

ИЗУЧЕНИЕ СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Казакова Анна Валерьевна

магистрант, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, РФ, г. Челябинск

STUDYING THE SITUATIONAL ANXIETY OF COLLEGE STUDENTS IN PREPARATION FOR THE STATE FINAL CERTIFICATION

Anna Kazakova

Graduate student of the faculty of psychology, South Ural State Humanitarian and Pedagogical University, Russia, Chelyabinsk

Аннотация. В статье на основании анализа теоретических концепций и опытно-экспериментальных данных обнаружено, что у студентов выпускного курса колледжа возникает ситуативная тревожность, которая проявляется в нежелании посещать занятия, агрессивности, рассеянности. Результаты исследования по выбранным методикам представлены в виде диаграмм.

Abstract. Based on the analysis of theoretical concepts and experimental data, the article found that graduate college students have situational anxiety, which manifests itself in reluctance to attend classes, aggressiveness, distraction. The results of the study on the selected methods are presented in the form of diagrams.

Ключевые слова: ситуативная тревожность; колледж; студенты.

Keywords: situational anxiety; college; students.

Изучение ситуативной тревожности при подготовке к ГИА студентов колледжа является одной из актуальных проблем современной психологии. Решению проблем ситуативной тревожности посвящены труды многих авторов: Д. Бернса, А.Н. Голубева, А.С. Игонина, Р. Мэй, Е.В. Новиковой, Ч.Д. Спилбергера, Б. Филипса и других. Ученые исследовали структуру тревожности, виды, а также причины ее возникновения. Однако мало исследованной осталась проблема изучения ситуативной тревожности студентов колледжа при подготовке к государственной итоговой аттестации. Ситуативная тревожность приводит к трудностям в обучении и общении, снижению работоспособности, поэтому она занимает особое место в ряду негативных переживаний студента выпускного курса.

Любой экзамен, защита курсового или дипломного проекта являются стрессовой ситуацией. Для того чтобы реализовать свои возможности, показать знания, студент должен конструктивно подходить к процедуре итоговой аттестации и уметь справиться с волнением.

Знание своих особенностей и возможность их учитывать при подготовке к ГИА позволяют более качественно подготовиться. Создание комфортной среды при подготовке к ГИА имеет большое значение, поэтому выбрана тема исследования «Изучение ситуативной тревожности студентов колледжа при подготовке к ГИА».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить уровень ситуативной тревожности студентов колледжа при подготовке к ГИА.

Объект исследования: ситуативная тревожность.

Предмет исследования: ситуативная тревожность студентов колледжа при подготовке к ГИА.

Гипотеза исследования: предположим, что преобладает высокий уровень ситуативной тревожности студентов колледжа при подготовке к ГИА.

Задачи исследования:

1. Проанализировать понятие «ситуативная тревожность» в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить возрастные особенности проявления ситуативной тревожности у студентов колледжа при подготовке к ГИА.
3. Определить этапы, методы и методики исследования.
4. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.
5. Разработать психологические рекомендации для студентов и преподавателей по коррекции ситуативной тревожности студентов при подготовке к ГИА.

Методы **исследования**, применяемые мной для решения поставленных задач:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, тестирование по следующим **методикам**:
 - методика «Шкала тревожности» О. Кондаша;
 - методика оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина;
 - методика «Шкала самооценки тревоги» Шихана.

База исследования: ГБПОУ Южно-Уральский многопрофильный колледж, студенты четвертого курса специальности «Техническая эксплуатация гидравлических машин, гидроприводов и гидропневмоавтоматики» в количестве 19 человек.

Типичные причины тревожности у студентов колледжа:

1. Хроническая неуспеваемость.
2. Неуспешность во взаимоотношениях с преподавателями и сверстниками.
3. Столкновение с ситуацией итоговых экзаменов, защитой дипломной работы.
4. Переживание ответственности выбора, подкрепляемое советами родителей и преподавателей.
5. Резкое повышение учебных нагрузок, связанное с подготовкой к государственной итоговой аттестации [1, с. 162].

У студентов тревожность становится устойчивым личностным образованием, может опосредовать резкое снижение эффективности учебной деятельности в ситуации проверки знаний.

Типичные проявления тревожности у студентов выпускного курса при подготовке к ГИА:

1. Ухудшение соматического здоровья.

