

Միջկիսազնդային գործառական անգուզաչափության պրոֆիլի դերը ուսանողների տազնապայնության զարգացման մեխանիզմներում

*Կիրակոսյան Մերի
Միրզախանյան Տաթևիկ*

Հանգուցային բառեր. գերիշխող (դոմինանտ) կիսազունդ, աջկիսազնդայնություն, ձախկիսազնդայնություն, անձնային տազնապայնություն, իրավիճակային տազնապայնություն, ուսանողական շրջան

Ուսանողական շրջանը անձի հատուն շրջանի սկզբնական օղակն է: Անցումը դպրոցից բարձրագույն ուսումնական հաստատություն, անձի՝ որպես սոցիալական էակի կայացումը, ուղեկցվում են տազնապայնությամբ, վախով, երբեմն սեփական ուժերի վրա անվստահությամբ:

Ուսումնական գործընթացը իր մեջ ամփոփում է որոշակի անորոշություն: Ուսանողները այս ակտիվ ճանաչողական գործունեության ընթացքում բախվում են բազում խնդիրների և արգելքների, ինչը հանգեցնում է տազնապայնության առաջացմանը: Տազնապի զգացումը ուղեկից է ողջ ուսումնական գործընթացին և վերջինիս սահուն ընթացքի ապահովման համար անհրաժեշտ է, որ դասախոսը քաջատեղյակ լինի ուսանողի անհատական անձնային հոգեֆիզիոլոգիական հատկանիշներին և յուրաքանչյուրի հանդեպ ցուցաբերի անհատական մոտեցում: Այս ամենը վկայում է ուսանողների տազնապայնության ուսումնասիրման անհրաժեշտության և կարևորության մասին:

Տազնապայնության մեխանիզմները ուսումնասիրել են մի շարք ճանաչված գիտնականներ՝ Հ. Սակոնը (1982), Վ. Ա. Մոսկվինը (1990), Ֆ. Ալբերտը և Տ. Տոկոն (1980) և այլք [7]: Սակայն տազնապայնության առաջացման պատճառները մինչ օրս էլ լիովին պարզաբանված չեն: Գերակշռում է այն կարծիքը, որ տազնապայնությունն ունի մասնակի բնածին և մասնակի ձեռքբերովի բնույթ: Այն ունենալով գենետիկական նախատրամադրվածություն, կարող է դրսևորվել ծնողների, ուսուցիչների սխալ գործողությունների և այլ սոցիալական գործոնների ազդեցությամբ [5, 204-205]:

Տազնապայնության՝ որպես անհատի հատկության, մակարդակի գնահատումը շատ կարևոր է: Այս հատկությամբ է պայմանավորված սուբյեկտի վարքագիծը: Տազնապայնության սահմանային մակարդակը ակտիվ, գործող մարդու շատ կարևոր և անբաժան առանձնահատկությունն է: Յուրաքանչյուր մարդ ունի իր օպտիմալ տազնապայնության մակարդակը, այպես կոչված, օգտակար տազնապայնությունը [9]:

Անձնային տազնապայնություն ասելով հասկանում ենք կայուն անհատական հատկանիշ, որն արտացոլում է սուբյեկտի հակվածությունը տազնապայնու-

թյանը: Իրավիճակային տագնապայնությունը չի կրում կայուն բնույթ, դրսևորվում է ըստ իրավիճակի և բնորոշվում է սուբյեկտիվ զգացմունքային ապրումներով՝ լարվածությամբ, անհանգստությամբ, ներոտիկությամբ և այլն: Տագնապայնության այս ձևը առաջանում է որպես հուզական ռեակցիա սթրեսային իրավիճակին: Շատ բարձր տագնապայնությունը կարող է կապված լինել ներոտիկ խանգարումների առկայության, հուզական պոռթկումների և հոգեկան հիվանդությունների հետ: Բարձր տագնապայնության մակարդակ ունեցող մարդիկ հակված են իրենց ինքնագնահատականին և կենսագործունեությանը սպառնացող վտանգ տեսնել բազմապիսի և բազմաքանակ իրավիճակներում և արձագանքել դրանց տագնապայնությամբ: Ցածր տագնապայնությունը, հակառակը, բնութագրվում է դեպրեսիայով, պասիվությամբ, դրդապատճառների ցածր մակարդակով [10]:

