

Секция «Психология»

Влияние психической напряженности на актуализацию ситуативной готовности к занятию у студентов вуза

Бестаева Елизавета Руслановна

Аспирант

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, психологии,
Москва, Россия*

E-mail: lizabestaeva@rambler.ru

Ситуативная готовность к деятельности представляет собой сложный процесс, имеющий специфическое содержание. Она предполагает мобилизацию всех подсистем деятеля, настройку его на предстоящую деятельность.

Развертывание процесса ситуативной готовности обучаемого к занятиям происходит не автоматически, а реализуется при соблюдении определенной системы условий.

Одним из условий возникновения ситуативной готовности к занятию у студентов, является благоприятное функциональное состояние субъекта деятельности.

Сложность, многокомпонентность, многоуровневость состояний человека как психического явления прямо и косвенно подчеркивают Н.Д. Левитов, Ю.Е. Сосновикова. Именно эти особенности психических состояний, целиком захватывающих человека на какой-то промежуток времени, делают их труднодоступным объектом научного изучения.

Психические состояния не спонтанны, но детерминированы, прежде всего, внешними воздействиями.

В отличие от физиологических, психологические стрессоры затрагивают психологические структуры. Их анализ требует учета потребностно-мотивационных, волевых и других особенностей личности, ее опыта и т.д. Дифференциация физиологических и психологических стрессоров основывается на том, что они «запускают» разные механизмы, участвующие в реализации состояний напряженности. Однако в действительности воздействие стрессоров на индивида имеет интегральный, комбинированный характер, вовлекая одновременно и физиологические и психологические процессы.

М. Роговин отмечает, что под влиянием состояний напряженности происходит сдвиг реагирования по направлению к крайним точкам шкалы «торможение – возбуждение».

· Тормозный тип реагирования характеризуется общим мышечным напряжением, особенно резко выражающимся в мимике, скованностью позы и движений, разного рода фиксациями, пассивностью, замедленным течением психических процессов, своеобразной «эмоциональной инертностью», проявляющейся в виде безучастности и негативного безразличия.

· Возбудимый тип реагирования выражается в бурной экстраверсии, суетливости, многословии, гипертрофии двигательных проявлений, быстрой смене принимаемых решений, повышенной легкости перехода от одного вида деятельности к другому, несдержанности в общении и т.д.

Таким образом, состояния психической напряженности оказывают неоднозначное влияние на деятельность: в сторону либо ухудшения, либо улучшения, либо неизменности.

Чем объясняется такая разнонаправленность эффектов?

Очевидно тем, что в общем комплексе причин, обуславливающих эффективность деятельности в сложных условиях, одно из первых мест занимают собственно психологические причины.

Деятельность человека побуждается и направляется мотивами, отвечающими тем или иным потребностям человека. Регулирующая функция мотивов проявляется, прежде всего, в побуждении деятельности, ее «энергетизации».

Мотивы обладают и другой функцией, которую А.Н. Леонтьев называет смыслообразующей.

Человек испытывает своеобразное удовлетворение от усилия как такового, от преодоления трудностей, поэтому он может заниматься какой-либо трудной деятельностью ради нее самой, а не просто ради того, чтобы «приблизиться к объекту или избежать его». Самый процесс деятельности при этом как бы обеспечивает ее непрерывное побуждение.

В психологической структуре напряженности особая роль принадлежит мотивационному и эмоциональному компонентами. Если первый регулирует деятельность со стороны значимости для субъекта задачи, ситуации в связи с его потребностями, установками, ценностными ориентациями и т.д., то эмоциональный компонент производит соотнесенность этой значимости с конкретными обстоятельствами и с этой целью «включает» все механизмы жизнедеятельности человека. Это способствует поддержанию высокого уровня функционирования психических и биологических процессов, что в свою очередь является предпосылкой выполнения деятельности в сложных условиях. В качестве высшего уровня психического регулирования выступает личность, которая как бы задает программу всем остальным видам этого регулирования.

Ситуативная готовность к занятию у студентов, будет обуславливаться степенью выраженности их познавательных интересов и характером изучаемых дисциплин.

Литература

1. Литература
2. 1. Киршбаум Э.И., Еремеева А.И. Психические состояния. Владивосток, Изд-во ДВГУ, 1990.
3. 2. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. М., "Просвещение 1964.
4. 3. Леонова А.Б., Медведев В.И. Функциональные состояния человека в трудовой деятельности. М., Изд-во МГУ, 1981.
5. 4. Наенко Н.И. Психическая напряжённость. М., Изд-во МГУ, 1976.
6. 5. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. Л., Изд-во ЛГУ, 1983.
7. 6. Сб. Психические состояния. Л., Изд-во ЛГУ, 1981.
8. 7. Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика. Горький, 1975.

Конференция «Ломоносов 2011»

Слова благодарности

Спасибо!