

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ РЕАКТИВНОЙ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ПЕРВОКУРСНИКОВ

Иванова Анастасия Александровна

магистрант, Самарский государственный социально-педагогический университет, РФ, г. Самара

Архипова Ирина Владимировна

научный руководитель, канд. психол. наук, доцент, Самарский государственный социально-педагогический университет, РФ, г. Самара

Аннотация. В данной статье описаны особенности реактивной и личностной тревожности, представлены результаты исследования, посвященные тревожности первокурсников 2019г. Самарского государственного социально-педагогического университета, а также дан сравнительный анализ уровней реактивной и личностной тревожности между собой.

Ключевые слова: тревожность, личностная тревожность, реактивная тревожность, адаптация, первокурсники.

В настоящее время, эмоциональная сфера первокурсников является предметом изучения многих направлений в психологии. Как одно из фундаментальных свойств человеческой психики, наши эмоции являются одним из ключевых компонентов в структуре личности, включаясь буквально во все её сферы и участвуя в регуляции её деятельности. Эмоциональные характеристики в значимой степени обуславливают характер взаимоотношений человека с окружающей его средой. Исследование эмоциональной сферы, обеспечивающей внутреннюю регуляцию, немаловажно, так как именно эмоциональная вовлеченность первокурсников оказывает непосредственное влияние на их дальнейшую учебную деятельность.

В психологической литературе, фигурируют различные определения понятия тревожности, однако большая часть ученых имеют схожесть в признании необходимости рассматривать данное понятие дифференцированно, то есть и как ситуативное проявление, и как личностную характеристику с учетом особенностей переходного состояния и его динамики [1, с. 106].

В данной статье представлены результаты исследования, посвященные тревожности первокурсников 2019 СГСПУ, сравнительный анализ уровней реактивной и личностной тревожности между собой. Данная проблематика является актуальной, так как именно первокурсники проходят период адаптации к новым условиям и сталкиваются с множеством трудностей, которые могут спровоцировать повышение уровня тревожности, что в свою очередь может сказаться на дальнейшей успеваемости студента-первокурсника, на его взаимоотношениях с окружающими. Реактивная, или ситуативная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью в определенный момент. Частое переживание реактивной тревоги может перейти в личностную.

Экспериментальная работа проводилась на базе Самарского государственного социально-педагогического университета со студентами, обучающимися на первых курсах. Общее число

респондентов составляло 30 человек. Возраст испытуемых 18-19 лет.

Эмпирическая часть исследования проводилась в четыре этапа.

1 этап - подготовительный.

На этом этапе был отобран апробированный стандартизированный методический инструментарий, а также установлен контакт с испытуемыми.

2 этап - диагностический.

На этом этапе происходило изучение уровня тревожности первокурсников.

3 этап - аналитический

На этом этапе был проведен количественный и качественный анализ результатов, полученных в ходе 2 этапа, устанавливалась взаимосвязь уровня тревожности и отклоняющего поведения студентов.

4 этап - обобщающий. На основе полученных данных были сформулированы практические рекомендации для педагогов и родителей по проблеме тревожности студентов-первокурсников.

В ходе нашего исследования мы опросили 30 первокурсников 2019 года, выявили уровень их ситуационной (реактивной) и личностной тревожности и предполагаемые причины возникновения.

На диагностическом этапе исследования для выявления уровня тревожности первокурсников была использована методика «Тест Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI)». В результате диагностирования были получены следующие результаты (см. рис. 1, рис.2):



Рисунок 1. Уровень реактивной тревожности

Согласно полученным данным (из рис.1), среди выборки студентов-первокурсников более половины респондентов (52 %), что составляет 16 студентов характеризуются умеренным уровнем реактивной тревожности. Данный уровень тревожности считается наиболее адаптивным, способствующим достижению высоких результатов. К психологическим особенностям студентов со средним «допустимым» уровнем можно отнести: адекватную реакцию на критику, замечания; достаточно развитую рефлексивность; высокую активность; исполнительность; адекватную самооценку [3, с. 69].

У 13 - ти опрошенных (44%) была выявлена высокая степень РТ. Высокий уровень реактивной тревожности объясняется большими эмоциональными и психологическими нагрузками на момент проведения исследования. Для студентов имеющих высокий уровень реактивной тревожности характерен нестабильный эмоциональный фон, высокая сензитивность; повешенная чувствительность к мнению окружающих и критике по поводу своих способностей и внешности, у них высокая потребность в одобрении.

