

## **Емоційний компонент розумової працездатності першокурсників як предмет психологічного дослідження**

---

Shevchenko S.V. The emotional component of first-year students' mental efficiency as a subject of psychological research / S.V. Shevchenko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 30. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 702–710.

---

**С.В. Шевченко. Емоційний компонент розумової працездатності першокурсників як предмет психологічного дослідження.** Стаття присвячена розгляду емоційного компонента розумової працездатності першокурсників як базового конструкта особистості, суб'єктивної основи їх відношення до інтелектуальної діяльності. Автором здійснено теоретичний аналіз наукових напрацювань з проблеми, зазначено, що емоційні процеси безпосередньо регулюють розумову діяльність особистості, підтримують певний рівень психічної активності. Наголошено на тому, що не дивлячись на суттєві напрацювання у сфері зазначеної проблеми, дослідження особливостей емоційного компонента розумової працездатності першокурсників залишається недостатньо вивченим питанням. У статті експериментально досліджено емоційні стани студентів-першокурсників (стомлення, монотонія, пресичення, стрес). На основі проведеного дослідження зроблено висновок, що емоційний компонент розумової працездатності першокурсників характеризується емоційними станами особистості студента, які активізуються під впливом розумового навантаження, інтенсивної або тривалої інтелектуальної діяльності. У більшості студентів-першокурсників діагностовано незначне зниження витривалості, наявність помилок при виконанні інтелектуальної діяльності. У ситуаціях одноманітної роботи з частим повторенням стереотипних дій вони схильні до відчуття нудьги, сонливості з домінуючою мотивацією до зміни діяльності. Більшість студентів схильні іноді до неприйняття занадто і суб'єктивно нецікавою діяльності, що проявляється у вираженій відмові від розумових операцій.

**Ключові слова:** емоційний компонент, розумова працездатність, стомлення, монотонія, пресичення, стрес, першокурсники.

**С.В. Шевченко. Эмоциональный компонент умственной работоспособности первокурсников как предмет психологического исследования.** Статья посвящена рассмотрению эмоционального компонента

умственной работоспособности первокурсников как базового конструкта личности, субъективной основы их отношения к интеллектуальной деятельности. Автором осуществлён теоретический анализ научных работ по проблеме, указано, что эмоциональные процессы непосредственно регулируют умственную деятельность личности, поддерживают определённый уровень психической активности. Отмечено, что несмотря на существенные наработки в сфере указанной проблемы, исследования особенностей эмоционального компонента умственной работоспособности первокурсников остаётся недостаточно изученным вопросом. В статье экспериментально исследованы эмоциональные состояния студентов-первокурсников (утомление, монотония, пресыщение, стресс). На основе проведённого исследования сделан вывод, что эмоциональный компонент умственной работоспособности первокурсников характеризуется эмоциональными состояниями личности студента, которые активизируются под воздействием умственной нагрузки, интенсивной или длительной интеллектуальной деятельности. У большинства студентов-первокурсников диагностировано незначительное снижение выносливости, наличие ошибок при выполнении интеллектуальной деятельности. В ситуациях однообразной работы с частым повторением стереотипных действий они склонны к ощущению скуки, сонливости с доминирующей мотивацией к изменению деятельности. Большинство студентов склонны иногда к неприятию слишком и субъективно неинтересной деятельности, что проявляется в выраженном отказе от умственных операций.

**Ключевые слова:** эмоциональный компонент, умственная работоспособность, утомление, монотония, пресыщения, стресс, первокурсники.

**Постановка проблеми.** Проблема емоційного стану людини завжди займала одне з головних місць в дослідженнях вчених різних країн світу. Емоційна сфера людини є однією з найскладніших в психічній саморегуляції діяльності індивіда, вона пов'язана з усіма психічними процесами, властивостями і станами особистості. Емоції визначають ставлення людини до навколишнього світу, сутність тих якісних змін, що відбуваються в особистості в процесі її розвитку і тому вони найбільш оперативні сигналізатори практично всіх змін, що відбуваються в організмі людини [10, с. 45]. Найважливішою особливістю емоцій є їх безпосередній зв'язок зі зміною стану функціонування систем забезпечення життєдіяльності організму. За рахунок процесів напруженості, збудження і гальмування, які лежать в основі саморегуляції діяльності, у людини формується приватне позитивне чи негативне ставлення до об'єктивної діяльності. При цьому позитивні емоції підвищують життєвий тонус людини, негативні емоції, на противагу позитивним, знижують рівень психічної активності людини [10, с.45], [8; 9].

