

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ С ТИПОМ ПОВЕДЕНИЯ «А»

PERSONAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL PROFILE WITH TYPE OF BEHAVIOR "A"

N. Naumova

Summary: The article presents the results of a study aimed at studying the peculiarities of type A behavior among students of higher educational institutions. The purpose of the study was to identify the relationship between personal characteristics, social adaptation, learning activities and the current state of students. 46 students participated in the study, of which 26 were classified as type «A» based on the «Type A Behavior Assessment Scale» methodology. To assess the current state, an author's questionnaire was used, including questions about changes in students' lives after admission to the university. The results of the study were indicators of social maladaptation of students with type A behavior. They are aimed at achieving high goals, but they do not cope well with the existing loads and tend to choose maladaptive ways out of stress.

Keywords: professional health, social adaptation, students, type A behavior.

Наумова Наталья Николаевна

аспирант, Ленинградский Государственный Университет
им. А.С. Пушкина, (г. Санкт-Петербург)

Аннотация: В статье представлены результаты исследования, направленного на изучение особенностей проявления поведения типа «А» у студентов высших учебных заведений. Целью исследования являлось выявление взаимосвязи между личностными характеристиками, социальной адаптацией, учебной деятельностью и актуальным состоянием студентов. В исследовании приняли участие 46 студентов, из которых 26 были отнесены к типу «А» на основе методики «Шкала оценки поведения типа «А». Для оценки актуального состояния использовалась авторская анкета, включающая вопросы об изменениях в жизни студентов после поступления в ВУЗ. Результатами исследования выступили показатели социальной дезадаптации студентов с типом поведения «А». Они направлены на высокое достижение целей, однако слабо справляются с имеющимися нагрузками и склонны выбирать неадаптивные способы выхода из стресса.

Ключевые слова: профессиональное здоровье, социальная адаптация, студенты, поведение типа «А».

В условиях современного динамично развивающегося общества, характеризующегося высокой конкуренцией и возрастающими требованиями к профессиональной компетентности, актуальным становится изучение психологических факторов, влияющих на успешность студентов в процессе обучения [2]. Одним из таких факторов является поведение типа «А», представляющее собой комплекс личностных характеристик, связанных с повышенной активностью, стремлением к достижениям, конкурентоспособностью и чувством нехватки времени.

В научной литературе поведение типа «А» традиционно рассматривается как предиктор сердечно-сосудистых заболеваний и повышенного уровня стресса [5]. Однако, все чаще отмечается и его позитивное влияние на академическую успеваемость и профессиональную самореализацию, особенно в контексте высшего образования. Студенты с выраженными чертами поведения типа «А» демонстрируют повышенную мотивацию к обучению, более активно вовлекаются в учебный процесс и стремятся к высоким результатам.

Настоящее исследование направлено на изучение особенностей проявления поведения типа «А» у студентов высших учебных заведений. Предполагается, что по-

нимание механизмов влияния данного типа поведения на различные аспекты учебной деятельности позволит разработать эффективные стратегии психологической поддержки студентов, направленные на оптимизацию их академической успеваемости и снижение негативных последствий, связанных с хроническим стрессом и перегрузками. В частности, исследование нацелено на выявление взаимосвязи между поведением типа «А» и шкалами «СМИЛ» методики «МЛО- адаптивность» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин). Полученные результаты будут способствовать формированию более полного представления о роли поведения типа «А» в контексте студенческой жизни и разработке научно обоснованных рекомендаций для повышения эффективности образовательного процесса.

Целью исследования выступает изучение особенностей личности студентов педагогического профиля с поведением типа «А». Для достижения цели в процессе обследования применены следующие психодиагностические методы:

1. «Шкала оценки поведения типа «А» (С.Д. Положенцев, Д.А. Руднев);
2. Методика «МЛО- адаптивность» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин);
3. Авторская анкета оценки проблемных вопросов у студентов в процессе обучения.

В процессе обследования респондентов использовалась авторская анкета оценки различных факторов риска для профессионального здоровья, в которой студентам предлагалось отметить наиболее важные для них изменения в жизни после поступления в высшее учебное заведение.

