

## **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ УЧАЩИХСЯ ЖЕНСКОГО ПОЛА ВЫСШЕГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

Канадский физиолог Селье определял стресс как специфический ответ организма человека или животного на любое предъявляемое требование. Этот ответ и есть напряжение всех сил организма, мобилизация его ресурсов, напряжение вегетативной, нервной и гормональной систем для приспособления к изменившимся условиям.

Причинами стресса, получившими самые высокие оценки в "единицах жизненных перемен" в списке стрессовых ситуаций, выступают:

– на уровне учебы: поступление в учебное заведение (50), трудности учебы, связанные с преподавателями, администрацией, программой (44), существенные изменения в степени занятости учебными делами (38);

- на уровне личностных установок: значительные изменения в восприятии и познании самого себя (57), изменения личных привычек (друзей) (45);
- на уровне здоровья: изменения в режиме сна (34); существенные изменения в еде (во времени приемов пищи) (30) [1].

Возникновение стресса у студентов и учащихся в процессе адаптации к учебному заведению детерминировано множеством причин. Реакции на стрессорные воздействия определяются во многом принадлежностью адаптанта к тому или иному полу.

Исследование, проведенное нами, было направлено на изучение особенностей эмоциональных состояний учащихся и студентов женского пола высшего колледжа, которые составляют 95% от общего числа обучающихся в учебном заведении. В качестве исследуемых эмоциональных состояний мы рассматривали активность, желание учиться, усталость и тревогу (страх, боязнь). Нашими испытуемыми выступили студенты женского пола пятого курса колледжа факультета педагогики и методики начального обучения, которые отрефлексировали эмоциональные состояния, характерные для первых двух семестров обучения.

Изучение состояния активности позволило выявить следующие факты: 68% учащихся-девушек имеют высокий и средний уровни активности на момент поступления. Нами обнаружено 32% учащихся с низким уровнем активности на момент поступления, что обусловлено, на наш взгляд, высокими психо-эмоциональными нагрузками бывших выпускниц на этапе окончания школы и поступления в вуз. Следует отметить положительную динамику состояния активности в первом семестре обучения (76%). Не выявлено снижения показателей активности у первокурсниц и во втором семестре обучения (82%).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о достаточно высокой активности учащихся женского пола, вызванной необходимостью адаптации к учебному заведению и профессии.

Состояние активности стимулируется желанием учиться, которое, по результатам нашего исследования, характерно для 63% учащихся женского пола.

Во втором семестре обучения возрастает у учащихся-девушек и желание учиться (78%). Вместе с тем необходимо отметить, что число учащихся (36%) с высоким уровнем этого состояния уменьшается, со средним уровнем – возрастает. Снижение показателей вызвано, в первую очередь, переживаемыми трудностями и неудачами в учебной деятельности.

Для 63% учащихся женского пола характерен высокий и средний уровни усталости на момент поступления. Возрастание этих показателей имеет место в первом (78%) и втором семестрах обучения (81%). Самые высокие показатели высокого уровня усталости обнаружены в первом семестре обучения.

Состояние страха, переживаемое первокурсницами, вызвано необходимостью адаптации к новым преподавателям, системой требований, предъявляемых в колледже. Высокие показатели выраженности страха выявлены на момент поступления в учебное заведение у 80% учащихся-девушек. Практически неизменным по интенсивности пребывает данное состояние в первом семестре обучения. Это отмечают 79% учащихся женского пола. Отрицательная динамика этого состояния приходится на второй семестр обучения (54%). Этот факт позволяет говорить о завершающем характере социально-психологической адаптации первокурсниц к преподавателям как носителям определенной методики обучения и стиля общения.

Сопоставление результатов исследования динамики эмоциональных состояний учащихся женского и мужского пола высшего педагогического колледжа обнаруживает некоторые гендерные различия. Так, для первокурсников-

юношей характерна отрицательная динамика активности и желания учиться в течение первого семестра обучения, что обусловлено отсутствием глубокого действенного интереса к профессии учителя на момент поступления, особенностями психики мужчины – более низким уровнем тревожности. Принципиальных различий в динамике состояния усталости первокурсников разного пола не выявлено. Значительно меньшее число учащихся-юношей испытывает высокий уровень состояния страха на протяжении кризисного первого семестра обучения. Это также свидетельствует о более низком уровне тревожности студентов мужского пола, что объясняется эмоциональными свойствами мужчин и стремлением соответствовать культурным предписаниям.

**Полученные данные позволяют сформулировать следующие выводы:**

1. Необходимость адаптации первокурсниц факультета педагогики и методики начального обучения колледжа к учебному заведению и профессии определяет их активность, которая несколько возрастает в первом – втором семестрах по сравнению с моментом поступления.
2. Для первокурсниц характерна положительная динамика желания учиться в течение первого семестра.
3. Отрицательная динамика состояния страха у учащихся-девушек выявляется на протяжении первого года обучения. Высокие его показатели приходятся на момент поступления и первый семестр обучения, что определяется трудностями, переживаемыми первокурсниками в дидактической и социально-психологической адаптации.
4. Для значительного большинства учащихся-девушек характерны высокий и средний уровни состояния усталости. Оно вызвано как содержанием предстоящего обучению в колледже этапа, так и вхождением в новую учебную среду.
5. Помимо общих для учащихся женского пола характерны специфические особенности эмоциональных состояний, обусловленные гендером, проявляющиеся в период адаптации к учебному заведению. И все выше означенное необходимо учитывать в учебно-воспитательном процессе высшего колледжа.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Годфруа Ж.* Что такое психология / Пер. с фр. *Н.Н. Алипова, А.В. Пегелау, Т.Я. Эстриной.* – М.: Мир, 1996. – 2-е изд., стереотипное. – Т. 1. – С. 285–287.