

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ

Л.К. Будук-оол, к. б. н., доцент

Тывинский государственный университет

У студентов тувинской и русской национальности обнаружены этнопсихофизиологические особенности, влияющие на процесс адаптации к обучению в вузе. Для тувинских студентов характерны определенные трудности в адаптации, которые формируются под влиянием высокого уровня тревожности, эмоциональной нестабильности, флегматического типа темперамента, более низких показателей силы и подвижности нервной системы, особенностей акцентуаций личности и интровертированности характера.

Ключевые слова: адаптация, психофизиологические особенности, тувинские и русские студенты.

In students of the Tuva and Russian nationalities are found out the ethnic-psychophysiological features influencing the process of adaptation to training in high school. For the Tuvinian students the certain difficulties in adaptation are characterized. They are formed under influence of a high level of nervousness, emotional instability, flegmatic temperament, low parameters of strength and mobility of nervous processes, peculiarities of personality features and introvert character.

Key words: adaptation, psychophysiological features, Tuvinian and Russian students.

Введение. В исследованиях последних лет прослеживается тенденция к изучению механизмов адаптации студентов к вузовскому обучению, которая рассматривается в качестве одного из видов психосоциальной адаптации. Ведущую роль в этом виде адаптации играет левополушарное доминирование мозга. Для успешно обучающихся студентов характерен вербально-логический левополушарный тип восприятия, а у студентов с высоким уровнем социально-психологической адаптации уровень активности левого полушария выше, чем у студентов с низким уровнем адаптации [5].

Известно, что свойства темперамента, уровень тревожности и эмоциональной устойчивости, акцентуации характера играют важную роль в успешности адаптации к обучению в вузе.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 1502 студента Тывинского государственного университета с 1 по 5 курсы коренного и пришлого населения (во 2-м и более поколениях). Для оценки профиля функциональной асимметрии (ПФА) проводились пробы на выявление доминирующих моторных и сенсорных функций [2], на основании которых было выделено 4 ПФА: правый, левый, амбидекстральный и смешанный. Оценка эмоционального состояния проводилась по уровню реактивной (РТ) и личностной (ЛТ) тревожности с помощью теста Ч.Д. Спилбергера в модификации Ю.Л. Ханина [10]. Оценка личностных характеристик проводилась по тесту Г. Айзенка, типология характера, акцентуации личности оценивались по тесту К. Леонгарда, свойства нервной системы по - Я. Стреляу [8].

Результаты и обсуждение. Анализ среднегрупповых коэффициентов ПФА выявил, что, независимо от курса, у всех студентов моторные признаки, в сравнении с сенсорными, относятся к типу выраженного правшества. Сенсорная асимметрия носит менее выраженный характер правшества, причем, самый низкий коэффициент правшества характерен для глаз.

Наибольшая доля лиц относится к правому ПФА (свыше 60% по всем курсам и группам), наименее представленной оказалась группа с левосторонней асимметрией (до 20%).

Анализ индивидуальных показателей ПФА в национальных группах свидетельствует о различной динамике ПФА в ходе обучения. Так, у тувинских студентов обоего пола происходит увеличение доли лиц с правым профилем асимметрии к 3 курсу ($p \leq 0,05$) и последующим снижением к 5 курсу ($p \leq 0,03$). Параллельно с этим происходит обратная динамика изменения доли лиц с остальными ПФА. У русских студентов определенной динамики ПФА не обнаружено, за исключением аналогичного изменения доли лиц с левым ПФА, причем, у девушек – без повышения к 5 курсу.

Наибольшая доля лиц с доминированием правого полушария мозга представлена на 1 курсе во всех группах. На 2-3 курсах происходит значительное снижение доли лиц с левым ПФА: у русских и тувинских юношей ($p \leq 0,05$) и русских девушек ($p \leq 0,05$), у тувинских девушек недостоверно. Амбидекстральный профиль наиболее представлен у русских юношей, однако доля таких лиц среди них снижается на старших курсах примерно в 2 раза. Доля со смешанным профилем изменяется незначительно как у тувинцев, так и у русских.

