

## **ПОЗИТИВНЫЕ АСПЕКТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ**

***Аннотация:** В статье сравнивается эмоциональная сфера студентов инженерно-технического профиля и креативного профиля. Исследованы 2 группы студентов с помощью 4-х тестов, применен метод Манна-Уитни. Результаты свидетельствуют о том, что студенты креативного направления имеют более высокий уровень субъективного счастья и чаще испытывают позитивные эмоции; студенты технического направления имеют более высокий уровень эмоциональной устойчивости.*

***Ключевые слова:** новая позитивная психология, позитивные эмоции, субъективный уровень счастья, эмоциональная зрелость, эмоциональная устойчивость.*

***Annotation:** The article compares the emotional sphere of engineering and creative students. 2 groups of students were studied using 4 tests, and the Mann-Whitney method was applied. The results show that creative students have a higher level of subjective happiness and more often experience positive emotions; technical students have a higher level of emotional stability.*

***Key words:** new positive psychology, positive emotions, subjective level of happiness, emotional maturity, emotional stability.*

В последние годы новым методологическим подходом в психологии явилась так называемая новая позитивная психология, которая становится все более популярной в России. Теоретик данного направления М. Селигман упрекает традиционную (так называемую «негативную») психологию в чрезмерном увлечении расстройствами и негативными аспектами психики [3]. Он предлагает сделать крен в сторону изучения позитивных качеств и аспектов личности и групп. В практическом плане это позволит разработать эффективные профилактические меры, препятствующие развитию отклонений. Он выделил следующие три раздела новой психологии: позитивные эмоциональные состояния, позитивные качества личности и позитивные социальные институты. В нашей стране идею М. Селигмана активно подхватил Д.А. Леонтьев, сосредоточивший внимание на изучении личностного потенциала и его составляющих [1]. Г.Н. Никифоров и его коллектив разрабатывают позитивные аспекты функционирования организаций [2]. Наименее изученным аспектом остаются позитивные эмоции. Этим и продиктована актуальность данного исследования.

Мы предположили, что позитивные аспекты эмоциональной сферы студентов инженерно-технического и креативного профиля подготовки имеют отличия.

Были использованы следующие тесты.

1. Эмоциональный тест М. Фордайса.
2. Методика «Шкалы позитивного аффекта и негативного аффекта» Е.Н. Осина.
3. Шкала эмоциональной зрелости М. Аткинсона.
4. Шкала оценки эмоционально-психической устойчивости В.Ю. Рыбникова.

Испытуемыми выступили студенты московских вузов. Из них 20 человек – студенты инженерно-технических специальностей (группа 1) и 20 человек (группа 2) - студенты специальностей креативного круга (будущие работники телевидения, дизайнеры, журналисты).

Рассмотрим результаты по эмоциональному тесту М. Фордайса.

Таблица 1.

## Среднегрупповые результаты по тесту М. Фордайса

Параметры теста М.Фордайса	Данные группы 1	Данные группы 2
Субъективный уровень счастья (в баллах)	7,1	8,3
Доля времени, когда респондент ощущает себя счастливым (в %)	45,5	53,7
Доля времени, когда респондент ощущает себя нейтральным (в %)	15,4	16,8
Доля времени, когда респондент ощущает себя несчастным (в %)	39,1	29,5

Из представленных данных видно, что студенты инженерно-технических специальностей имеют более низкий уровень счастья (7,1 балла), чем студенты творческих специальностей (8,3 балла). Применение критерия Манна-Уитни показало статистически значимые различия по данному показателю ( $p < 0,05$ ). По количеству времени, когда человек чувствует себя счастливым, тоже показатели группы 1 ниже, чем показатели группы 2: соответственно 45,5 % в первой группе и 53,7 % во второй группе. Статистический анализ с помощью критерия Манна-Уитни и здесь показал статистическую значимость полученных отличий по количеству «времени счастья» ( $p < 0,05$ ).

Теперь перейдем к изложению результатов «**Шкалы позитивного аффекта и негативного аффекта**» Е.Н. Осина (табл.2)

Таблица 2.