Тому, позитивний супровід розумової праці особистості справляє визначальний вплив на успішне вирішення нею інте-

лектуальних та інших завдань. У процесі навчальної діяльності висока працездатність детермінується позитивними емоціями, почуттям власної гідності, впевненості та бажанням працювати. Тоді як в умовах зниженої розумової працездатності закономірно виникають негативні емоції, з'являється відчуття втоми, виникає бажання припинити роботу, причому в міру наростання стомлення посилюється і негативний емоційний супровід діяльності. При такому підході емоційна складова розумової працездатності студента виступає суб'єктивної основою його ставлення до діяльності, а вивчення її особливостей є актуальним напрямом сучасної психологічної науки [10, с. 85-86].

**Актуальність дослідження** полягає в необхідності дослідження емоційного конструкта розумової працездатності, впливу емоційних стресів на засвоєння інформації, адже емоції виконують функцію регулювання активності людини шляхом відображення значимості зовнішніх і внутрішніх ситуацій для здійснення життєдіяльності [3, с. 23-24].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.** В останні десятиліття у вітчизняній психології виділилися в окремий напрям дослідження, спрямовані на виявлення психологічних аспектів розумової працездатності особистості, вивчення її емоційних станів. Дослідники відзначили [1; 2; 4; 6], що емоції дозволяють визначити характер тих якісних змін, що відбуваються в людині в процесі її розвитку і діяльності. Емоції є одним з найбільш оперативних сигналізаторів практично всіх змін, що відбуваються в організмі. Переплетення емоцій зі значною кількістю психічних процесів, властивостей, станів і якостей свідчить про інтегративність і величезну роль, яку вони відіграють у життєдіяльності людини [10, с.84-85]. Під емоцією дослідники розуміють переживання людиною свого ставлення до об'єктивного світу, яке фокусується в значущості для неї актуалізованого явища чи події [10, с.85].

Більш глибоке розуміння змісту емоційного ставлення в ієрархії показників розумової працездатності представлені у визначенні І.Д. Бехом емоцій як механізму безпосередньої презентації суб'єкту особистісного сенсу відображуваних ним об'єктів, явищ, цілісних ситуацій, культурних, матеріальних та ідеальних утворень. На думку вченого, коли людина помічає щось, згадує, думає про щось з радістю, сумом, здивуванням, огидою і ін., то емоції, таким чином, повідомляють особистості своєю специфічною мовою безпосередню оцінку значущості супроводжуваних ними образів, тобто оцінку ставлення відповідних соціокультурних досягнень і психологічних утворень до реалізації потреб суб'єкта [5], [10, с.85].

Цікавим є підхід О.П. Петрів, яка, вивчаючи психологічні особливості розумової працездатності дітей молодшого шкільного віку, зазначила, що засвоєння особистістю необхідного обсягу навчального матеріалу вимагає систематичної і цілеспрямованої роботи над ним, незважаючи на емоційне (позитивне чи негативне) його сприйняття. Такі об'єктивні умови вимагають від дитини значних вольових зусиль протягом тривалого часу. Важливість вольового зусилля в розумовій працездатності, на думку автора, зростає також у зв'язку зі зміною провідної діяльності. Саме тому, автор першою складовою структури розумової працездатності особистості виділила емоційно-вольовий компонент. Його показниками виступають емоції і воля, а загальним критерієм розвитку – емоційно-вольова стійкість особистості при виконанні навчальної діяльності [10, с.86-87].

Особливий інтерес для психологічної науки має дезінтеграційна теорія втоми людини, яка описує детермінанти порушення регуляції процесів психічної активності. Деформація головних психічних процесів при стомленні, відповідно до цього напрямку, викликає «хаос» у сприйнятті, зміна властивостей уваги та інших психічних функцій, які негативно впливають на розумову працездатність особистості [10, с.57]. Схожим за зовнішніми проявами з втомою, але відмінний за змістом, є особливий психічний стан людини, що виникає при тривалій розумовій роботі, – монотонія (Є. Ільїн, Я. Коломенський, Г. Костюк, В. Рождественська, О. Скрипченко, Б. Теплов). Відмінність між стомленням і монотонією полягає в механізмах гальмування активності особистості [10, с.55-56].

