самоорганизации учебно-профессиональной деятельности (особенно планомерность, целеустремленность и настойчивость – М.К.) взаимосвязаны с оптимизмом студентов. Эти взаимосвязи проявляются при анализе функциональной роли как «стратегического» (мировоззренческого, личностного – М.К.) оптимизма, так и оптимизма «операционно-тактического» (оптимистический атрибутивный стиль – М.К.). Успевающие студенты превосходят студентов, которые плохо учатся, в способности использовать оптимизм в качестве ресурсной базы для основных компонентов самоорганизации учебно-профессиональной деятельности. Превосходство успевающих студентов над слабоуспевающими наиболее заметно в отношении преимуществ, которые для самоорганизации учебной деятельности дает оптимистический атрибутивный стиль.

Перспективой дальнейших исследований является разработка регрессионных моделей, которые дали бы возможность выделить наиболее влиятельные аспекты и параметры оптимизма, которые проявляются в структуре самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов с разными уровнями успеваемости. Кроме того, в практическом плане важна разработка и апробация коррективно-развивающей программы, нацеленной на разные аспекты и проявления оптимизма, и которая могла бы помочь решить задачу совершенствования у студентов навыков и умений самоорганизации учебной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Волженцева І.В. Особливості психічних станів студентів у процесі навчальної діяльності / І.В. Волженцева // Проблеми загальної та педагогічної психології. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т. Х., част.1. – К. : «ГНОЗІС», 2008. – С. 71–79.
2. 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.
3. Гордеева Т.О. Разработка русскоязычной версии теста диспозиционного оптимизма (ЛОТ) / Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин // Психологическая диагностика. – 2010. – № 2. – С. 36–64.

4. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джидарьян. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 268 с. – (Серия «Достижения в психологии»).
5. Еттінген Г. Перегляд позитивного мислення: на основі нової науки про мотивацію / Еттінген Г.; пер. с англ. – К. : Наш Формат, 2015. – 208 с.
6. Замышляева М.С. Оптимизм и пессимизм в совладающем поведении в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. Наук ; 19.00.03 «Психология развития, акмеология» / М.С. Замышляева Марина Сергеевна. – М., 2006. – 237 с.
7. Ильин Е.П. Психология надежды: оптимизм и пессимизм / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2015. – 288 с.
8. Кузнецов М.А. Эмоциональная память / М.А. Кузнецов. – Х. : Крок, 2005. – 568 с.
9. Кузнецов М.А. Специфика эмоциональных переживаний в условиях предэкзаменационного стресса у студентов, стремящихся к успеху и ориентированных на избегание неудачи / М.А. Кузнецов, А.В. Егорова // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки : 36. наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – № 26. – (50). Част. I. – С. 280–286.
10. Кузнецов М.А. Психічні стани студентів у процесі навчально-пізнавальної діяльності / М.А. Кузнецов, К.І. Фоменко, О.І. Кузнецов. – Х. : ХНПУ, 2015. – 338 с.
11. Кузнецов М.А. Емоційний інтелект як чинник психоемоційних станів студентів в умовах іспиту. Монографія / М.А. Кузнецов, Н.Ю. Діомідова. – Х. : Вид-во «Діса плюс», 2017. – 186 с.
12. Кузнецов М.А. Студентські страхи: види, структура, динаміка та шляхи корекції / М.А. Кузнецов, В.С. Шаповалова. – Х.: Вид-во «Діса плюс», 2016. – 334 с.
13. Кузнецов М.А. Емоційне ставлення студентів до навчання / М.А. Кузнецов, Я.В. Козуб. – Х. : Вид-во «Діса плюс», 2017. – 284 с.
14. Кузнецова Д.К. Мотивационные особенности, определяющие успешность профессиональной деятельности у молодых научно-педагогических сотрудников / Д.К. Кузнецова [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.scienceforum.ru/2013/12/4268>.
15. Куль Ю. Сила собственного Я. Семь психогимнастик для бессознательного / Ю. Куль, М. Шторх ; пер. с нем. – Х. : Изд-во Гуманитарный Центр, 2015. – 324 с.
16. Мандрикова Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) / Е.Ю. Мандрикова // Психологическая диагностика. Тематический выпуск: Диагностика личностного потенциала – 2 / Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой. – 2010. – № 2. – С. 87–111.
17. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособие для учителя / А.К. Маркова. – М. : Просвещение, 1983. – 96 с.
18. Мартенс Й.-У. Самомотивация. Искусство мотивировать себя / Й.-У. Мартенс, Ю. Куль ; пер. с нем. – Х. : Изд-во Гуманитарный Центр, 2015. – 324 с.
19. Меднікова Г.І. Динаміка психологічних захисних механізмів у студентському віці / Г.І. Меднікова // Збірник наукових праць за матеріалами II науково-практичної конференції «Бочаровські Читання» (28 березня 2014 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. – Х. : ХНУВС, 2014. – С. 194–197.
20. Селигман М. Как научиться оптимизму: Измените взгляд на мир и свою жизнь / М. Селигман.; пер. с англ. – М. : Альпина Паблишер, 2015. – 338 с.
21. Турова Ю.С. Исследование социальных и психологических условий оказывающих влияние на преодоление академической неуспеваемости студентов / Ю.С. Турова // Актуальные вопросы современной психологии : Материалы Международной научной конференции. – Челябинск, 2013. – С. 49–52.
22. Фоменко К.І. Психологія успіху : Навч.-метод. посіб. / К.І. Фоменко. – Х. : Вид-во «Діса плюс», 2015. – 274 с.
23. Norem J.K. The Positive Psychology of Negative Thinking / J.K. Norem, C.C. Chang // Journal of Clinical Psychology. – 2002. – Vol. 58. – № 9. – P. 993–1001.
24. Scheier M.F. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test / M.F. Scheier, C.S. Carver, M.W. Bridges // Journal of Personality and Social Psychology. – 1994. – V. 67. – P. 1063–1078.