2. Нежелание ходить в колледж.
3. Раздражительность и агрессивность.
4. Рассеянность, снижение внимания на занятии.
5. Потеря контроля над телом в стрессовой ситуации (дрожь в коленях, бледность, тошнота).
6. Проявление негативизма и демонстрационные реакции.
7. Избегание вопросов, связанных с будущим, проявление показательного равнодушия.
8. Излишняя старательность при подготовке к ГИА или полный отказ от подготовки [5].

Личности, относящиеся к категории высоко тревожных, склонны видеть в широком диапазоне ситуаций угрозу для их самооценки и жизнедеятельности. На такие ситуации они реагируют выраженным состоянием напряженности. На физиологическом уровне реакции тревоги могут проявляться в: усилении сердцебиения, учащении дыхания, увеличении минутного объема циркуляции крови, возрастании общей возбудимости, снижении порога чувствительности [4, с. 86].

Эмпирическое исследование проводилось на базе ГБПОУ Южно-Уральский многопрофильный колледж. В исследовании приняли участие 19 студентов четвертого (выпускного) курса специальности «Техническая эксплуатация гидравлических машин, гидроприводов и гидропневмоавтоматики». Возраст студентов — 19–20 лет. Все испытуемые — юноши, что объясняется направленностью обучения. 3 из 19 воспитываются в неполной семье. У группы средние показатели в учебе. Сплоченность коллектива — на среднем уровне. К выполнению своих обязанностей относятся с большой долей ответственности. Посещают внеклассные мероприятия, спартакиады, субботники. В течение всего обучения в колледже многие из студентов участвовали в проектных работах, олимпиадах и конференциях, есть и победители всероссийских олимпиад. Есть среди них и те, кто стоял на учете в отделе по делам несовершеннолетних. При интерпретации тестирования по методике О. Кондаша были получены следующие результаты, представленные на рис. 1 [3].

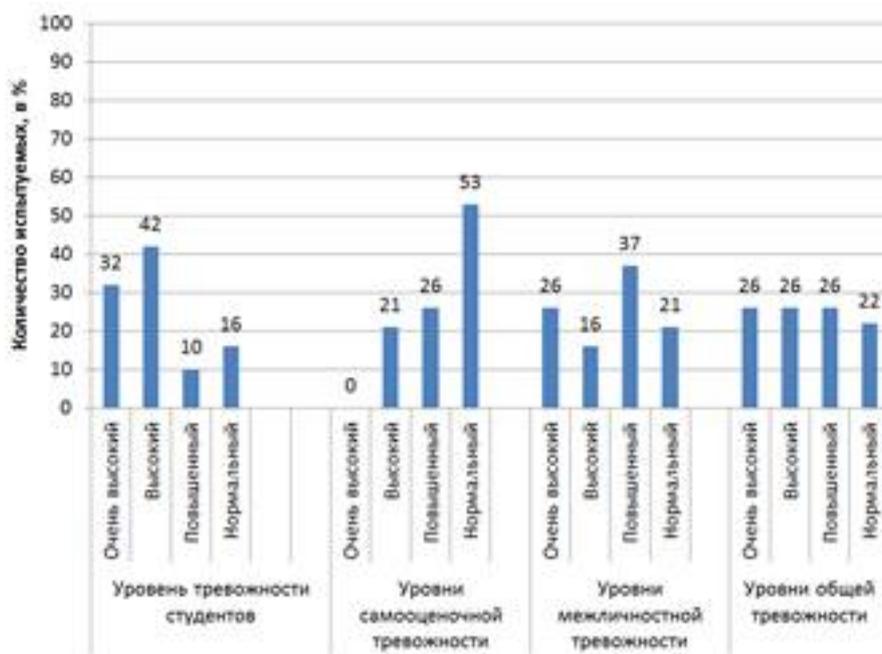


Рисунок 1. Результаты исследования ситуативной тревожности по методике О. Кондаша

Проведенный анализ исследования по методике О. Кондаша показывает, что по шкале тревожности у 32% (6 человек) очень высокий уровень тревожности, так как учащиеся не понимают объяснений преподавателя, не успевают за ним усваивать материал, боятся

переспросить непонятные моменты у преподавателя, не могут справиться с домашним заданием, у студентов постоянно потеют ладони.