Մեծ կիսագնդերի գործունեության կարևոր սկզբունքներից մեկը անզուգաչափությունն է (ասիմետրիան), որը պայմանավորված է երկրորդային ազդանշանային համակարգի անզուգաչափ տեղադրվածությամբ և աջ ձեռքի գերակշռությամբ՝ որպես մարդու հարմարվողական վարքագծի հզոր միջոց: Ձախ կիսագունդն ակտիվորեն մասնակցում է երկրորդ ազդանշանային համակարգի, մտածողության և ստեղծագործական գործունեության՝ վերացական մտածողության ձևերի իրականացմանը, ուստի ձախ կիսագնդի գերակշռությամբ մարդիկ պատկանում են մտածողական, իսկ աջ կիսագնդային գերակշռմամբ՝ գեղարվեստական տիպերին: Բացահայտված է, որ աջ կիսագունդն ավելի արագ է մշակում տեղեկատվությունը, քան ձախը: Ձախ կիսագնդային մարդիկ օժտված են խոսքային ակտիվությամբ, միապաղաղ խոսքով, մեղեդիների վատ մտապահմամբ, կերպարային հատկանիշների մտապահման թուլացմամբ և տրամաբանական լավ հիշողությամբ: Նրանք ընդունակ են հեշտությամբ լուծել մաթեմատիկական խնդիրներ: Հարուստ է նրանց խոսքային բառապաշարը, որն ակտիվորեն օգտագործում են, օժտված են շարժողական մեծ ակտիվությամբ, նախագուշակմամբ և կանխատեսությամբ [2, 429; 430-431]: Աջ կիսագնդի գերակշռմամբ մարդիկ նախատրամադրված են հայեցողականության և հուշերին, նրանց ապրումներն ավելի նուրբ և խորն են, նրանք ավելի դանդաղկոտ են և սակավախոս: Աջ կիսագնդային մարդիկ հեշտությամբ են մտապահում մեղեդիները, օժտված են երաժշտական խոսակցությամբ, շատ նուրբ են ըմբռնում ձայնի ելևէջները, ուժեղ է տեսողական, լսողական ընկալումը, բայց թույլ է խոսքի ընկալումը, վատ են կողմորոշվում ժամանակի մեջ, տրամաբանական խնդիրներ վատ են լուծում: Նրանց տրամադրությունը բարձր չէ, հաճախ բողբոջում են վատ ինքնագագացողությունից [8]: Ջարգացած ուսումնական գործողությունների դեպքում աջ կիսագունդն իրականացնում է արտածական (դեդուկտիվ) մտածողություն, իսկ ձախ կիսագունդը՝ մակաձական (ինդուկտիվ) մտածողություն [1, 60]:

Ելնելով խնդրի կարևորությունից՝ փորձել ենք բացահայտել ուսանողների տագնապայնության զարգացման մեխանիզմներում միջկիսագնդային գործառա-

կան անգուգաչափության պրոֆիլի դերը: Ուսումնասիրությանը մասնակցել են Վանաձորի պետական համալսարանի տարբեր ֆակուլտետների բակալավրի կրթական ծրագրով սովորող առաջինից չորրորդ կուրսի 100 ուսանող (32 արական և 68 իգական սեռի ներկայացուցիչներ): Ուսումնասիրություն կատարելիս օգտվել ենք Յու. Լ. Խանինի և Չ. Դ. Սպիլբերգերի սանդղակից՝ անձնային և իրավիճակային տազնապայնության որոշման, Մ. Լյուշերի գունային թեստից՝ տազնապայնության գնահատման համար, Լ. Վ. Յասսմանի դոմինանտ կիսագնդի որոշման համալիր մեթոդից, Վ. Յ. Վիլդավսկու և Մ. Գ. Կնյազևայի «Կերպարվեստ» թեստից, Տ. Պ. Դորրոխտովայի և Ն. Ն. Բրագինայի «Շշուկ», «Հեռադիտակով ուսումնասիրելու» թեստերից:

