

Для подтверждения результатов эксперимента было проведено исследование другой группы студентов 2 курса английского факультета, в количестве 21 человек (4 юноши и 17 девушек) в возрасте 18–19 лет. Схема проведения осталась такой же, но вместо прослушивания музыкального отрывка студентам предоставляли 5-минутную паузу. Результаты теста после отдыха в тишине практически не изменились: до – 17,22, после – 17,78 ($t = -0,68$ при $p = 0,5$)

Результаты подтвердили благоприятное влияние классической музыки на продуктивность вербального интеллекта студентов.

К. Мясникович

ВОСПРИЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО ОКРАШЕННЫХ ТЕКСТОВ СТУДЕНТАМИ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ТРЕВОЖНОСТИ

Проблема тревожности всегда играла важную роль в психологической науке. Актуальность данной проблемы подчеркивалась не только психологами, но и представителями других наук, таких как социология, философия, медицина.

Под тревожностью понимается психологическая особенность, обусловленная переживанием эмоционального дискомфорта, тесно связанная с предчувствием скорой опасности.

Понимание термина *тревожность*, знание причин ее возникновения и определение влияния на восприятие разнообразной информации студентами являются важными психологическими факторами, которые напрямую связаны с успешностью обучения. Состояние тревоги влияет на эмоциональную окраску психических состояний человека, мешает адекватно воспринимать реальность и взаимодействовать с окружающим миром.

Целью нашего исследования являлся анализ особенностей восприятия эмоционально окрашенных текстов студентами с различным уровнем тревожности.

В качестве испытуемых выступили студенты 4 курса МГЛУ. В ходе исследования были использованы следующие методики: анализ тревожности студентов по шкале Спилбергера-Ханина, методика САН.

На первом этапе проводилась диагностика уровней ситуативной и личностной тревожности испытуемых (методика Спилбергера-Ханина). На втором этапе студентам было предложено прочесть два текста, содержащих ярко выраженные положительные и отрицательные эмоции, а затем определить свое эмоциональное состояние после прочтения каждого из них, используя методику САН.

По результатам методики Спилбергера выяснилось, что на момент проведения исследования 9 из 11 студентов имели умеренный уровень тревожности, 1 – высокий и 1 – низкий. Рассматривая тревожность как устойчивую характеристику личности, мы обнаружили, что 4 студентов имеют умеренный уровень тревожности, а 7 студентов являются высоко тревожными.

Анализ эмоционального состояния и настроения по методике САН показал, что после прочтения положительно эмоционально окрашенного текста 10 студентов из 11 пребывали в благоприятном состоянии и только 1 – в подавленном (он обладает высоким уровнем личностной тревожности). После прочтения негативно окрашенного текста у половины испытуемых наблюдались изменения: 4 из 11 студентов остались в благоприятном состоянии, что говорит о невысоком уровне тревожности, а состояние остальных 6 студентов немного ухудшилось (1 студент был в неблагоприятном состоянии изначально).

Д. Назарова

ДИНАМИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СТУДЕНТОВ ЯЗЫКОВОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Синдром эмоционального выгорания представляет собой состояние эмоционального, психического и психофизического истощения, обусловленное условиями профессиональной деятельности. Выгорание носит деструктивный характер и негативно влияет как на профессиональную деятельность, так и на личность человека. Структурно данный синдром состоит из эмоционального истощения, деперсонализации и редукции профессиональных достижений. Каждый его компонент может проявляться через комплекс симптомов: эмоциональных, поведенческих, соматических, когнитивных и мотивационных. В процессе получения профессионального образования риск синдрома возрастает. Поэтому раннее выявление, профилактика и коррекция выгорания являются актуальными вопросами при обеспечении профессиональной подготовки будущих специалистов.

Было проведено исследование, в котором приняли участие по 30 студентов 1, 3 и 5 курсов МГЛУ. В качестве методик исследования использовались опросник К. Маслач, С. Джексона, опросник А. А. Рукавишниковой, опросник В. В. Бойко.

Исходя из анализа результатов можно сделать вывод, что на 1 курсе у подавляющего большинства испытуемых синдром эмоционального выгорания еще не сформирован, однако уже имеются предпосылки для его формирования (у 70 % студентов синдром не сложился, у 30 % он находится в стадии формирования). Результаты всех трех методик диагностики студентов 3 курса оказались идентичными: лишь у 10 % синдром отсутствует, у 60 % он находится в стадии формирования, а у 30 % он уже сформирован. К 5 курсу все испытуемые в той или иной мере страдают от данного синдрома (у 70 % синдром уже сложился и находится на высоком или крайне высоком уровне, у 30 % он находится на заключительных стадиях формирования). Что касается симптомов синдрома, то к 5 курсу в фазе напряжения лидируют неудовлетворенность собой, переживание обсто-