



ПОКАЗАТЕЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

<https://doi.org/10.53885/edinres.2022.6.6.073>

Назаров Акмал Мардонович,
Бухоро давлат университети, Психология кафедраси доценти,
психология фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD)
<https://orcid.org/0000-0001-5570-6519>

Аннотация. В статье рассмотрены теоретические позиции ученых о показателях психологической устойчивости личности студента в условиях вуза и приведены методы их выявления и классификации. Речь идет также о повышении активности обучающихся в системе образования за счет формирования у обучающихся психологической устойчивости за счет защитных механизмов.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, личность, образовательная система, эмоционально-эмоциональные качества, когнитивные процессы, рефлексия, обожание, позитивное, негативное.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ

Назаров Акмаль Мардонович
Бухарский государственный университет
Доцент кафедры психологии, доктор философии в области психологии (PhD)

Аннотация. Мақолада олий таълим муҳитида талаба шахсининг психологик барқарорлиги кўрсаткичлари бўйича олимларнинг назарий позициялари кўриб чиқилган ҳамда уларни аниқлаш ва таснифлаш усуллари келтирилган. Бундан ташқари ҳимоя механизмлари орқали талабаларда психологик барқарорликни шакллантириши орқали улардаги таълим тизимидаги фаоллигини ошириши ҳақида сўз боради.

Калит сўзлар: psychological stability, personality, educational system, emotional and emotional qualities, cognitive processes, reflection, adoration, positive, negative.

INDICATORS OF PSYCHOLOGICAL STABILITY OF THE STUDENT'S PERSONALITY IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF THE UNIVERSITY

Akmal Mardanovich Nazarov
Bukhara State University
Associate Professor of the Department of Psychology, Doctor of Philosophy in Psychology (PhD)

Abstract. The article considers the theoretical positions of scientists on the indicators of the psychological stability of a student's personality in a university environment and provides methods for their identification and classification. It is also about increasing the activity of students in the education system due to the formation of students' psychological stability due to protective mechanisms.

Key words: psychological stability, personality, educational system, emotional and emotional qualities, cognitive processes.

Введение. Теоретический анализ формирования психологической устойчивости студентов вуза позволил выделить факторы, определяющие этот

процесс в сложных ситуациях: рефлексия, которая позволяет осознавать свои чувства, эмоции, реакции, мотивы и цели; субъектность, ограничивающая влияние внешних факторов и обеспечивающая активность, ответственность, креативность и уникальность личности; высокая самооценка, которая является основой ценностного самоотношения, уважения и доверия себе; внутренний локус контроля, который способствует преодолению трудных ситуаций. Развитие этих качеств повышает стрессоустойчивость, снижает тревожность, что является основой устойчивости личности в сложных ситуациях. Исходя из этого, необходимо разработать психотехники, направленные на активизацию процессов самопознания, самопонимания и формирования ценностного самоотношения, развитие субъектности и рефлексии студентов.

Для определения психологических показателей психологической устойчивости важно измерить, насколько студент научается эффективно справляться с неблагоприятными факторами. Поэтому нам важно проводить мониторинг тревожности как косвенного показателя уровня устойчивости субъекта по отношению к ситуации. При этом нужно учитывать, что для каждого человека характерен свой оптимальный уровень тревожности, так называемая «полезная тревожность», которая является необходимым условием поддержания мотивации к изменению и развитию личности. Однако, если уровень тревожности превышает эти средние значения, появляются неблагоприятные варианты проявления тревожности. Открытая, сознательно переживаемая и проявляющаяся в поведении тревожность чаще всего дезорганизует деятельность человека. Скрытая тревожность может быть в разной степени неосознаваемой и проявляться либо в чрезмерном спокойствии, нечувствительности к реальному неблагополучию и даже отрицании его, либо – косвенным путем, через специфические формы поведения.