Так, по результатам опроса, выделены наиболее часто встречаемые проблемные вопросы у студентов: изменение ритма сна-бодрствования, проблемы со сном; изменение социального круга, недостаток общения, недовольство актуальным окружением; проблемы или существенные изменения в режиме или качестве питания; проблемы со здоровьем, утомленность, плохое самочувствие; изменение стратегии обучения, трудности с обучением или количеством выполняемых заданий; появление пагубных привычек (алкоголь, курение), их злоупотребление; исчезновение спорта из жизни (если ранее присутствовал). Далее перечисленные пункты будут представлены в результатах статистического анализа сокращенно: соц. круг; сон; еда; здоровье; д.з.; алкоголь; курение; спорт.

Участие в исследовании приняли 46 студентов первого курса педагогического профиля, среди которых были как юноши ($n=7$), так и девушки ($n=39$). Основанием для разделения на выборки стали полученные результаты по методике «Шкала оценки поведения типа «А» (С.Д. Положенцев, Д.А. Руднев). Студенты с баллами выше 180 (тип «А») стали основной выборкой ($n=26$). Остальные респонденты (тип «Б», тип «АБ») – контрольной ($n=20$).

Был произведен сравнительный анализ показателей личностных особенностей на основе методики «МЛО- Адаптивность» с использованием t -критерия Стьюдента (Табл. 1)

Получены значимые различия по некоторым шкалам методики «МЛО- Адаптивность», которые позволяют сделать вывод о том, что студентам с типом поведения «А» почти не свойственна социальная интроверсия, в отличие от другой группы респондентов. Сложности в установлении социальных контактов и ориентирование на более узкий круг друзей противоположны по описанию студентов основной группы.

В то время как большинство людей с типом поведе-

ния «Б» выбирают сглаживание конфликтов, минимизацию конкуренции, и, соответственно, снижение количества социальных контактов, вероятное избегание новых знакомств, то другой тип поведения - «А» прекрасно настроен на увеличение социального круга, способен взаимодействовать с группами лиц даже при условии давления и высокого напряжения, не отстраняясь от них.

Интересным с точки зрения самоидентификации ролевого поведения и проявления маскулинности/ феминности получен результат по шкале «Мф». Принято считать, что высокие показатели по шкале мужественности-женственности указывают на проявления противоположных своему полу в поведении.

Поскольку результат сравнительного анализа - это, в первую очередь, показатели не одного человека, а «срез» по группе лиц, можно предположить, что людям с поведением типа «А», которым свойственна активность, высокая энергичность - более склонны к варьированию среди стереотипности поведения. Такие люди могут использовать разные способы общения и взаимодействия для получения желаемой цели, к примеру: мужчины могут проявить мягкость и заботу для сближения с важной фигурой, а женщины, вопреки привычному для социума представлению, выглядеть жесткой, настойчивой для достижения цели и создавать образ, который обычно ассоциируется с маскулинностью.

Шкала «ПС» психотических реакций отражает уровень ситуационной тревожности и утомляемости. Высокие показатели по данной шкале указывают на отсутствие данных проявлений. Более низкие показатели, как у основной группы могут говорить о слабости, истощенности и потребности в восстановлении внутренних ресурсов. Данный показатель указывает на необходимость ранней диагностики сердечно-сосудистой системы у данной группы лиц в связи с предрасположенностью к заболеваниям в этой области.

Интенсивная деятельность, направленная на достижение поставленных целей, и сопряженный с ней хронический стресс могут субъективно восприниматься как позитивный опыт, обусловленный удовлетворением от достижений. Тем не менее, подобная стратегия часто связана с кумулятивным ущербом для здоровья, который

Таблица 1.

Сравнительный анализ показателей личностных особенностей.

	Студенты с типом поведения «Б» и «АБ» ($n=20$)		Студенты с типом поведения «А» ($n=26$)		t -критерий Стьюдента	p
	$M \pm m$	σ	$M \pm m$	σ		
Шкала «Мф»	48,4 $\pm$ 1,55	6,92	53,08 $\pm$ 0,93	4,76	-2,5874	0,05
Шкала «Si»	62,1 $\pm$ 1,67	7,47	56,96 $\pm$ 1,74	8,86	2,132	0,05
Шкала «ПС»	4,85 $\pm$ 0,28	1,27	3,92 $\pm$ 0,25	1,3	2,4361	0,05

может оставаться незамеченным на начальных этапах.

