

Н.В. Гребенникова, И.В. Григоричева

ТРЕВОЖНОСТЬ И ЛОКУС КОНТРОЛЯ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИВНОСТИ

В статье рассматривается проблема рефлексивности у студентов вуза, обучающихся по психолого-педагогическому направлению. Авторы статьи раскрывают теоретические аспекты рефлексивности и ее связи с тревожностью и локусом контроля личности. Результаты эмпирического исследования, проведенного на базе Алтайского государственного педагогического университета, уточняют аспекты данной взаимосвязи.

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивность, личностная тревожность, ситуативная тревожность, локус контроля личности, юношеский возраст.

N.V. Grebennikova, I.V. Grigoricheva

ANXIETY AND LOCUS OF CONTROL OF STUDENTS WITH DIFFERENT REFLEXIVITY LEVELS

The problem of reflexivity of high school students enrolled in the psycho-pedagogical direction is considered in this article. The authors reveal the theoretical aspects of reflexivity and its correlation with anxiety and locus of control of personality. The results of empirical research conducted on the basis of the Altai State Pedagogical University, clarify aspects of this correlation.

Key words: reflection, reflexivity, trait anxiety, state anxiety, locus of control of personality, youth age.

В исследованиях второй половины XX века понимание рефлексии сводилось к рассмотрению ее в контексте одного из направлений психологии (деятельностного, когнитивного и др.), что способствовало значительному сужению понятия. В последние годы происходит увеличение интереса исследователей к проблеме рефлексии как многоаспектному интегративному феномену. Это объясняется значением, которое вносит данная категория в жизнь человека. В самом общем понимании рефлексия – это способность личности стать наблюдателем по отношению к себе, своей деятельности и ее результатам.

По мнению А.В. Карпова, рефлексивность является одним из модусов изучения рефлексии. В научной литературе эти понятия часто рассматриваются в качестве синонимов. Рефлексивность личности – это сложное образование, включающее в себя различные уровни регуляции деятельности и поведения, а также характеризующееся неравномерностью развития. Например, интеллектуальная, личностная и коммуникативная рефлексии, выделяемые И.Н. Семеновым и С.Ю. Степановым, появляются в различные периоды развития [1]. Формирование личностной рефлексии интенсивно проходит в подростковом и юношеском возрасте. В.И. Слободчиков и

Е.И. Исаев считают, что главным новообразованием юношеского возраста является саморефлексия, потребность в которой ярко проявляется с начала кризиса юности (17–21 год) [2].

В юношеском возрасте проблемы самоопределения, выбора жизненного пути, нового положения в обществе формируют у людей эмоциональное напряжение, которое может способствовать повышению тревожности. По мнению многих исследователей, определенный уровень тревожности – это естественная и обязательная характеристика активной деятельности личности. У каждого человека существует свой желательный (оптимальный) уровень тревожности. Л.Ф. Анн отмечает, что превышение порога оптимального уровня тревожности оказывает негативное воздействие на личностное развитие. Такое же влияние оказывает и отсутствие тревоги в реальных неблагоприятных ситуациях [3]. Мы придерживаемся мнения, что оптимальный уровень тревожности человека поддерживается при помощи развитой рефлексивности, которая способствует осознанию, осмыслению и корректировке своих действий.

Также проблема самоопределения, нахождения своего места в обществе связана с определенной мерой ответственности, которую человек го-

тов принять. Степень принятия ответственности за собственные действия называется «локус контроля». Он может быть интернальным (внутренним, направленным на себя) и экстернальным (внешним, направленным на других). А.В. Карпов отмечал, что при развитой рефлексивности уровень субъективного контроля личности будет увеличиваться, приближаясь к наивысшей интернальной отметке [4].

Мы предположили, что от уровня развития рефлексии будет зависеть уровень личностной тревожности, а также субъективного контроля личности. Для проверки гипотезы проводилось исследование на базе Алтайского государственного педагогического университета, в котором приняли участие 72 человека, обучающиеся на 1–5 курсе в институте психологии и педагогики.

В ходе работы были использованы следующие методики: 1) психодиагностическая методика определения уровня рефлексивности (А.В. Карпов); 2) «Уровень субъективного контроля» (Дж. Роттер, в адаптации Е.Г. Ксенофонтовой); 3) тест-опросник субъективной локализации контроля (СЛК) (С.Р. Пантелеевой, В.В. Столина); 4) личностная шкала проявления тревоги (Дж. Тейлор, в адаптации Т.А. Немчинова); 5) шкала тревоги (Ч. Спилбергер, в адаптации Ю.Л. Ханина).

