

## Особенности состояний сниженной работоспособности у студентов в условиях дистанционной формы обучения

Научный руководитель – Абдуллаева Мехирбан Махаметжановна

*Челак Алина Игоревна*

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии труда и инженерной психологии, Москва, Россия

*E-mail: chelakalina00@mail.ru*

В связи с пандемией COVID-19 учебным заведениям пришлось перейти на дистанционный формат обучения, который обусловил изменения в организации учебного процесса, что вызвало основные трудности у студентов [5]. Администрация ВУЗов заинтересована в проведении учебных мероприятий в онлайн-режиме таким образом, чтобы удовлетворенность учебной деятельностью, влияющая на эффективность обучения студентов, не падала [3]. Особый интерес вызывают состояния сниженной работоспособности у студентов в процессе выполнения учебных задач. В структурно-интегративном подходе функциональные состояния рассматриваются как комплекс актуализируемых средств, который обуславливает и регулирует значимую для субъектов (студентов) деятельность [2].

Рассматривая студенческий возраст как этап профессиональной подготовки специалистов, можно отметить, что для него характерны кризисные периоды, которые могут влиять на эффективность овладения будущей профессиональной деятельностью [1]. Пики кризисных периодов наблюдаются у студентов первого, третьего и пятого курсов [4], в данной работе будут рассмотрены особенности протекания кризиса студентами первого и третьего курса в условиях дистанционного обучения.

**Целью** работы является изучение особенностей учебной деятельности в условиях дистанционного формата обучения.

**Выборка.** В исследовании приняло участие 69 студентов факультетов психологии, биологического, географического, педиатрического, информационной безопасности, государственного управления, экономического; обучающихся на 1-6 курсах; 10 мужчин и 59 женщин в возрасте от 17 до 27 лет (средний возраст - 20 лет).

**Методы и методики:** авторская анкета, методика «Стиль саморегуляции поведения - 2020» (ССПМ-2020); методика «Дифференцированная оценка работоспособности» (ДОРС), методика «диагностика учебной мотивации» А.А.Реана и В.А.Якунина; методика «невротизация личности» Л.И.Вассермана; методика «Личностный семантический дифференциал». Статистический анализ включал методы описательной статистики, факторного (ФА) и сравнительного анализа (U - критерий Манна-Уитни).

Были выдвинуты следующие эмпирические **гипотезы:** (1) состояния сниженной работоспособности значимо различаются у студентов разных курсов; (2) уровень удовлетворенности учебной деятельностью у студентов 1 и 3 курсов значимо различается.

**Результаты:** Анализ данных (факторный анализ (ФА)) по общей выборке выявил 5 факторов, связанных с проблемами студентов, вызванными дистанционным обучением. Полученная факторная структура описывает 67% дисперсии данных:

Фактор 1 «Учебная нагрузка»: проблемы со сном (факторная нагрузка здесь и ниже -0,701) нехватка времени (0,669), совмещение работы и учебы (0,636) плохое самочувствие (0,588), нарушение режима труда и отдыха (0,577) большое количество компьютерных заданий (0,571);

Фактор 2 «Проблемы, специфичные для дистанционного обучения»: отсутствие привычных развлечений (0,796) и живого общения (0,772);

Фактор 3 «Самоорганизация»: проблемы с самоорганизацией (0,828), со следованием учебному расписанию (0,65), нехватка мотивации (0,54)

Фактор 4 «Социально-экономические проблемы»: отсутствие удобного рабочего места дома (0,82), проблема с техникой (0,624), невозможность уединиться (0,588);

Фактор 5 «Проблемы с Интернетом» (0,848).

В результате статистической проверки гипотезы 1 было выявлено статистически значимое различие показателей ФС у студентов 1 (15 человек) и 3 (19 человек) курсов факультета психологии МГУ: монотония ( $U=61,5$ ; среднее (1 курс) =22,87; среднее (3 курс) = 26,58;  $p=0,005$ ), пресыщение ( $U=61,5$ ; среднее (1 курс) =20,53; среднее (3 курс) = 26,9;  $p=0,005$ ), стресс ( $U=63$ ; среднее (1 курс) =22,27; среднее (3 курс) = 27,53;  $p=0,006$ ). По шкале утомление статистически значимых различий не обнаружено ( $U=107,5$ ; среднее (1 курс) =23,93; среднее (3 курс) = 26,53;  $p=0,223$ ).

При сравнении студентов 1 и 3 курсов по уровню удовлетворенности учебной деятельности для проверки 2 гипотезы не выявлено значимых различий по показателю между группами ( $U=135$ ; среднее (1 курс) =5,93; среднее (3 курс) = 5,95;  $p=0,811$ ).

**Выводы.** Таким образом, на основе полученных данных ФА по общей выборке мы выявили 5 факторов, включающих в себя трудности студентов, связанных с дистанционным обучением. Согласно данным сравнительного анализа U-Манна-Уитни мы получили частичное подтверждение первой выдвинутой нами гипотезы и можем говорить о том, что есть различие в показателях стресса, монотонии, пресыщения у студентов 1 и 3 курсов, но не выявлено различий по шкале утомления. Также было установлено, что уровень удовлетворенности учебной деятельностью студентов 1 и 3 курсов факультета психологии находится в одном диапазоне. Возможно, высокие показатели по состояниям сниженной работоспособности у студентов 3 курса связаны с действием других факторов, что требует дальнейшего исследования.

### Источники и литература

- 1) Калашникова О. В. Кризисы профессионального развития в условиях профессиональной подготовки // *Universum: психология и образование*. 2017. №11 (41).
- 2) Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития // *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*. 2019. №1.
- 3) Соколовская И. Э. Социально-психологические факторы удовлетворенности студентов в условиях цифровизации обучения в период пандемии COVID-19 и самоизоляции // *Цифровая социология*. - 2020. - №2. - 46-54.
- 4) Шевкиева Н.Б., Капиева К.Р. Кризисы профессионального самоопределения будущих психологов: необходимость профилактики // *Семья и личность: проблемы взаимодействия*. 2015. № 4. С. 99-105
- 5) Echterhoff, G. (2013). How communication on the Internet affects memory and shared reality: Talking heads online // *Psychological Inquiry*. 2013. Vol. 24. № 4. P. 297– 300.