Для более глубокого изучения особенностей личности студентов с поведением типа «А» проведен корреляционный анализ показателей в основной группе. (Рис. 1.)

Исходя из выше представленной корреляционной плеяды (Рис. 1), подтверждается взаимосвязь выявленных проблемных вопросов студентов с их личностными особенностями. Так, курящие студенты с типом поведения «А» могут манифестировать враждебность в своей социальной группе, с более высокой вероятностью такой характеристикой обладают респонденты, отмечающие проблемы, связанные с новой структурой обучения, подготовкой к занятиям.

Полученная взаимосвязь между шкалой «Амбициозность» и фактом употребления алкоголя вероятнее всего отражает экспрессивность поведения студентов, склонных к риску, импульсивности. С другой стороны, истощение от постоянного достижения целей может подталкивать студентов к поиску быстрой помощи, успокоению, а алкоголь стереотипно, хоть и обманчиво может быть самым легким способом в этой ситуации.

Шкала коррекции «К» отражает склонность к желанию показать себя с лучшей стороны, при этом даже несколько искажая реальность. Выявленная взаимосвязь по данной шкале с проблемным вопросом социализации, указанного в анкете, указывает на осторожность студентов в их поведении и социальном взаимодействии в условиях незнакомых контактов, или же потери привычного узкого круга. Необходимость адаптации может вынуждать респондентов «выдумывать» идеальный образ для успешности взаимодействия.

Результат обратной взаимосвязи между шкалой астенических реакций «Ас» и проблемами со здоровьем регистрирует точность собранных и обработанных вопросов в анкете, так как более низкие баллы по шкале «Ас» указывают на значительную выраженность нервно-психической слабости, вегетативных нарушений, что и описывается студентами.

Получен интересный результат обратной взаимосвязи личностного адаптивного потенциала «ЛАП» и дистресса из-за учебной деятельности, ведь становится понятно, что адаптация студентов целиком взаимосвязана с учебной успеваемостью и успешностью в новой веду-