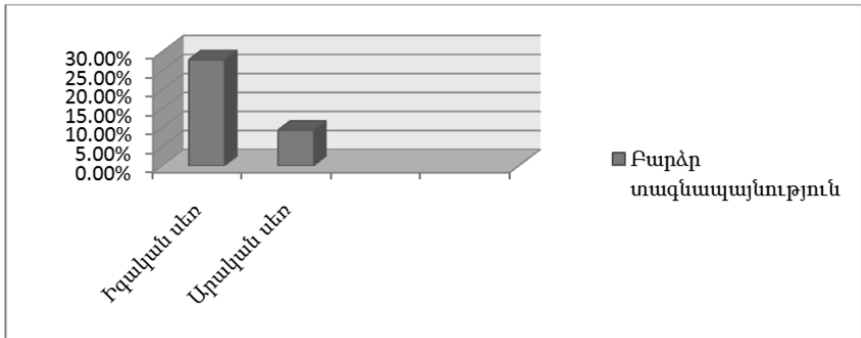
Ուսումնասիրելով ուսանողների տազնապայնության զարգացման մեխանիզմներում միջկիսագնդային գործառական անգուգաչափության պրոֆիլի դերը՝ պարզեցինք, որ տազնապայնության զարգացման մեխանիզմներում ակնհայտ է միջկիսագնդային գործառական անգուգաչափության պրոֆիլի դերը: Տազնապայնությունը բնութագրում է անձի հուզական վիճակը և դրա գեր կամ թեր զարգացումը կարող է հանգեցնել հոգեկան և ֆիզիոլոգիական մի շարք գործընթացների խաթարման:

Ուսումնասիրության արդյունքում պարզ դարձավ, որ ուսանողների մեծամասնության մոտ (հետազոտվողների 54 %-ի մոտ) տազնապայնության միջին մակարդակ է գրանցվել, ինչը փաստում է նրա զարգացման բնականոն ընթացքի մասին: Ուսումնասիրելով հիմնախնդիրը՝ նկատեցինք հետևյալ օրինաչափությունը. առաջին կուրսում բարձր տազնապայնության ցուցանիշը ամենաբարձրն է՝ գրանցվել է հետազոտվողների 43,3 % մոտ, երկրորդ կուրսում այդ ցուցանիշը աստիճանաբար նվազում է՝ 14,3 %, երրորդում գրեթե բացակայում է՝ 7,7 %, իսկ չորրորդ կուրսում նորից բարձրանում է՝ 27,3 %: Առաջին կուրսեցիների մոտ բարձր տազնապայնության մակարդակը բացատրվում է նոր միջավայրում հաղորդակցման և հարմարման դժվարություններով, որոնք կապված են սոցիալական ընկալման և հաղորդակցման հոգեբանական խոչընդոտների հետ: Այդ պատճառների բացահայտումն օգնում է ուսանողներին ճանաչելու դրանք և համագործակցելու միմյանց հետ այնպես, որ առավել հեշտ հարմարվեն շրջապատող միջավայրին, ինչը կնպաստի ուսումնական գործընթացի բարելավմանը: Երկրորդ և երրորդ կուրսերում ուսանողների մոտ տազնապայնության մակարդակը աստիճանաբար նվազում է, քանզի հարմարման մեխանիզմներն արդեն գործարկվել են: Չորրորդ կուրսում տազնապայնության մակարդակը նորից բարձրանում է, ինչը կապված է ավարտական կուրսում առավել մեծ պատասխանատվության առկայությամբ, ինչն իր հերթին պատճառ է հանդիսանում նախաավարտական սթրեսի ձևավորմանը:

Ամենացածր տազնապայնության մակարդակ գրանցվել է «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ» բաժնի ուսանողների մոտ,

կազմելով ցածր տազնապայնությամբ ուսանողների 42 %-ը: Այս փաստը բացատրվում է նրանց մոտ շարժողական բարձր ակտիվությամբ, ինչը հակասաթրեսային թերապիայի, հետևաբար նաև բացասական հույզերից խուսափելու լավագույն միջոցներից մեկն է [4, 282-283]:

Մեռով պայմանավորված տազնապայնության զարգացման մեխանիզմներն ուսումնասիրելիս պարզ դարձավ, որ նրա առավել բարձր մակարդակը դրսևորվում է իզական սեռի ներկայացուցիչների 27,9 %-ի մոտ, ի տարբերություն՝ արական սեռի միայն 9,375 % ներկայացուցիչների մոտ (Նկար 1):



Նկար 1. Տազնապայնության զարգացման սեռային առանձնահատկությունները

Բացահայտել ենք, որ իզական սեռի և բարձր տազնապայնության միջև առկա է ուժեղ արտահայտված ուղիղ կապ՝ $R=0,91$ երբ $P<0,05$: Այս փաստը բացատրվում է իզական սեռի մոտ հուզական ֆոնի ուժեղ արտահայտվածությամբ և նրբազգացությամբ [2, 443] (Աղյուսակ 1):

Աղյուսակ 1. Բարձր տազնապայնության և սեռային առանձնահատկությունների միջև կորելյացիոն կապը

Իզական սեռ	$R = 0,91$ $P < 0,05$
Արական սեռ	$R = 0,12$ $P < 0,05$

Միջկիսագնդային անգուգաչափության պրոֆիլով հետազոտված խմբում գերակշռում էին ձախ կիսագնդի լրիվ գերիշխմամբ (39 %) և ձախ կիսագնդի ոչ լրիվ գերիշխմամբ (35 %) ուսանողները, մինչդեռ աջ կիսագնդի ոչ լրիվ գերիշխմամբ ուսանողները կազմում էին 17 %, աջ կիսագնդի լրիվ գերիշխմամբ հետազոտվողները՝ 4 %, ամբիդեքստերները՝ 5 % (Աղյուսակ 2):

Աղյուսակ 2. Ուսանողների միջկիսագնդային գործառական անզուգաչափության ուսումնասիրության արդյունքները

Ուսումնասիրության մասնակցած ուսանողների ընդ- քանակը	Ձախ կիսագնդի լրիվ դոմինանտում (%-ով)	Աջ կիսագնդի լրիվ դոմինանտում (%-ով)	Ամբի-դեքստերներ (%-ով)	Ձախ կիսագնդի ոչ լրիվ դոմինանտում (%-ով)	Աջ կիսագնդի ոչ լրիվ դոմինանտում (%-ով)
100	39	4	5	35	17

Բացահայտել ենք ուժեղ արտահայտված կապ բարձր տազնապայնության և աջ կիսագնդի լրիվ գերիշխման և ուղիղ կապ աջ կիսագնդի ոչ լրիվ գերիշխման միջև համապատասխանաբար՝ $R=0,857$, երբ $P<0,05$ և $R=0,645$, երբ $P<0,05$: Դա կարելի է բացատրել նրանով, որ աջ կիսագնդային մարդկանց մտածողությունը պատկերավոր է, ինտուիտիվ, հուզական և եռաչափ: Նման մարդիկ հուզական են և էքսպրեսիվ, անմիջական են զգացմունքների արտահայտման մեջ և ընդունակ են նուրբ զգալ: Նրանց ամբողջական ընկալումը հաճախ ներկրում է աշխարհը վատատեսական գույներով, քանի որ աջ կիսագունդը առաջացնում է բացասական հույզեր [3, 461-462]:

