

Личностный профиль студентов, предрасположенных к скуке

Е. В. Рохина¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена
191186, Россия, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, д. 48

Сведения об авторе:

Елена Владимировна Рохина

e-mail: elenarokhina@yandex.ru

SPIN-код: 6267-2258

Scopus Author ID: 6602379024

Researcher ID: E-3282-2017

ORCID: 0000-0002-0995-8763

© Автор (2022).

Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Исследование посвящено изучению личностных характеристик студентов, предрасположенных и устойчивых к скуке. В период обучения в вузе у обучающихся происходит переосмысление жизненных взглядов, переоценка отношений к самому себе и окружающим. Подобные кризисные переживания могут сопровождаться снижением интереса к учебной деятельности и развитием состояния скуки. Обеспокоенность вызывает то, что для одних студентов скука – это лишь ситуативное состояние, а для других – устойчивый эмоциональный фон, который проявляется в широком круге жизненных ситуаций.

Следует признать, что скука относится к негативным эмоциональным состояниям человека. Установлено, что скука может выступать причиной психологической уязвимости и потенцировать рискованное поведение.

В исследовании участвовали обучающиеся 2-3 курсов РГПУ им. А. И. Герцена (N=136; возраст от 18 до 22 лет). Для выявления индекса предрасположенности к скуке был использован опросник «Предрасположенность к скуке» Р. Ф. Фармера, Н. Д. Сандберга, в адаптации Е. В. Рохиной, в котором участникам предлагалось оценить утверждения, описывающие поведение в различных жизненных ситуациях, демонстрирующее проявления скуки или устойчивость к ней. На основании полученных результатов из общей выборки исследования были выделены две группы студентов: с наиболее высокой предрасположенностью к скуке (N=26) и наиболее низкой предрасположенностью к скуке (N=26). Указанные группы обозначались в дальнейшем как «предрасположенные» и «устойчивые» к переживанию скуки.

Для составления личностного профиля использовался многофакторный личностный опросник 16PF Р. Б. Кеттелла (форма С, 105 вопросов).

Сравнительный анализ характеристик показал наличие достоверных различий в личностном профиле «предрасположенных» и «устойчивых» к скуке студентов. Наиболее заметны различия между группами в эмоциональных свойствах личности. «Предрасположенные» к скуке отличаются от «устойчивых» большей подозрительностью (фактор L), личностной тревожностью (фактор O) и фрустрированностью (фактор Q4). Для них более характерны робость (фактор H) и эмоциональное напряжение в процессе общения (фактор A), эмоциональная неустойчивость (фактор C).

Полученные данные позволяют расширить возможности профилактики и прогнозирования рисков возникновения переживания скуки у студентов, что благоприятно скажется на успешности самореализации в будущем и качестве жизни в целом.

Ключевые слова: скука, предрасположенность к скуке, личностный профиль, личность, студенты

Personal profile of students prone to boredom

E. V. Rokhina¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Author:

Elena V. Rokhina

e-mail: elenarokhina@yandex.ru

SPIN: 6267-2258

Scopus Author ID: 6602379024

Researcher ID: E-3282-2017

ORCID: 0000-0002-0995-8763

Copyright:

© The Author (2022).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. The article studies personal characteristics of students prone to boredom and students who are resistant to it. During study at a university, students rethink their life views and reassess their attitudes towards themselves and others. These are crisis experiences that may be accompanied by a decreased interest in learning and development of boredom. The concern is that for some students boredom is only a situational state, while for others it is a stable emotional background that manifests itself in a wide range of situations.

It should be recognized that boredom is a negative emotional state of a person. It has been established that boredom can cause psychological vulnerability and potentiate risky behavior. The study involved 2nd and 3rd year undergraduate students of Herzen State Pedagogical University of Russia (N = 136; aged 18-22). The index of boredom proneness was identified using

the questionnaire "Boredom proneness" (by R.F. Farmer, N.D. Sandberg; adapted by E.V. Rokhina), in which the participants were asked to evaluate statements describing behavior in various life situations that demonstrate boredom manifestations or resistance to it. Based on the results, two groups of students were distinguished in the general sample: those with the highest boredom proneness (N = 26), and those with the lowest boredom proneness (N = 26). These groups were further designated as "prone to boredom" and "resistant to boredom".