Анализ данных, полученных с помощью методики Ч. Спилбергера, показал, что уровень личностной тревожности у испытуемых выше, чем ситуативной. Это говорит о том, что студентам было комфортно, когда они отвечали на вопросы, сама ситуация тестирования их не волновала, отсутствовали внешние раздражители.

Таблица 1

Результаты ситуативной и личностной тревожности

	СТ	ЛТ
Среднее значение	39,1 %	42,2 %
Низкий уровень	19,8 %	27,5 %
Средний уровень	53,8 %	39,6 %
Высокий уровень	26,4 %	33 %

По данным, представленным в таблице 1, можно увидеть, что большинство испытуемых имеет средний уровень ситуативной тревожности (53,8 %), т. е. они не чувствовали дискомфорта при выполнении заданий. 26,4 % имеют высокий уровень ситуативной тревожности. Исходя из полученных данных, можно сказать, что им не комфортно было проходить тестирование, возможно, их беспокоили посторонние дела. У 19,8 % обнаружен низкий уровень ситуативной тревожности, это может говорить о том, что на тот момент у них не было субъективно воспринимаемых эмоций, которые бы переживались ими как негативные. Схожие показатели наблюдаются и по личностной тревожности – 39,6 % имеют средний уровень и 27,5 % имеют низкий уровень тревожности, что означает, что испытуемые спокойно и адекватно относятся к событиям, происходящим в их жизни, их не пугают трудности и какие-либо повседневные заботы. Но достаточно большой процент студентов, имеющих низкий уровень личностной тревожности, может быть связан с плохо сформированной способностью к рефлексии, самопони-

манию и самопознанию, а также с невнимательным, поверхностным прочтением утверждений. Также у 33 % был обнаружен высокий уровень личностной тревожности, что говорит о восприятии ими большинства событий, происходящих вокруг, как травмирующих для их личности.

Анализируя данные по методике Дж. Тейлора (рис. 1), было выявлено, что все студенты честно и открыто отвечали на опросник, так как результаты по шкале лжи у всех испытуемых в норме, и лишь у нескольких человек на границе нормы (6 баллов). Кроме того, у большинства студентов (45 %) уровень тревожности средний с тенденцией к высокому, 2,2 % имеют низкий уровень, у 19,8 % выявлен средний с тенденцией к низкому, 30,8 % показали высокий уровень тревожности, а у 2,2 % – очень высокая тревожность.

Можно сказать, что в целом студенты адекватно воспринимают происходящие с ними события, но наличие большого количества испытуемых, показавших высокий и очень высокий уровни тревожности, может говорить об их чрезмерной восприимчивости к событиям, случающимся с ними.



Рис. 1. Обобщенные результаты диагностики тревожности (Дж. Тейлор)

С помощью критерия ранговой корреляции Пирсона сравнивались показатели шкалы «личностной тревожности» и результаты, полученные по методике измерения уровня тревожности (Дж. Тейлор, адаптация В.Г. Норакидзе). Были получены данные о том, что две методики, на-

правленные на изучение тревожности, коррелируют между собой ($r=0,53$, при $p \geq 0,001$; т. е. связь прямая и средняя по силе). Поэтому, можно отметить, чем выше уровень тревожности по методике Ч. Спилбергера, тем выше показатели по опроснику Дж. Тейлора.

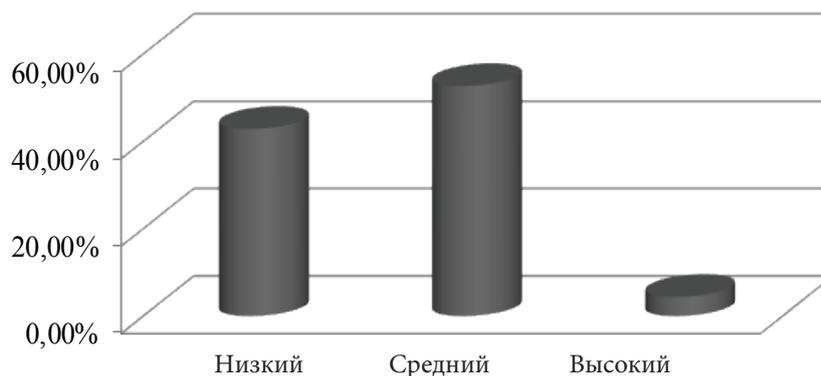


Рис. 2. Уровни рефлексивности (%)