Таким образом, увеличение доли лиц с правым профилем асимметрии на 1-3 курсах связано с процессами адаптации студентов к новым условиям жизнедеятельности, поскольку левое полушарие ответственно за психосоциальную адаптацию. Это согласуется с мнением других авторов, которые указывают на сдвиг функциональной межполушарной асимметрии в зависимости от обучения [3]. В процессе изучения ПФА у детей младшего школьного возраста было обнаружено, что детей тувинской национальности с правополушарной асимметрией мозга больше, по сравнению с русскими детьми [1, 6]. М.В. Назын-оол [6] на основании полученных ею данных считает, что в результате обучения, аппелирующего к левому полушарию, у тувинских детей осуществляется направленный сдвиг в сторону доминирования левого полушария, хотя изначально имело место доминирование правого полушария.

Нами не было обнаружено преобладания лиц с правым доминированием асимметрии мозга у тувинских студентов, в сравнении с русскими, однако динамика снижения количества лиц с правым доминирующим полушарием у тувинских студентов явно прослеживается. Это дает нам основание считать, что, поскольку в начальной школе уже отмечается тенденция снижения доли лиц с доминирующим правым полушарием среди тувинской выборки, так как обучение в школе обращено к левому полушарию [1], то в условиях обучения в вузе, которое также основано на активации левого полушария, количество студентов с доминированием правого полушария среди тувинских студентов уже снижено, поэтому достоверных различий по этническому признаку у студентов не обнаружено.

Оценка индивидуальных особенностей функционирования нервной системы показала, что более высокая сила возбуждения, независимо от пола, характерна для русских студентов. Сила процессов торможения также выше у русских юношей и девушек, подвижность - также выше у русских студентов: у девушек на всех курсах, а у юношей - кроме 5 курса.

Динамика изменения нервных процессов в период обучения свидетельствует об увеличении силы возбуждения от начала к концу обучения у всех юношей и тувинских девушек, у русских девушек она достоверно не изменяется. Самый значительный рост силы возбуждения наблюдается у юношей: $48,5 \pm 2,2$ на 1 курсе до $55,1 \pm 2,4$ баллов на 5 курсе у тувинцев и с $58,0 \pm 4,0$ до $62,8 \pm 2,6$ – у русских. Динамика силы торможения свидетельствует о достоверном возрастании от 1 к 5 курсу у всех тувинских юношей ($p \leq 0,05$) и тувинских девушек ($p \leq 0,001$). У русских студентов достоверных изменений в динамике силы торможения не наблюдается. Динамика подвижности нервных процессов характеризуется значительным ее увеличением от 1 к 5 курсу у тувинских юношей, у тувинских девушек также происходит увеличение подвижности нервных процессов к 5 курсу, однако она ниже, чем на 2-3 курсах.

Таким образом, тувинские студенты отличаются более низкими показателями силы возбуждения и торможения, подвижности нервных процессов, причем, у них в большей степени выражена тенденция к увеличению изученных показателей нервной системы в период обучения. У русских студентов сила и подвижность нервных процессов в период обучения изменяется незначительно, что может свидетельствовать о большей сформированности учебно-зависимых функций уже к началу обучения в вузе.

Анализ уровня тревожности у студентов свидетельствует о том, что РТ на всех курсах оценивается как «низкая», при этом среднегрупповое значение у тувинских студентов выше, чем у русских. ЛТ характеризуется «высоким» и «умеренным» уровнем. Так, в группе юношей ЛТ «умеренная» на всех курсах обучения, при этом среднегрупповое значение также выше у тувинских юношей. У тувинских девушек ЛТ «высокая» на 1-3 курсах, у русских - на 2 курсе, на остальных курсах «умеренная». Поскольку у тувинских студентов она выше, чем у русских, это указывает на низкий уровень психосоциальной адаптации тувинцев, в сравнении с русскими.

Оценка уровня тревожности по индивидуальным показателям свидетельствует о доминировании лиц с «высокой» РТ и ЛТ у тувинских студентов, по сравнению с русскими, а у девушек - по сравнению с юношами, независимо от национальности. Наши результаты совпадают с данными, полученными на студентах коренных этносов Алтая [11] и Севера [7], у которых также более высокий уровень тревожности, в сравнении с русскими, проживающими на этих территориях.

Динамика уровня РТ в период обучения характеризуется увеличением, примерно в два раза, количества лиц с «высокой» тревожностью у всех студентов, кроме русских юношей. Доля лиц с «высокой» ЛТ аналогично увеличивается от 1 к 5 курсу у всех юношей и остается без изменения у девушек.