Представники емоційної теорії стомлення особистості (М. Д'яченко, Л. Кандибович, В. Пономаренко, В. Ротенберг, Г. Сельє, П. Симонов та ін.). В основу характеристики кількісних і якісних змін її працездатності поклали стресовий стан, який виникає в результаті тривалого емоційного впливу несприятливих зовнішніх умов. Емоційний стрес значно посилюється, якщо суб'єкт розглядає його як нездоланну перешкоду, а свої можливості для її подолання недооцінює. До особливого виду стресу дослідники віднесли емоційні стани, що виникають в незвичних умовах розумового перевантаження, надзвичайно відповідальних або небезпечних умовах діяльності, сенсорної ізоляції і т.д. [10, с.47].

Відзначимо, що в сучасних умовах зростання емоційної інтенсивності та напруженості праці, коли різні емоційні стреси почали з особливою силою діяти на людину, виникло багато проблем, пов'язаних зі зниженням рівня інтелекту, погіршенням емоційного стану і зниженням стресостійкості особистості

[8, с.14], [10, с.46]. Накопичення в особистості переживань під впливом потужного інтелектуального навантаження знижує рівень її розумової працездатності. Такий стресовий стан людини є одночасно причиною і наслідком виникнення у неї хронічної перевтоми [10, с.48]. Незважаючи на існуючі напрацювання в області означеної проблеми, дослідження особливостей емоційного компонента розумової працездатності першокурсників залишається недостатньо вивченим питанням.

**Мета дослідження** – теоретично й експериментально вивчити психологічні особливості емоційного компонента розумової працездатності студентів першого року навчання.

**Виклад основного матеріалу.** З метою вивчення емоційного компонента розумової працездатності першокурсників нами була використана методика «*Опитувальник ДОРС. Диференційована оцінка станів зниженої працездатності (втома-монотонія-перенасичення-стрес)*» (авт. Плас і Ріхтер, модиф. А.Б. Леонової і С.Б. Величковського) [7, с. 200], яка спрямована на визначення у студентів ступеня прояву кожного зі станів працездатності (втома-монотонія-перенасичення-стрес). Розвиток зазначених станів призводить не тільки до зниження розумової працездатності, а й впливає на якісні характеристики поведінки і емоційне забарвлення переживань, провокує значні зміни в мотиваційній сфері особистості.

Експериментальною базою дослідження стали Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького та Мелітопольський відокремлений підрозділ Запорізького інституту економіки та інформаційних технологій. Вибірка склала 285 студентів-першокурсників.

Якісний і кількісний аналіз вивчення емоційного компонента розумової працездатності першокурсників, а саме ступеня прояву кожного з емоційних станів (стомлення-монотонія-перенасичення-стрес) за методикою «*Опитувальник ДОРС. Диференційована оцінка станів зниженої працездатності (втома-монотонія-перенасичення-стрес)*» (авт. Плас і Ріхтер, модиф. А.Б. Леонової і С.Б. Величковського) визначив, що у 84,91% студентів домінує помірний рівень *втоми*, для них такий стан працездатності частково присутній в процесі їх розумової роботи, у них спостерігається незначне зниження витривалості, наявність деяких несуттєвих помилок при виконанні інтелектуальної діяльності, що майже не позначається на її ефективності. Разом з тим, 11,58% респондентів продемонстрували низький рівень за цим показником. Вони не відчують виснаження, занепад сил при ви-

конанні розумової роботи має тимчасовий і короткочасний характер, виконуючи роботу без значних помилок, тим самим маючи значний потенціал до обробки розумових завдань. Дослідження виявило, що у 3,51% першокурсників є виражений рівень втоми, вони перебувають у стані виснаження, виконуючи розумові справи та завдання, що розвивається внаслідок тривалого й інтенсивного впливу розумових навантажень, з домінуючою мотивацією на завершення інтелектуальної роботи і відпочинок. У них спостерігається погіршення продуктивності праці, значне збільшення помилок при здійсненні розумової діяльності, підвищення нерво-емоційного напруження і зменшення загальної витривалості. У 68,07% досліджуваних переважає помірний рівень *монотонії*, яка виникає в ситуаціях одноманітної роботи з частим повторенням стереотипних дій і супроводжується відчуттям нудьги, сонливості і домінуючою мотивацією до зміни діяльності. Для 18,95% студентів характерний низький рівень прояву цього стану. У них лише іноді спостерігається незначне зниження активності при загальній включеності навіть в одноманітну розумову роботу. Для 12,98% першокурсників характерний виражений рівень монотонії, що проявляється у зниженні уваги і загальної здатності до волевих зусиль, а іноді і відмові від виконання розумової діяльності. За показником психічного *перенасичення* було встановлено, що у 71,93% студентів діагностовано помірний рівень прояви цього стану. Вони схильні іноді до неприйняття занадто і суб'єктивно нецікавої діяльності, зміни заданого стереотипу виконання розумових дій. У 28,07% респондентів виявлено низький рівень перенасичення. Вони здатні сприймати нецікаву розумову діяльність без прагнення її припинити. Стан *напруженості і стресу* (як один із проявів зниженої працездатності) є частково наявними для більшості студентів (77,89% мають помірний рівень прояви цього стану). Це дає підстави констатувати те, що вони частково схильні до переживання стресу, який може проявлятися у стані загальної мобілізації психологічних і енергетичних ресурсів, що розвивається у відповідь на підвищення складності або суб'єктивної значущості діяльності. Було встановлено, що тільки у 22,11% першокурсників спостерігаються низькі показники прояви стресу. У них відсутні значні зміни в їх психічному та емоційному станах, що забезпечує оптимальну продуктивність розумової діяльності.