Анализ данных, представленных на рис. 2, показал, что 42,9 % имеют низкий уровень развития рефлексии, 52,7 % – средний и 4,4 % испытуемых показали высокие результаты уровня развития рефлексивности. Такие результаты говорят о том, что студенты плохо умеют анализировать свои действия и поступки, переосмысливать продукты собственной активности. Они практически или вообще не способны встать на

позицию другого человека, посмотреть на себя со стороны. 95,6 % студентов не готовы к пониманию себя и других людей, они ожидают изменения обстоятельств при ошибке, нежели пытаются изменить свое видение ситуации. Кроме того, большинство студентов склонны действовать интуитивно, импульсивно, не раздумывая над структурой и последствиями своей деятельности.

Таблица 2

№	Экстернальные стены	Интернальные стены
Среднее значение	3,3	6,8
Преобладающий локус	22 %	73,6 %
Равные	4,4 %	

По данным, полученным с помощью методики СЛК (таблица 2), можно сделать вывод, что большинство студентов (73,6 %) обладают интернальным локусом контроля, что говорит об их склонности брать на себя ответственность за собственные действия, они считают, что достижения в жизни зависят от внутренних умений, усилий, навыков и качеств. Чувствуют себя «хозяевами судьбы». Но у 22 % испытуемых преобладает экстернальный локус контроля. Они стремятся обвинять в своих проблемах окружающий мир и других людей, являются фаталистами и часто принимают все, что с ними происходит, как данность, не пытаясь исправлять. Кроме того, 4,4 % имеют равные показатели по шкалам экстернальности и интернальности, что говорит об их лабильности и изменчивости, в одних ситуациях они склонны брать ответственность на себя, а в других – приписывают ее другому.

Для проверки второго допущения гипотезы (наличие взаимосвязи между уровнем субъективного контроля личности и уровнем развития рефлексивности) был проведен корреляционный анализ, с помощью критерия ранговой корреляции Пирсона. Данный анализ показал, что статистически достоверной связи между вышеуказанными параметрами нет ($r=0,05$), т. е. уровень субъективного контроля никак не зависит от изменения уровня рефлексивности.

Подводя итоги проведенного исследования, мы можем говорить о выявленной тенденции зависимости уровня тревожности от рефлексивности обучаемых психолого-педагогического направления. Так, у студентов с низким уровнем

развития рефлексивности в большинстве случаев наблюдается низкий уровень тревожности. Исходя из полученных результатов, появилась необходимость в создании программы тренинга, направленного на повышение уровня рефлексивности, что должно способствовать развитию адекватного (среднего) уровня тревожности. Разработка и апробация тренингов, направленных на развитие рефлексивности, была нами осуществлена ранее. На текущем этапе идет более детальная ее проработка и углубление. Основанием данной программы тренингов служат труды О.А. Ворожцовой, Г-Г. Декер-Фойгта, О.В. Евтихова, М.В. Киселевой, А.Н. Копытина, Л.Д. Лебедевой, А.А. Осиповой, К. Рудестам и др.

Рассматриваемая нами проблема на сегодняшний день остается малоизученной. Исследователи рассматривают либо категорию рефлексии в юношеском возрасте (Е.И. Исаев, И.Н. Семенов, В.И. Слободчиков, С.Ю. Степанов и др.), либо углубляются в проблему тревожности (Л.Ф. Анн, В.П. Астапов, Ч. Спилбергер, Е.В. Федосенко и др.). Комплексных исследований, затрагивающих взаимосвязь и взаимозависимость рефлексивности, тревожности и локуса контроля в юношеском возрасте, в том числе и студентов, получающих образование по психолого-педагогическому направлению, явно недостаточно, что и обуславливает актуальность данного исследования. Кроме того, знание и понимание собственных личностных особенностей, в частности локуса контроля и рефлексивности, способствует формированию профессионального самосознания студентов психологических и педагогических специальностей.

Библиографический список

1. Степанов, С. Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов // Вопросы психологии. — 1985. — № 3. — С. 31–40.
2. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. — Москва : Школа-Пресс, 2000. — 421 с.
3. Анн, Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. — Санкт-Петербург : Питер, 2005. — 271 с.
4. Карпов, А. В. О взаимосвязи рефлексивности и локуса контроля личности / А. В. Карпов // Материалы участников V съезда общероссийской общественной организации «Российское психологическое общество». — Москва, 2012. — Т. I. — 496 с.