To compile a personality profile, the multifactorial personality questionnaire 16PF by R. B. Cattell (form C, 105 questions) was used.

A comparative analysis of the characteristics showed significant differences in the personality profile between "prone to boredom" and "resistant to boredom" students. The most noticeable differences are in the emotional properties of the individual. "Prone to boredom" students are characterized by greater suspicion (factor L), personal anxiety (factor O) and frustration (factor Q4) as compared to "resistant to boredom" students. "Prone to boredom" students are also characterized by greater timidity (factor H), emotional tension in the process of communication (factor A), and emotional instability (factor C).

The data obtained make it possible to improve the prevention and prediction of the risks of experiencing boredom in students, which will positively affect the success of self-realization in the future and the quality of life in general.

Keywords: boredom, proneness to boredom, personal profile, personality, students

Введение

Целью проведенного исследования выступило изучение личностного профиля студентов, предрасположенных и устойчивых к скуке.

В период обучения в вузе у обучающихся происходит переосмысление жизнен-

ных взглядов, переоценка отношений к самим себе и окружающим. Подобные кризисные переживания могут сопровождаться снижением интереса к учебной деятельности и развитием состояния скуки. Обеспокоенность вызывает то, что для одних студентов скука – это ситуативное

состояние, а для других – устойчивый эмоциональный фон, который проявляется в широком круге жизненных ситуаций.

Скука относится к негативным эмоциональным состояниям человека (Farmer, Sundberg 1986; Сведсен 2003; Тардые 2007; Посохова, Рохина 2015). Как отмечал К. Д. Ушинский, состояние скуки всегда неприятно для человека, мучительно и в крайнем выражении может привести к мыслям о суициде. Механизм возникновения скуки К. Д. Ушинский объяснял через стремление человека к деятельности. Если человек не находит способов реализовать свою деятельность, то возникает скука. Любое занятие от скуки – это форма чистой деятельности (Ушинский 2014).

Обращаясь к исследованиям состояния скуки в учебной деятельности, отметим их малочисленный и разрозненный характер. Фокус внимания исследователей ограничивается фиксацией состояния скуки на занятиях и перечислением ее внешних проявлений, данных о психологических детерминантах возникновения и развития скуки недостаточно (Посохова, Рохина 2015; 2020).

Как подчеркивал Э. Тардые, скука неразлучна с теми, у кого есть явное и раннее предрасположение к ней. В качестве отличительных признаков предрасположенности к скуке он выделял быстрое истощение и склонность к пессимизму (Тардые 2007). По мнению Э. Тардые, скуку переживают те, кто обладает высокой чувствительностью к изменениям, происходящим в собственном внутреннем мире. Довольно вероятно появление скуки и у людей страстных, интенсивно проживающих свою жизнь, способным усиленно предаваться чувственным наслаждениям и постоянно проверять свои ощущения (Тардые 2007). Тем самым наметились психологические факторы предрасположенности к скуке, включающие в себя: коммуникативные, эмоциональные свойства личности, а также свойства саморегуляции.

Материалы и методы

В исследовании на добровольных условиях приняли участие студенты 2–3 курсов РГПУ им. А. И. Герцена (N=136; возраст от 18 до 22 лет), среди них – 80 девушек и 56 юношей. До начала диагностики студенты были осведомлены о целях исследования, гарантиях анонимности полученных данных. Исследование было проведено в групповой форме, включало очные встречи с участниками.

Методика «Предрасположенность к скуке» является адаптированной версией опросника “Boredom proneness” Р. Ф. Фармера, Н. Д. Сандберга (Посохова, Рохина 2019; 2020), применялась для определения индекса предрасположенности к скуке у студентов. Участникам предлагалось оценить утверждения, описывающие поведение в различных жизненных ситуациях, демонстрирующее проявления скуки или устойчивость к ней. Среднее значение индекса предрасположенности к скуке на общей выборке исследования составило $-23,5 \pm 21,3$ баллов. Диапазон средних значений находился в пределах от $-2,25$ до $-44,8$ баллов, что свидетельствует о ситуативности переживания скуки студентами. Действительно, ряд жизненных ситуаций сопровождается у студентов снижением внутренней активности, воспринимается ими как скучный и лишенный эмоционального отклика. На основании полученных результатов из общей выборки исследования были выделены 2 полярные группы студентов: с наиболее высокой и наиболее низкой предрасположенностью к скуке. Первую группу, обозначенную нами как «предрасположенные» к скуке, составили 26 человек, из них 18 девушек и 8 юношей. Индекс предрасположенности к скуке в данной группе находился в диапазоне от -2 до 29 баллов, среднее значение по группе соответствует $7,5 \pm 8,0$. Вторую группу – «устойчивых к скуке» – составили 26 человек, из них 19 девушек и 7 юношей. Индекс предрасположенности к скуке в дан-