**Висновки.** На основі проведеного теоретичного узагальнення та експериментального вивчення особливостей емоційного компонента розумової працездатності студентів-першокурсників можна зробити наступні висновки:

1. Емоційний компонент розумової працездатності першокурсників характеризується емоційними станами особистості студента, які активізуються під впливом розумового навантаження, інтенсивної або тривалої інтелектуальної діяльності.

2. Залежно від того, який вплив надає стан напруженості на ефективність інтелектуальної діяльності, виділяють стани операційної та емоційної напруженості. В основі операційної напруженості переважають процесуальні мотиви діяльності, тому вона позитивно впливає на суб'єкта і зберігає високий рівень його працездатності. Емоційній напруженості притаманне яскраво виражене негативне афективне забарвлення поведінки, руйнування мотиваційної структури розумової діяльності, внаслідок чого її ефективність знижується [11, с.53].

3. У більшості студентів-першокурсників діагностовано незначне зниження витривалості, наявність помилок при виконанні інтелектуальної діяльності. У ситуаціях одноманітної роботи з частим повторенням стереотипних дій вони схильні до відчуття нудьги, сонливості з домінуючою мотивацією до зміни діяльності. Більшість студентів схильні іноді до неприйняття занадто і суб'єктивно нецікавих діяльності, що проявляється у вираженій відмові від розумових операцій, або внесенні змін в заданий стереотип виконання в ситуації підвищення складності або суб'єктивної значущості розумової діяльності.

**Перспективами подальших розвідок з цього напрямку є дослідження емоційних станів і факторів, що впливають на їх показники у студентів інших курсів.**

#### **Список використаних джерел**

1. Аргентов Ю. А. Взаимосвязь воли и психических состояний у старших школьников: автореф. дис. ... канд. психол. наук : [спец.] : 19.00.07 «Педагогическая психология» / Ю. А. Аргентов ; ЯГПИ. – Ярославль, 1972. – 16 с.
2. Баевский Р. М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии / Роман Маркович Баевский. – К.: Медицина, 1979. – 298 с.
3. Бачериков Н. Е. Психогигиена умственного труда учащейся молодежи / Н. Е. Бачериков, М. П. Воронцов, Э. И. Добромиль. – К. : Здоровье, 1988. – 168 с.
4. Бех І. Д. Біля витоків сутності особистості / Іван Дмитрович Бех //Шлях освіти. – 1999. – № 2. – С. 10–15.
5. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. / Іван Дмитрович Бех. – К.: Либідь, 2003.– Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – 2003. – 280 с.

6. Вартанян Г. А. Эмоции и поведение / Г. А. Вартанян, Е. С. Петров. – Л. : Наука, 1989. – 144 с.
7. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Наталия Евгеньевна Водопьянова. — СПб. : Питер, 2009. — 336 с: ил.
8. Долинская Л. В. Психологические особенности самоконтроля подростков: автореф. дис....канд. психол. наук: [спец.] : 19.00.07 – педагогическая психология / Л. В. Долинская ; КГПИ. – К., 1978. – 24 с.
9. Долинська Л. В. Умови та критерії особистісного зростання в основних персонологічних теоріях / Любов Василівна Долинська // Психологія : зб. наук. пр. / НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2000. – Вип. 11. – С. 60–72.
10. Петрів О. П. Психологічні особливості розумової працездатності молодших школярів: дис. ... канд. психол. наук : [спец.] 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Ольга Петрівна Петрів ; НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2005. – 226 с.
11. Чернобровкін В.М. Психологія прийняття педагогічних рішень: монографія – вид. друге, перероб. і доповн. / Володимир Миколайович Чернобровкін; Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2010. – 448 с.