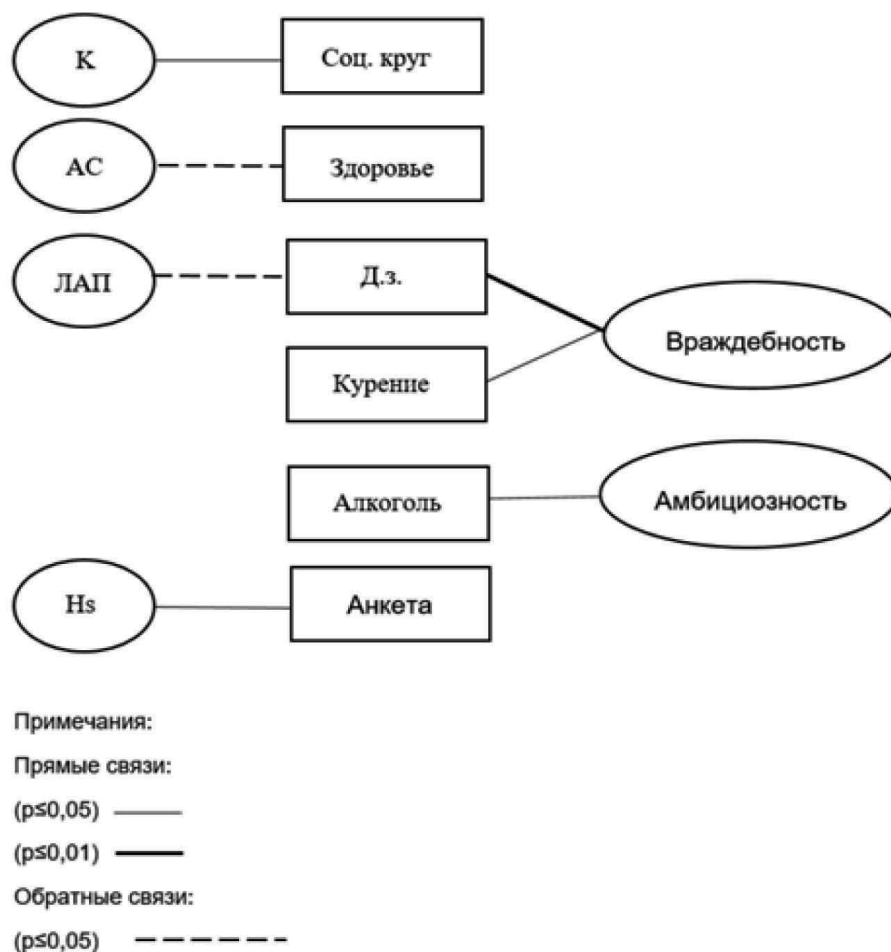


Рис. 1. Взаимосвязь проблемных вопросов с личностными особенностями студентов с поведением типа «А»

щей деятельности – учебно-профессиональной.

Значения по интегральному показателю «Анкета» представлены в двух видах: 1 балл – у студентов, которых отмечалось более половины выделенных проблемных вопросов (группа риска к сердечно-сосудистым заболеваниям, свойственных личностям с типом поведения «А»), 0 баллов – минимальный риск/ его отсутствие. Так, прямая взаимосвязь между показателями анкеты и шкалой ипохондрии «Нs» говорит о том, что тенденции к астеноневротическому типу реагирования, медленная адаптация к профессиональным видам деятельности напрямую сопряжена с большим количеством проблемных вопросов, включающих в себя ослабленное здоровье, социальными сложностями, прибеганию к курению и алкоголю как к легкому способу совладания со стрессом.

Данное исследование, посвященное изучению особенностей поведения типа «А» у студентов, выявляет сложную взаимосвязь между личностными характеристиками, социальной адаптацией, учебной деятельностью и здоровьем. Студенты с выраженными чертами типа «А» демонстрируют трудности социальной адаптации, стремление к достижениям и способность варьировать поведение для достижения целей. Перечисленные особенности могут сочетаться с повышенным риском развития проблем со здоровьем, особенно сердечно-сосудистых заболеваний и использованием неадаптивных стратегий совладания со стрессом, например, курение, употребление алкоголя, связанных с хроническим стрессом и адаптацией к учебному процессу. Результаты исследования подчеркивают важность ранней диагностики и профилактики проблем со здоровьем для благополучия самочувствия и успешности обучения студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Басалаева Н.М., Савкин В.М. Здоровье нации: стратегия и тактика (о проблемах здоровьесбережения в регионах России) // Валеология. - СПб.: Вестник, - 2001. - 154 с.
2. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: Учеб. пособие для вузов. - М.: ПЕР СЭ, - 2001. - 511 с.
3. Киселева Л.С. Факторы, формирующие здоровье населения: сущность и типология // Международный журнал экспериментального образования. 2015. С. 17—20.
4. Крутько В.Н. Подходы к «Общей теории здоровья» // Физиология человека. - М.: Наука, - 2002. - 243 с.
5. Маклаков А.Г. Психологические особенности и структура поведенческого фактора риска ишемической болезни сердца (тип А) у молодых людей в период адаптации к военной службе. Автореф. диссерт. канд. психолог, наук. Л. 1990. 20 с.
6. Марищук В.Л., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А., Серова Л.М. Методы психодиагностики: Учебное пособие. - М.: Просвещение, - 2000. - 256 с.
7. Положенцев С.Д., Руднев Д.А. Поведенческий фактор риска ишемической болезни сердца, 1990. С 1.
8. Психология профессионального здоровья. /под ред. Г.С. Никифорова. - Саб: Речь, 2006. - 480 с.
9. Якуничева О.Н. Психология общения. Учебник. — М.: Лань. 2024. 224 с.
10. Friedman M., Rosenman R.H. Association of specific oven behaviour pattern blood and cardiovascular findings//JAMA. 1959. V. 169. P. 1286—1296.

© Наумова Наталья Николаевна.

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»