ной группе находился в диапазоне от -44 до -66 баллов при среднем групповом значении $-52,85 \pm 6,0$. Различия между группами по выраженности индекса предрасположенности к скуке статистически достоверны ($t=30,3$; $p \leq 0,001$).

Для составления личностного профиля использовался многофакторный личностный опросник 16PF Р. Б. Кеттелла (форма С, 105 вопросов).

Для проведения сравнительного анализа был использован t-критерий Стьюдента для независимых выборок. Обработка полученных результатов проведена

с помощью программы анализа статистических данных Statistica ver. 8.0.

Результаты и их обсуждение

Результаты сравнения личностных свойств между «предрасположенными» и «устойчивыми» к скуке студентами представлены в таблице. Сравнительный анализ характеристик показал наличие достоверных различий в личностном профиле студентов, «предрасположенных» и «устойчивых» к скуке. Наиболее существенны различия между группами в эмоционально-волевых и коммуникативных личностных свойствах.

Таблица. Сравнительный анализ личностных свойств студентов, «предрасположенных» и «устойчивых» к скуке

Показатель	«Предрасположенные» к скуке	«Устойчивые» к скуке	t-критерий	Уровень значимости $p \leq$
	Среднее значение и стандартное отклонение	Среднее значение и стандартное отклонение		
Эмоциональная устойчивость (фактор С)	4,6 (2,2)	7,2 (2,3)	-4,03	0,001
Беспечность (фактор F)	5,3 (2,1)	6,8 (2,3)	-2,3	0,05
Тревожность (фактор O)	7,5 (1,7)	5,4 (2,9)	2,9	0,01
Напряженность (фактор Q ₄)	6,4 (2,2)	3,7 (2,1)	4,1	0,001
Общительность (фактор A)	5,5 (2,5)	8,5 (1,9)	-4,4	0,001
Смелость (фактор H)	4,3 (2,8)	6,4 (2,2)	-2,9	0,01
Подозрительность (фактор L)	8,4 (1,8)	7 (2,6)	2,2	0,05
Самостоятельность (фактор Q ₂)	6,2 (2,4)	4,4 (2,3)	2,6	0,01

Обращаясь к группе эмоционально-волевых личностных свойств, отметим, что студенты, «предрасположенные» к скуке, отличаются от «устойчивых» общей эмоциональной неустойчивостью и пессимистичностью. «Предрасположенные» к скуке более погружены в себя, склонны к уединению и немотивированному беспокойству, драматизации ситуаций. В эмоциональных реакциях студентов, «предрасположенных» к скуке, присутствует лабильность и незрелость, отмечается низкий уровень самоконтроля эмоций. Эмоциональная неустойчивость у «предрасположенных» к скуке студентов сочетается с повышенным уровнем личностной тревожности и внутренней

напряженностью. Они чувствительны к критике и неудачам в общении, молчаливы, часто испытывают чувство неуверенности в себе, тяжело воспринимают перемены.

Выявленные личностные особенности находят продолжение и в коммуникативных характеристиках. Так, у студентов, «предрасположенных» к скуке, выражена склонность к закрытости, обособленности, эмоциональному напряжению в процессе общения. Можно предположить, что часто скупающие студенты имеют ограниченный круг друзей. Их отличает робость и нерешительность при установлении контактов, недоверчивость и подозрительность к другим людям. «Предрас-

положенные» к скуке студенты застенчивы, не доверяют своим решениям, сомневаются в окружающих людях, испытывают страх перед жизнью во всей полноте поведенческих проявлений. В отличие от «устойчивых» к скуке они более несамостоятельны и больше ориентированы на групповые ценности и нормы.

Это свидетельствует о том, что студенты, часто испытывающие скуку, ощущают неудовлетворенность социальным окружением, внутренний эмоциональный дискомфорт и напряжение, часто сталкиваются с коммуникативными трудностями. С одной стороны, они эмоционально неуравновешены и ранимы, с другой стороны, у них присутствует определенная предубежденность по отношению к социальному окружению.