Высокий уровень тревожности — у 42% (8 человек): студентам снятся кошмары, связанные с учебой, нет желания посещать колледж, негативное отношение к учителям и сверстникам.

Повышенный уровень тревожности выявлен у 10% (2 человека). Эти студенты боятся отвечать у доски, испытывают страх сделать ошибку и выглядеть глупо в глазах преподавателя и всей группы.

Нормальный уровень тревожности — у 16% (3 человека): студенты практически не испытывают никаких затруднений, спокойно чувствуют себя у доски, уверены в своих ответах и не боятся совершить ошибку, как правило, хорошего мнения о преподавателе, активно участвуют в жизни группы и колледжа, хорошо справляются с домашним заданием.

По шкале самооценочной тревожности 21% (4 человека) имеет высокий уровень: студенты испытывают волнение, когда оценивается их работа.

Повышенный уровень самооценочной тревожности — у 26% (5 человек): такие студенты боятся участвовать в конкурсах и соревнованиях, потому что имеют страх быть отвергнутыми. Избегают коллективных мероприятий и не любят быть в центре внимания.

Нормальный уровень самооценочной тревожности — у 53% (10 человек). Студенты практически не испытывают никаких затруднений. По шкале межличностной тревожности у 26% (5 человек) очень высокий уровень тревожности, так как на таких студентов не обращают внимания в группе и игнорируют их, когда испытуемые подходят к одноклассникам, сложные взаимоотношения с преподавателями. Высокий уровень тревожности — у 16% (3 человека): студенты испытывают трудности в общении со сверстниками и преподавателями, им сложно переспросить преподавателя, если не поняли материал. Повышенный уровень межличностной тревожности — у 37% (7 человек): такие студенты испытывают трудности в принятии решений, таким студентам сложно совершить действие выбора.

Нормальный уровень — у 21% (4 человека): студенты практически не испытывают никаких затруднений в межличностном общении.

Результаты исследования общей тревожности по методике О. Кондаша представлены на рис. 1.

По шкале общей тревожности у 26% (5 человек) очень высокий уровень тревожности и 26% (5 человек) высокий уровень, потому что эти исследуемые испытывают самый высокий уровень тревоги по всем видам шкал.

Интерпретируя результаты тестирования по методике Ч.Д. Спилбергера — Ю.Л. Ханина были получены следующие результаты [2].

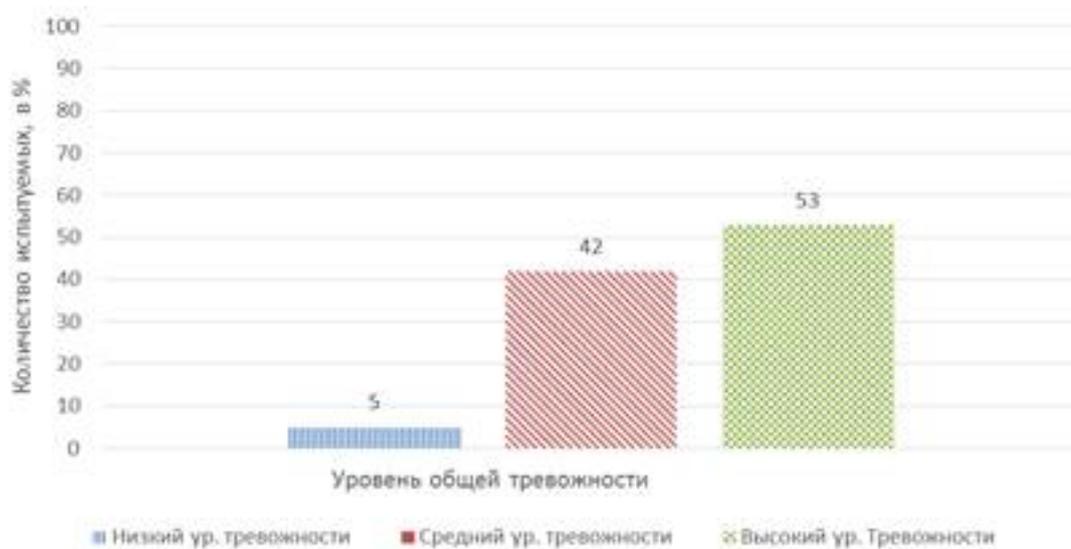


Рисунок 2. Результаты исследования по методике Ч.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина

В результате проведенного анализа исследования по методике Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина были получены следующие результаты.