Ի հակարդաձում աջ կիսագնդայնության և բարձր տազնապայնության միջև եղած կապի, ձախկիսագնդայնության և բարձր տազնապայնության միջև առկա է հակադարձ կապ՝ $R=-0,463$, երբ $P<0,05$: Սա բացատրվում է նրանով, որ ձախ կիսագունդը ասոցացվում է դրական հույզերի հետ: Նրանք լավատես են և հավասարկշռված [6, 323] (Աղյուսակ 3):

Աղյուսակ 3. Բարձր տազնապայնության և միջկիսագնդային գործառական անզուգաչափության պրոֆիլի միջև կորելյացիոն կապը

	Բարձր տազնապայնություն $M = 46,528$
Աջ կիսագնդի լրիվ դոմինանտում	$R = 0,857$ $P < 0,05$
Ձախ կիսագնդի լրիվ դոմինանտում	$R = -0,463$ $P < 0,05$
Աջ կիսագնդի ոչ լրիվ դոմինանտում	$R = 0,645$ $P < 0,05$
Ձախ կիսագնդի ոչ լրիվ դոմինանտում	$R = 0,239$ $P < 0,05$

Ուսումնասիրության արդյունքների վերլուծությունը թույլ է տալիս կատարել հետևյալ եզրահանգումները:

1. Առաջինից չորրորդ կուրս տազնապայնությունը ուսանողների շրջանում փոփոխվում է հետևյալ օրինաչափությամբ. առաջինից մինչև երրորդ կուրսը նվազում է, իսկ չորրորդ կուրսում նորից բարձրանում է:

2. Բարձր տազնապայնությամբ ուսանողների քանակը ավելի շատ է հումանիտար, քան բնագիտամաթեմատիկական հոսքի ուսանողների մոտ՝ համապատասխանաբար՝ 26 % և 18 %:

3. Բարձր տազնապայնություն բացահայտվել է իգական սեռի 27,9 %, ներկայացուցիչների մոտ, մինչդեռ արական սեռի՝ միայն 9,375 %-ի մոտ:

4. Բարձր տազնապայնությունը հիմնականում գրանցվել է աջ կիսագնդի լրիվ և ոչ լրիվ գերիշխմամբ ուսանողների մոտ:

5. Տազնապայնության առավել ցածր մակարդակ գրանցվել է «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ» բաժնի ուսանողների մոտ:

Բացահայտված օրինաչափությունների հաշվարկումը, անշուշտ, կնպաստի ուսանողների, հատկապես առաջին կուրսեցիների, ուսումնադաստիարակչական գործընթացի կազմակերպման արդյունավետությանը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Աղաբաբյան Հ.Ռ., Առաքելյան Ա.Ն., Հոգեֆիզիոլոգիայի հիմունքներ, (ուս. ձեռնարկ), Երևան, ԵՊՀ հրատ., 2016թ., 124 էջ:
2. Գրիգորյան Վ.Հ., Հոգեֆիզիոլոգիա, 2-րդ վերամշակված հրատարակություն, Երևան, ԵՊՀ հրատ., 2014թ., 464 էջ:
3. Մինասյան Ս.Մ, Ադամյան Ծ.Բ, Մարգարյան Ն.Վ., Մարդու և կենդանիների ֆիզիոլոգիա, Երևան, ԵՊՀ հրատ., 2006թ., 608 էջ:
4. Батуев А.С., Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем. Издание 3-е. Санкт-Петербург: Изд. Питер. 2010. 317 с.
5. Данилова Н.Н., Психофизиология/учебник для вузов-М.: Аспект Пресс, 2012. 368 с.
6. Шульговский В.В., Физиология высшей нервной деятельности с основами нейробиологии. Москва: Изд. Академия. 2003. 464 с.
7. <http://psychologylib.ru/books/item/f00/s00/z0000037/st004.shtml>
8. <http://xn----7sbabkauaucayksiop0b0af4c.xn--p1ai/psychologiya/levoe-i-pravoepolusharie-mozga-mezhpolusharnaya-asimetriya/>
9. <https://www.b17.ru/article/26871/>
10. <http://genderua.narod.ru/test-html/1-18d.htm>