Выводы

Проведенное исследование доказало связь предрасположенности к скуке с личностными характеристиками студентов с разной выраженностью предрасположенности к скуке. Наиболее существенно «предрасположенные» и «устойчивые» к скуке студенты различаются по

эмоционально-волевым и коммуникативным личностным свойствам. В личностном профиле студентов, «предрасположенных» к скуке, отмечается интровертированность, эмоциональная нестабильность, конформность и ориентация на неудачу.

Таким образом, частота переживания скуки может служить сигналом о психологическом неблагополучии и риске социально-психологической дезадаптации. Полученные данные свидетельствуют о необходимости целенаправленной психологической помощи студентам по вопросам профилактики переживания скуки и поиску конструктивных способов выхода из этого состояния, что благоприятно скажется на успешности самореализации в будущем и качестве жизни в целом.

Благодарности

Автор выражает глубокую благодарность своему учителю и наставнику С. Т. Посоховой за профессиональную поддержку, сердечно благодарит Ю. Л. Проект за помощь в обработке эмпирических данных.

Литература

- Рохина, Е. В. (2019) Психометрические характеристики русскоязычной версии опросника «Предрасположенность к скуке» Р. Ф. Фармера, Н. Д. Сандберга. *Письма в Эмиссия.Оффлайн*, № 11, ст. 2786.
- Рохина, Е. В. (2020) *Психологические факторы предрасположенности к скуке*. Диссертация ... кандидата психологических наук. СПб., РГПУ им. А. И. Герцена, 200 с.
- Сведсен, Л. (2003) *Философия скуки*. М.: Прогресс-Традиция, 256 с.
- Тардье, Э. (2007) *Скука: Психологическое исследование*. М.: Издательство ЛКИ, 256 с.
- Ушинский, К. Д. (2014) *Человек как предмет воспитания: Опыт педагогической антропологии*, т. 2. М.: Книга по Требованию, 628 с.
- Farmer, R., Sundberg, N. D. (1986) Boredom proneness: The development and correlates of a new scale. *Journal of Personality Assessment*, vol. 50, no. 1, pp. 4–17.

References

- Farmer, R., Sundberg, N. D. (1986) Boredom proneness: The development and correlates of a new scale. *Journal of Personality Assessment*, vol. 50, no. 1, pp. 4–17. (In English)
- Posokhova, S. T., Rokhina, E. V. (2015) Predraspolozhennost' k skuke kak priznak psikhologicheskoi uyazvimosti lichnosti [Predisposition to boredom as a sign of psychological vulnerability of the individual]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta_Seriya 16. Psikhologiya. Pedagogika — Bulletin of St. Petersburg University. Series 16. Psychology. Pedagogy*, no. 4, pp. 46–55. (In Russian)
- Rokhina, E. V. (2019) Psikhometricheskie kharakteristiki russkoyazychnoi versii oprosnika "Predraspolozhennost' k skuke" R. F. Farmera, N. D. Sandberga [Psychometric characteristics of the

- Russian version of the questionnaire “Predisposition to boredom” by R. F. Farmer, N. D. Sandberg]. *Pis'ma v Emissiya. Offlain — The Emissia.Offline Letters*, no. 11, article 2786. (In Russian)
- Rokhina, E. V. (2020) *Psikhologicheskie faktory predraspolozhennosti k skuke [Psychological factors of predisposition to boredom]*. PhD dissertation (Psychology). Saint Petersburg, Herzen State Pedagogical University of Russia, 200 p. (In Russian)
- Svedsen, L. (2003) *Filosofiya skuki [Philosophy of boredom]*. Moscow: Progress-Traditsiya Publ., 256 p. (In Russian)
- Tardieu, E. (2007) *Skuka: Psikhologicheskoe issledovanie [Boredom: Psychological research]*. Moscow: LKI Publ., 256 p. (In Russian)
- Ushinskii, K. D. (2014) *Chelovek kak predmet vospitaniya: Opyt pedagogicheskoi antropologii [Man as a subject of education: The experience of pedagogical anthropology]*, vol. 2. Moscow: Kniga po Trebovaniyu Publ., 628 p. (In Russian)