Методы. Для исследования компонентов, определяющих формирование психологической устойчивости, была составлена комплексная исследовательская программа, включающая тесты, валидность и надежность которых была подтверждена системой теоретических и эмпирических данных. В процессе исследования были использованы психодиагностические методики, с помощью которых можно оценить как феномены, определяющие психологическую устойчивость, так и те показатели, по которым можно оценить динамику изменения эмоционального фона личности. Диагностический комплекс включает в себя следующие методики: методика диагностики самоактуализации личности (А.В. Лазукин в адаптации Н.Ф. Калина); методика диагностики рефлексивности А.В. Карпова; методика исследования самооценки личности С.А. Будасси; методика диагностики психологического благополучия личности Т.Д. Шевелепкина, П.П. Фесепко; методика Е.Г. Луковцкой для исследования толерантности к неопределенности; тест жизнестойкости Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; методика определения копинг-стратегий Р. Лазаруса.

Результаты. Было выявлено, что для 36 % испытуемых не характерна концентрация на настоящем времени, они откладывают свою жизнь «на потом» или концентрируются на прошлом. Эти респонденты характеризуются завышенным стремлением к достижениям, будучи при этом мнительными и не уверенными в себе. В беседе с психологом студенты отметили, что испытывают тревожность от неопределенности относительно будущей личностной и профессиональной самореализации, но уверены, что еще есть время и им представится возможность раскрыть свои потенциальные возможности; 41 % характеризуются низкой и средней потребностью к познанию нового; 38 % испытуемых характеризуются низким уровнем креативности, то есть данным испытуемым сложно вносить новые, нестандартные, творческие элементы в



свою жизнь; 43,5 % испытуемых характеризуются повышенной тревожностью, что подтверждает сказанное выше. Была также выявлена корреляция между устойчивостью и такими показателями, как ориентация во времени ($r=0,4007$ $p\leq 0,001$); самопонимание ($r=0,341255468$ $p\leq 0,01$); уровень психологического благополучия ($r=0,367208$ $p\leq 0,001$). Таким образом, ригидность, плохая концентрация на задачах в настоящий момент, низкий уровень креативности и ощущение неспособности инициировать и контролировать события жизни снижают психологическую устойчивость и ощущение психологического благополучия. Напротив, согласно полученным данным, такие качества человека, как гибкость, способность находить новые решения в незнакомых ситуациях, потребность в познании нового, дают ощущение психологического благополучия, помогают справляться с ситуациями неопределенности, придают уверенности и повышают психологическую устойчивость человека.

Чтобы уточнить полученные взаимосвязи и выявить скрытые закономерности, лежащие в основе противостояния жизненным трудностям, мы провели факторный анализ полученных данных центроидным методом. По результатам факторизации полученных данных было выделено два значимых фактора, лежащих в основе формирования психологической устойчивости личности. Данные факторы объединяют 62,7 % всей полученной дисперсии. Первый фактор объединяет такие значимые показатели, как ориентация во времени (.956948), потребность в познании (.941191) и стремление к творчеству (.946971), гибкость в общении (.932992), развитая способность к рефлексии (.888464), управление средой (.793577), мотивация к личностному росту и развитию (.795666), адаптивный уровень тревожности (.895723) и состояние психологического благополучия (.902225). Данные показатели могут быть объединены в фактор «человек как открытая система».

Второй значимый фактор (26,7 %) объединяет такие показатели, как позитивный взгляд на природу человека (.930563), самопонимание (.914019) аутосимпатия (.918065), высокая адекватная самооценка (.903169) и состояние психологического благополучия (.770061). Данные показатели могут быть объединены в один общий фактор под названием «принятие себя», который свидетельствует о том, что на психологическую устойчивость влияет принятие себя, аутосимпатия. В беседе с психологом студенты отмечали, что принятие как положительных, так и отрицательных качеств своей личности «повышает настроение», «придает сил справляться с трудностями», «формирует оптимистичный взгляд на сложные ситуации», «позволяет проще относиться к неудачам, не думать о них». Как следует из описания используемых нами методик, позитивное отношение к себе и самопринятие вовсе не означает некритичного самовосприятия, это просто хорошо осознаваемая позитивная, целостная «Я-концепция», которая является основой психологической устойчивости. Выделенные факторы объединяют личностные особенности, которые лежат в основе психологической устойчивости личности. На основании выделенных факторов был проведен анализ показателей, имеющих особую значимость в формировании психологической устойчивости, обеспечении и поддержании состояния эмоционального благополучия.

