

## ВЛИЯНИЕ ФАКТОРОВ СТРЕССА НА РЕЧЕВУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ

Д. В. Жабин

*Воронежский государственный университет*

Поступила в редакцию 10 марта 2012 г.

**Аннотация:** современная лингвистика рассматривает звучащую речь как обмен эмоциональными состояниями между двумя или более личностями. Учебная деятельность студентов обусловлена эмоциональным и психофизиологическим воздействием на организм студентов. Особый интерес представляет анализ факторов, которые влияют на речевое поведение в условиях эмоциональной напряженности (стресса).

**Ключевые слова:** эмоциональность речи, эмоциональная напряженность, стресс, студенческая среда.

**Abstract:** in modern linguistics speech (as the vocalized form of human communication) is sometimes viewed as an exchange of emotional states between two or more individuals. In academic setting, students' learning activities are performed under the influence of various emotional and psychophysiological states. This research aims to analyze diverse factors affecting learners' speech behavior under emotional stress.

**Key words:** emotional speech, emotional tension, stress, academic (psychological) environment.

Одним из наиболее важных факторов, характеризующих речь, является состояние человека в процессе коммуникации. С психолингвистической точки зрения, выражение эмоций реализуется у человека в первую очередь посредством языкового поведения. Поэтому последние годы спонтанная звучащая речь рассматривается лингвистами как обмен эмоциональными состояниями между двумя или более личностями. Нам представляется интересным рассмотреть и проанализировать факторы влияния и формы проявления *эмоциональности речи*.

Для оценки параметров речи, по нашему мнению, необходимо понятие, которое выходит за рамки конкретных эмоций, но в то же время способно характеризовать состояние говорящего человека. При узком понимании эмоций они рассматриваются как реакция на более специфические условия, такие как фрустрация потребности, невозможность адекватного поведения, конфликтность ситуации, непредвиденное развитие событий и т.д. Перечисленные критерии позволяют нам убедиться в том, что эмоциональное напряжение имеет большое значение в регуляции поведения человека, особенно когда требуется мгновенная мобилизация сил и возможностей организма.

Речь идет о степени эмоционального напряжения в результате реакции на экстремальную ситуацию, т.е. ситуацию стресса. Все определения термина «стресс» содержат в своей основе компонент «*напряжение*». Это напряжение имеет физическую и пси-

хическую природу и обуславливает эмоциональную напряженность, которая проявляется в речи говорящего. Внешние признаки стресса проявляются общим возбуждением, а обычный набор эмоций уступает место беспокойству и тревоге. У одних людей реакция на стрессор активная и эффективность их деятельности, обусловленная мобилизационными процессами в организме, может нарастать до определенного уровня, у других – реакция изначально пассивная и эффективность деятельности сразу снижается в результате расходования так называемой адаптационной энергии организма. В любом случае обычное состояние человека в стрессовой ситуации характеризуется дезорганизацией поведения и речи: беспорядочная активность или не свойственная ранее пассивность и как результат – бездеятельность. При этом следует заметить, что поведение и многообразие реакций человека при стрессе во многом зависит от типа нервной системы, силы или слабости основных нервных процессов, характерологических особенностей личности, а также наличия или отсутствия психоневрологической патологии.

Данные наших предыдущих исследований убедительно свидетельствуют в пользу того, что напряженность речевых параметров проявляется комплексно на уровне интенсивности ритма и темпа [1].

Актуальность переживания психологического стресса в студенческой среде обусловлена прежде всего проблемами профессионального, социально-ролевого определения, неудовлетворенностью учебной и профессиональной деятельностью, проблемами значительных учебных перегрузок. Наиболее стрес-

сообразующим фактором в учебной деятельности является экзамен. Экзаменационный стресс не только проявляется в виде субъективных переживаний – страха, тревоги и других отрицательных эмоций, но и вызывает объективные изменения в организме студента. Это, в частности, изменение частоты сердечных сокращений, уровня артериального давления, величины минутного объема крови и т.д. Исследователи отмечают общее увеличение перед экзаменом показателя реактивной тревожности, что свидетельствует о значительном стрессе, который переживают студенты во время сессии. Хотя этот всплеск тревожности носит кратковременный характер (он длится несколько часов), абсолютные значения реактивной тревожности даже превышают аналогичные цифры, полученные у больных с реактивной депрессией [2].

Анализ ранее проведенных исследований показывает, что экзаменационный стресс оказывает значительное влияние на организм студентов, вызывая как повышение уровня субъективной тревоги, так и объективные изменения в нервной и сердечно-сосудистой системах. Повышение реактивной тревожности перед экзаменом сопровождается активацией симпатической системы и падением активности парасимпатической системы у большинства студентов. У студентов со слабым типом нервной системы в норме имеется тенденция к более высоким показателям частоты сердечных сокращений, а у студентов с низким уровнем уравновешенности нервных процессов отмечаются более высокие показатели артериального давления. У студентов с высоким уровнем позитивной самооценки в покое отмечается сдвиг вегетативного гомеостаза в сторону преобладания симпатической системы, в то время как на экзамене высокая позитивная самооценка способствует снижению уровня симпатической активации. Негативная самооценка студентов (излишняя самокритичность и склонность к поиску у себя недостатков) способствует возрастанию активности симпатической системы на экзамене и снижению деятельности парасимпатической системы [3].