Роль профиля функциональной межполушарной асимметрии в механизмах развития тревожности у студентов

*Киракосян Мери
Мирзаханян Татевик*

Резюме

Ключевые слова: доминантное полушарие, правополушарность, левополушарность, личностная тревожность, ситуативная тревожность, студенческий период

Сознавая важность проблемы высокой тревожности у студентов, мы попытались выяснить роль функциональной межполушарной асимметрии в механизмах развития тревожности. Исследование проводилось среди 100 студентов бакалавриата (1-4 курсов) различных факультетов Ванадзорского государственного университета. У первокурсников по сравнению со студентами других курсов уровень тревожности наивысший – 43,3 % из-за ряда трудностей в общении и адаптации к новой среде. В результате исследования выяснилось, что уровень тревожности у 77,3 % правополушарных исследуемых был высоким, а между тревожностью и функциональной межполушарной асимметрией головного мозга найдена выраженная прямая корреляционная связь – $R=0,857$, при $P<0,05$. Возможно, это связано с тем, что мышление правополушарных людей является образным, интуитивным. Такие люди эмоциональны и экспрессивны. Их восприятие часто окрашено в пессимистические цвета, потому что функции правого полушария в основном связаны с отрицательными эмоциями. Высокий уровень тревожности получен у 27,9 %, представительниц женского пола, что связано с их высоким эмоциональным фоном, в то время как тот же показатель зарегистрирован только у 9,375 % представительниц сильной половины. Самый низкий уровень тревожности (у 42 % исследуемых) был получен у студентов, обучающихся на отделении «Физическая культура и спортивные тренировки», что связано с высокой двигательной активностью, поскольку она является одним из лучших способов антистрессовой терапии.

Таким образом, при организации учебного процесса нужно учитывать индивидуально-типологические особенности студентов, в частности, латерализацию функций головного мозга, поскольку это один из основных механизмов эффективной организации учебного процесса.

The Role of the Profile of Functional Interhemispheric Asymmetry in the Mechanisms of Development of Anxiety among Students

*Kirakosyan Meri
Mirzakhanyan Tatevik*

Summary

Key words: *dominant hemisphere, right-brain, left-brain, personal anxiety, situational anxiety, student years*

Realizing the importance of the problem of high anxiety among students, we tried to clarify the role of functional interhemispheric asymmetry in the mechanisms of the development of anxiety. The research was carried out among the first to four-year 100 students from different faculties of Vanadzor State University. Due to a number of difficulties in communication and adaptation in the new environment, first-year students have the highest level of anxiety – 43.3 %. The results from the study indicate that the level of anxiety of 77.3 % of right-brain students is high. A strong direct correlation was found between anxiety and functional interhemispheric asymmetry of the brain – $R = 0.857$, when $P < 0.05$. Perhaps this is because the mentality of the right-brain people is imaginative and intuitive. Such people are quite emotional. They see the world through pessimistic lenses, because the functions of the right hemisphere are mainly associated with negative emotions. The level of anxiety is higher among female representatives – 27.9 % because of their high emotional atmosphere. The lowest level of anxiety is among the students of the Department of Physical Education and Sport. 42% of these students experience low level of anxiety due to high physical activity as the best way of anti-stress therapy. Thus, when organizing the educational process, it is necessary to take into account the individual typological characteristics of students, in particular, the lateralization of brain functions, since this is one of the main factors in the proper organization of the educational process.