Закключение. Таким образом, анализ показателей психологической устойчивости личности студента в образовательной среде вуза включает анализ динамики факторов, которые лежат в основе психологической устойчивости личности, а также косвенных показателей, которые указывают на психоэмоциональный статус человека в актуальный период времени. Состояние субъективного благополучия как интегральный показатель устойчивости в целом можно охарактеризовать сочетанием выделенных нами факторов: преобладанием положительных эмоций, оптимизмом, общим убеждением, что

окружающий мир и люди не являются источником угроз, а также ощущением контроля, который предполагает восприятие себя независимым, уверенным в себе человеком, который может рассчитывать на собственные силы в трудных ситуациях. Еще одним показателем состояния субъективного благополучия может выступить открытость новому опыту и отсутствие тревожности перед будущим. Как показало проведенное нами пилотажное исследование, на формирование психологической устойчивости влияют такие факторы, как позитивное самоотношение, адаптивный уровень тревожности, активность субъекта, особенности саморегуляции и поведенческих реакций человека в ситуациях, сопряженных с неопределенностью выбора, требующих нарушения установленных норм, правил.

Фойдаланилган адабиётлар.

Усманова, М. Н., Бафаев, М. М., & Остонов, Ш. Ш. (2014). Симптомы эмоционального выгорания современного педагога. Наука. Мысль: электронный периодический журнал, (10), 23-32.

Останов, Ш. Ш. (2020). ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИК АРТ-ТЕРАПИИ И АРТ-ПЕДАГОГИКИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА. Рекомендовано к печати Ученым советом Института психологии имени ГС Костюка НАПН Украины (Протокол № 64 от 28 декабря 2020), 135.

Акмал Мардонович Назаров. Исследование отношения спортсменов к психологической защите. Психология илмий журнали. Выпуск № 4, 2020 г. - С 51-57

Акмал Мардонович Назаров. Спортчиларда психологик муҳофазани шакллантириш усуллари Психология илмий журнали. Выпуск № 2, 2021 г. – С. 21-27.

Акмал Мардонович Назаров. Формирование узбекского этноса «Этносы развивающейся: России проблемы и перспективы» Метериалы седьмой Всероссийской научно-практической конференции с международным участиемабакан . Выпуск № 4, 2014 г. С 94-98

Акмал Мардонович Назаров. Kinds of temperament of human beings Web of Scientist: International Scientific Research Journal. Выпуск № 6, 2022 г. С 321-324.

Акмал Мардонович Назаров Kinds of temperament of human beings Web of scientist: international scientific research journal. Выпуск № 3. 2022 г. – С. 321-324.

Акмал Мардонович Назаров. The role of temperament in human behavior. Web of scientist: International scientific research journal. Выпуск № 5, 2021 г. – С. 60-74.

Акмал Мардонович Назаров. Индивидуальные особенности психологической защиты личности в спортивной деятельности Весстник интегративной психологии Выпуск № 23, 2021 г. - С 215-218.

Акмал Мардонович Назаров. Особенности механизми психологической защиты у Спортсменов, различающихся по гендерному признаку Весстник интегративной психологии Выпуск № 6, 2021 г. – С. 132-135.

Акмал Мардонович Назаров. Исследование отношения спортсменов к Психологической защите Психология. Илмий журнал. Выпуск № 4, 2021 г. - С 51-57.