Анализ анкеты Г. Айзенка показал, что русские студенты имеют более высокий уровень эмоциональной стабильности, чем тувинские, причем, у них динамика этого показателя от начала к концу обучения не имеет существенных изменений. У тувинских студентов уровень нейротизма достоверно увеличился на 5 курсе по отношению к началу обучения.

Среднегрупповые значения экстра-интровертированности свидетельствуют, что тувинские студенты, независимо от курса, относятся к интровертам, а русские – к экстравертам. В динамике обучения у русских студентов растет доля лиц с экстраверсией, а у тувинских – с интроверсией.

Анализ типов темперамента у студентов свидетельствует, что у тувинцев доминирующим типом темперамента является флегматический. Это подтверждается и другими исследованиями, проведенными на взрослом контингенте тувинцев, где было показано, что преобладающим типом темперамента у тувинцев является флегматический [9]. Среди русских студентов наибольшая доля лиц представлена сангвиническим темпераментом.

В экстремальных климатогеографических условиях проявляются и обостряются психопатологические особенности личности [4]. На младших курсах акцентуации характера более выражены. Наибольшее выражение у первокурсников получили: у тувинских юношей гипертимный, у девушек эмотивно-боязливый; у русских юношей аффективно-экзальтированный, у девушек циклотимический.

Девушки независимо от национальности выделяются эмотивностью характера, они более впечатлительны и чувствительны, отличаются глубиной переживаний. Тувинские девушки характеризуются более выраженным дистимическим типом акцентуации, для которого характерны сниженное настроение, идеомоторная заторможенность. Тувинских студентов отличает ригидность, инертность психических процессов (педантичность), неуравновешенность поведения (застываемость). У русских студентов проявляются гипертимная, аффективно - экзальтированная и циклотимическая акцентуации.

Заключение. Таким образом, у студентов тувинской и русской национальности, проживающих в одинаковых климатогеографических и социальных условиях, в период обучения вузе обнаружены этнические индивидуально-типологические особенности, которые оказывают влияние на процесс психо-социальной адаптации, в частности, на процесс обучения в вузе. Для студентов тувинской национальности характерны определенные трудности в психо-социальной адаптации, которые формируются под влиянием более высокого уровня тревожности и эмоциональной нестабильности, флегматического типа темперамента и интроверсии, более низких показателей силы и подвижности нервных процессов, особенностей акцентуаций характера.

Литература

1. Айзман Р.И., Будук-оол Л.К., Красильникова В.А. Морфофункциональное и психофизиологическое развитие детей, проживающих в Республике Тыва // Материалы 13 Междунар. конгресса по Приполярной медицине. - Новосибирск, 2006.- С. 22–23.
2. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека. М.: Медицина, 1988. - 240 с.
3. Ендолов В.В., Муравьева М.С., Данюков В.Н. Значение динамики функциональной межполушарной асимметрии мозга детей младшего школьного возраста для их социальной адаптации к школе // Консилиум. Сибирский медико-фармацевтический журнал. - 2007.- № 7.- С. 188–189.
4. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации. Новосибирск: Наука, 1980. - 191 с.
5. Калинина Н.Г. Психофизиологические особенности адаптации студентов средних специальных учебных заведений к образовательному процессу: автореф. дис. ... канд. биол. наук. Ростов-на-Дону, 2006. - 25 с.
6. Назын-оол М.В. Этнокультуральные особенности интеллектуального развития детей младшего школьного возраста: автореф. дисс. ... канд. псих. наук. М., 2005. - 21 с.
7. Орехова Е.Ю. Педагогические условия активизации процесса адаптации студентов младших курсов к вузу (на примере студентов коренных малочисленных народов Севера, ханты и манси): автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Рязань, 2006. - 25 с.
8. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.-Т.1. - 312 с.
9. Резников Е.Н., Товуу Н.О. Этнопсихологические характеристики народа тыва: теория и практика. М.: ПЕР СЭ, 2002. - 223 с.
10. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1983.- С. 12 – 13.
11. Суховеркова Г.В. Индивидуально-типологические особенности адаптации студентов алтайской национальности к процессу обучения в вузе: автореф. дис. ... канд. биол. наук.- Горно-Алтайск, 2002. - 28 с.