С целью проследить влияние факторов стресса на учебную и научную деятельность русскоязычных студентов, говорящих на немецком языке, мы разработали анкету для студентов 4, 5 курсов немецкого отделения Воронежского государственного университета. Анкета содержит 12 вопросов. Всего было опрошено 20 человек. В итоге анкетирования мы получили следующие результаты.

Говорить по-немецки учащимся проще всего: со студентами своей группы – 32,3 %; с преподавателями – 29 %; с немецкими друзьями – 25,8 %; и лишь 12,9 % проще всего говорить с немецкими коллегами.

Наиболее уверенными студенты чувствуют себя: на занятиях по практике языка – 36,5 %; в общении с носителями языка или друзьями – 24,2 %; на экзамене – 12 %; на занятиях по теоретическим предметам – 3 %.

В учебном процессе студенты лучше всего понимают немецкую речь: когда говорят русскоязычные преподаватели на лекциях или практических занятиях – 46,7 %; когда говорят носители языка на практических занятиях – 22 %; когда говорят носители языка в других ситуациях (по телевизору, на лекциях, на улице) – 17,9 %.

Согласно данным опроса, больше всего времени студенты тратят на подготовку к семинарским занятиям по немецкому языку – 71,4 %; к занятиям по практике на немецком языке много и долго готовятся 19 % опрошенных.

Больше всего студентов волнует на занятиях: боязнь сделать ошибку – 37,5 %; реакция аудитории 29 %; оценка их ответа – 21 %; реакция преподавателя – 12,5 %.

Совершенно комфортно на занятиях чувствуют себя 42 % студентов, однако 26,6 % студентов напряжены и делают больше ошибок, чем в свободном бытовом общении; еще 26 % опрошенных труднее сосредоточиться на предмете обсуждения; 5,4 % быстро устают говорить.

68 % студентов больше всего волнуются перед экзаменом по теории на немецком языке; 18,4 % – перед экзаменом по практике языка.

Во время семинарского занятия или конференции на немецком языке волнуются 73,8 % студентов; стараются говорить быстрее и спешат закончить выступление 21 % опрошенных, и лишь 5,2 % чувствуют себя комфортно.

Приведенные цифры однозначно свидетельствуют о наличии эмоциональной напряженности у студентов и доказывают влияние факторов стресса на их внимание и степень восприятия информации. Однако стоит заметить, что, несмотря на условия эмоционального стресса, больше всего студентам нравится на занятиях говорить – 50 %; читать – 23,3 %; слушать – 20 %; писать – 6,7 %. Это говорит о том, что удачнее всего нам удастся мотивировать говорение студентов в учебном процессе. Данные анкеты доказывают, что наиболее уверенно студенты говорят на занятиях по практике языка, а также в общении с друзьями или носителями языка (60,7 % опрошенных); 68,7 % студентов лучше понимают немецкую речь на практических занятиях; 42 % студентов чувствуют себя совершенно комфортно на занятиях по немецкому языку. В то время как наибольшую сложность в эмоциональном плане для студентов представляют 1) говорение на занятиях по теоретическим предметам (97 % опрошенных); 2) процесс подготовки к семи-

нарским занятиям на немецком языке (71,4 %); 3) экзамен по теории на немецком языке (68 %); 3) выступление на конференции или семинаре (73,8 %). Рост эмоционального напряжения в этих случаях, вероятно, обусловлен активизацией мыслительных процессов, а также степенью и быстротой ответных реакций на внешние раздражители (условия, обстоятельства, характер ситуации).

Полученные результаты исследования, в целом, ставят перед нами как преподавателями ряд проблем методического и психологического характера, решение которых должно понизить уровень эмоционального стресса студентов. Речь идет о необходимости применения индивидуализации, речевой направленности в процессе обучения, а также доступности предмета, обучении в сотрудничестве, психологической мобильности преподавателя и т.д.

*Воронежский государственный университет*

*Жабин Д. В., кандидат филологических наук, доцент  
кафедры немецкой филологии*

*E-mail: dmitry.zhabin@mail.ru*

*Тел.: 8 (473) 259-26-95*

Перспективой дальнейшего исследования может явиться анализ формальных признаков речи студентов (на уровне темпа и ритма и речевых сбоев) в условиях учебного процесса.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Жабин Д. В.* Признаки речи в ситуации стресса : монография / Д. В. Жабин. – Воронеж : Издательско-полиграфический центр ВГУ, 2008. – 158 с.

2. *Стрелец В. Б.* Ритмы ЭЭГ и психические показатели эмоций при реактивной депрессии / В. Б. Стрелец, Н. Н. Данилова, И. В. Корнилова // Журнал высшей нервной деятельности – 1997. – Т. 47, № 1. – С. 11–21.

3. *Щербатых Ю. В.* Влияние параметров высшей нервной деятельности студентов на характер протекания экзаменационного стресса / Ю. В. Щербатых // Журнал ВНД им. Павлова. – 2000. – № 6. – С. 959–965.

*Voronezh State University*

*Zhabin D. V., Candidate of Philology, Associate Professor at the Department of German Philology*

*E-mail: dmitry.zhabin@mail.ru*

*Tel.: 8 (473) 259-26-95*