#### **Spysok vykorystanyh dzherel**

1. Argentov Ju. A. Vzaimosvjaz' voli i psihicheskikh sostojanij u starshih shkol'nikov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk : [spec.] 19.00.07: «Pedagogicheskaja psihologija» / Ju. A. Argentov ; JaGPI. – Jaroslavl', 1972. – 16 s.
2. Baevskij R. M. Prognozirovanie sostojanij na grani normy i patologii / Roman Markovich Baevskij. – K. : Medicina, 1979. – 298 s.
3. Bacherikov N. E. Psihogigijena umstvennogo truda uchashhejsja molodezhi / N. E. Bacherikov, M. P. Voroncov, Je. I. Dobromil'. – K. : Zdorov'je, 1988. – 168 s.
4. Beh I. D. Bilja vytokiv sutnosti osobystosti / Ivan Dmytrovych Beh // Shljah osvity. – 1999. – № 2. – S. 10–15.
5. Beh I. D. Vyhovannja osobystosti : u 2 kn. / Ivan Dmytrovych Beh. – K. : Lybid', 2003. – Kn. 1 : Osobystisno orijentovanyj pidhid: teoretyko-tehnologichni zasady. – 2003. – 280 s.
6. Vartanjan G. A. Jemocii i povedenie / G. A. Vartanjan, E. S. Petrov. – L. : Nauka, 1989. – 144 s.
7. Vodop'janova N. E. Psihodiagnostika stressa / Natalija Evgen'evna Vodop'janova. — SPb. : Piter, 2009. — 336 s: il.
8. Dolinskaja L.V. Psihologicheskie osobennosti samokontrolja podrostkov: avtoref. dis....kand. psihol. nauk: [spec.] :



- 19.00.07 «Pedagogicheskaja psihologija» / L. V. Dolinskaja ; KGPI. – K., 1978. – 24 s.
9. Dolyns'ka L. V. Umovy ta kryterii' osobystisnogo zrostannja v osnovnyh personologichnyh teorijah / Ljubov Vasylivna Dolyns'ka // Psychologija : zb. nauk. pr. / NPU im. M. P. Dragomanova. – K., 2000. – Vyp. 11. – S. 60–72.
10. Petriv O. P. Psychologichni osoblyvosti rozumovoi' pracezdatnosti molodshyh shkoljariv: dys. ... kand. psychol. nauk : [spec.] 19.00.07 «Pedagogichna ta vikova psihologija» / Ol'ga Petrivna Petriv ; NPU im. M. P. Dragomanova. – Kyi'v, 2005. – 226 s.
11. Chernobrovkin V.M. Psychologija pryjnattja pedagogichnyh rishen': monografija. – vyd. druge, pererob. i dopovn / Volodymyr Mykolajovyh Chernobrovkin: Derzh. zakl. «Lugan. nac.. un-t imeni Tarasa Shevchenka». – Lugans'k : Vyd-vo DZ «LNU imeni Tarasa Shevchenka», 2010. – 448 s.

**S.V. Shevchenko. The emotional component of first-year students' mental efficiency as a subject of psychological research.** The article considers the emotional component of first-year students' mental efficiency as a basic construct of a personality, subjective basis of their relationship to intellectual activities. The author carried out a theoretical analysis of scientific studies on the issue, stated that emotional processes directly regulate mental activities of the personality, maintain a certain level of mental activities. It is noted that despite the significant achievements in the field of this problem, the study of the emotional component of first-year students' mental efficiency remains understudied issue. The emotional states of the first-year students (fatigue, monotony, satiation, stress) are experimentally investigated in the article. On the basis of the study it is concluded that the emotional component of first-year students' mental efficiency is characterized by emotional states of the student's personality, which are activated under the influence of mental workload, intensive or prolonged intellectual activities. Most first-year students are diagnosed with a slight decrease in stamina, errors in the performance of intellectual activities. In situations of monotonous work with the frequent repetition of stereotypical actions they are prone to a sense of boredom, drowsiness with the dominant motivation for a change of activities. Most students sometimes tend to rejection of subjective and uninteresting activities, which manifests in the refusal from mental operations.

**Key words:** emotional component, mental efficiency, fatigue, monotony, stress, first-year students.

*Received July 08, 2015*

*Revised August 11, 2015*

*Accepted September 23, 2015*