## Средние результаты по позитивным аффектам методики Е.Н.Осина

Ответы по разным срокам самонаблюдения	Данные группы 1	Данные группы 2
В течение недели	40,2	42,3
В течение месяца	<b>35,4</b>	<b>44,8</b>
В течение года	<b>37,1</b>	<b>45,4</b>

Как видно из таблицы, во всех трех случаях измерений группа студентов креативного профиля превосходит группу студентов технического направления

по преобладанию позитивных эмоций. При этом статистический анализ с помощью метода Манна-Уитни выявил статистическую значимость различий между двумя группами испытуемых в случае, когда студенты оценивали свое эмоциональное состояние в течение года и в течение месяца ( $p < 0,01$ ). По ответам респондентов за одну неделю статистических различий не выявлено ( $p < 0,05$ ).

Изложим данные, полученные с помощью **шкалы эмоциональной зрелости** М. Аткинсона. Эмоциональная зрелость по Аткинсону представляет собой умение управлять собственными эмоциями.

Таблица 3.

Средние результаты по тесту эмоциональной зрелости Аткинсона

Параметры эмоциональной зрелости (в баллах)	Данные группы 1	Данные группы 2
Общий показатель эмоциональной зрелости	104,6	106,8
Готовность к работе над своими эмоциями	<b>15,1</b>	<b>12,3</b>
Направленность на помощь другим	9,5	10,2
Способность к адаптации и приспособлению	11,6	12,5
Способность к сопереживанию	<b>14,7</b>	<b>16,2</b>
Активная работа над своим здоровьем	18,2	19,5

Жирным шрифтом в таблице выделены показатели, в отношении которых обнаружены статистически значимые различия.

Из полученных данных следует, что общий показатель эмоциональной зрелости обеих групп оказался средним, статистически значимых различий не обнаружено ( $p < 0,05$ ). Среди дополнительных параметров этой шкалы различия выявлены по способности к сопереживанию (в пользу 2-й группы,

$p < 0,05$ ) и по готовности к работе над своими эмоциями (в пользу 1-й группы,  $p < 0,01$ ). По остальным составляющим эмоциональной зрелости различия отсутствуют.

Далее рассмотрим результаты исследования по **шкале эмоциональной устойчивости**. Методика позволяет выявить несколько уровней эмоциональной устойчивости.

Таблица 4.

Усредненные результаты шкале по шкале эмоциональной устойчивости

Уровень эмоциональной устойчивости	Результаты группы 1 (%)	Результаты группы 2 (%)
Высокий уровень ЭУ	15	5
Хороший уровень ЭУ	55	25
Удовлетворительный уровень ЭУ	20	55
Неудовлетворительный уровень ЭУ	10	15

Мы видим, что в первой группе преобладают респонденты с хорошим и высоким уровнем эмоциональной устойчивости. Во второй группе таких респондентов почти в 2 раза меньше. Здесь преобладают испытуемые с удовлетворительным уровнем эмоциональной устойчивости.

Средние показатели по этой методике в первой группе равны 10,6 баллов, во второй группе – 13,1 балла. Критерий Манна-Уитни выявил здесь наличие статистически значимых отличий между 2 группами респондентов ( $p < 0,05$ ). Следовательно, студенты творческого направления обладают меньшей эмоциональной стабильностью, чем студенты инженерно-технических специальностей. По-видимому, это можно объяснить тем, что среди студентов креативного направления много личностей художественного склада, для которых характерны импульсивность, переменчивость настроения, трудности контроля эмоций.

Проведенное исследование позволяет сделать следующие **выводы**.

1. Студенты креативного профиля имеют более высокий уровень субъективного счастья, чем студенты технических специальностей.

2. Студенты креативного профиля имеют более длительные временные периоды ощущения счастья, чем студенты технических специальностей.
3. Студенты творческих факультетов значимо чаще, чем студенты технического профиля, переживают такие позитивные эмоциональные состояния, как увлеченность, радость, вдохновенность, решительность, интерес, бодрость, уверенность.
4. Уровень эмоциональной устойчивости выше в группе студентов инженерно-технических специальностей, чем в группе студентов творческого направления.

### **Литература:**

1. Личностный потенциал: структура и диагностика/ Под ред. Д.А. Леонтьева – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
2. Позитивная психология менеджмента. Монография /Под.ред. Г.С. Никифорова. М.: ООО «Перспектив», 2016. - 420 с.
3. Селигман М. Новая позитивная психология. М.; Смысл, 2006.- 398 с.