Низкий уровень тревожности — у 5% (1 человек). Низкая тревожность характеризует состояние как депрессивное, неактивное, с низким уровнем мотиваций. Средний уровень тревожности — у 42% (8 человек), у каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности — это так называемая полезная тревожность. Высокий уровень тревожности — у 53% (10 человек), личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать на них выраженным состоянием тревожности.

Результаты диагностики по методике «Шкала самооценки тревоги» (Д.В. Шихана) представлены на рис. 3 [2].

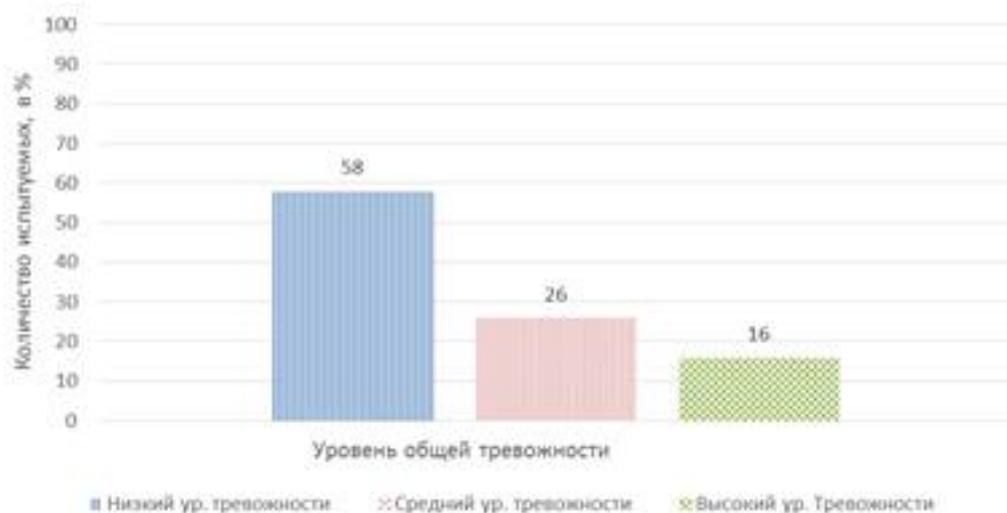


Рисунок 3. Результаты диагностики по методике «Шкала самооценки тревоги» (Д.В. Шихана)

Высокий уровень тревожности выявлен у 16% (3 человека) испытуемых.

Эти студенты замкнуты, малообщительны, постоянно ожидающие неудачу, не могут чувствовать себя уверенно в определенных ситуациях и организовывать продуктивные и качественные взаимодействия. Средний уровень тревожности составляет 26% (5 человек). Таким студентам свойственна заниженная самооценка, они не верят в себя и в свои силы и чувствуют себя одинокими в этом мире, закрываются в себе. Низкий уровень тревожности показали 58% (11 человек) испытуемых. Для них требуется пробуждение заинтересованности, пробуждение чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Результаты исследования ситуативной тревожности по трем методикам показали, что высокий уровень тревожности — у 47% (9 человек), 53% (10 человек) обладают средним уровнем тревожности, низкий уровень тревожности не выявлен. Таким образом, гипотеза исследования подтвердилась.

Список литературы:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: в 2 т. Т. 1 : учебник и практикум для академического бакалавриата. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Юрайт, 2015. — 397 с. — Серия: Авторский учебник.
2. Аракелов Н.Е., Лысенко Е.Е. Психофизиологический метод оценки тревожности // Психологический журнал. — 2014. — № 2. — С. 34-38.
3. Гарусев А.В. Основные методы сбора данных в психологии : учеб. пособие / А.В. Гарусев, Е.М. Дубовская, В.Е. Дубровский. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8872.html>. — ЭБС «IPRbooks». — М. : Аспект Пресс, 2012. — 158 с.
4. Долгова В.И. Формирование эмоциональной устойчивости личности. — СПб. : РГПУ им. А.И. Герцена, 2002. — 167 с.
5. Мэй Р. Смысл тревоги / пер. с англ.: М.И. Завалова, А.Ю. Сибурин. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://psylib.org.ua/books/meyro02/index.htm>. (дата обращения: 05.09.2019).