Только у 1-го испытуемого (4%) был выявлен низкий уровень РТ. Данный студент может иметь такие поведенческие характеристики как: слабую мотивированность в данный момент на учебную деятельность и на участие в проводимом исследовании; заниженный эмоциональный фон; неадекватную самооценку; низкую работоспособность.

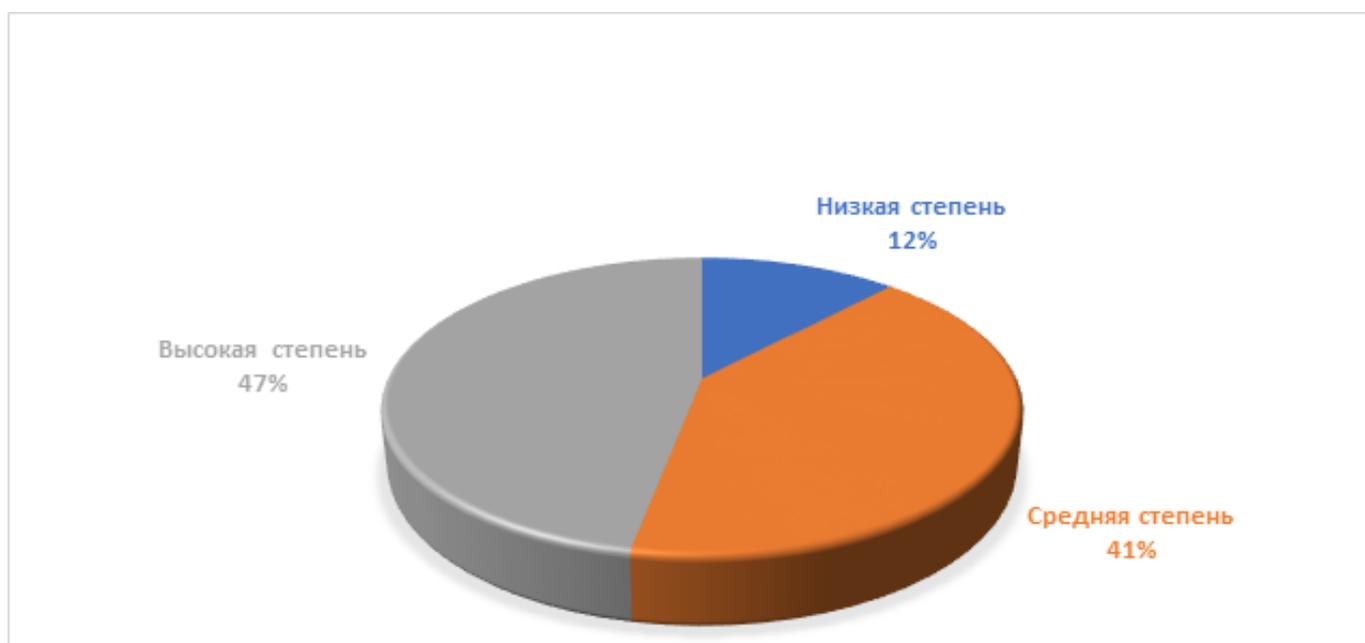


Рисунок 2. Уровень личностной тревожности

Говоря о личностной тревожности студентов (рис.2), большая часть испытуемых (47%), что составляет 14 человек, имеет высокую степень тревожности, что может свидетельствовать нам о недостаточной эмоциональной приспособленности к тем иным социальным ситуациям, процесс адаптации для этих студентов прошел не очень успешно. К психологическим особенностям студентов с высоким уровнем личностной тревожности относиться эмоциональная дестабилизация.

Студентам с преобладанием высокой личностной тревожности рекомендуется снижение субъективной значимости ситуаций, перенос акцента на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе. Очень высокая личностная тревожность может свидетельствовать о наличии невротического конфликта, который при неблагоприятных условиях способен спровоцировать эмоциональные срывы и даже психосоматические заболевания [2, с. 128].

Тревожные студенты, как правило, не пользуются всеобщим признанием в группе, однако и не оказываются в изоляции, они чаще всего входят в число наименее популярных, так как очень часто неуверенные в себе, замкнутые, малообщительные, или же напротив, сверхобщительные, назойливые, агрессивные или озлобленные [1, с. 37-39].

12 опрошенных (41%) имеют средний (умеренный) уровень личностной тревожности. Это позволяет охарактеризовать их как способных к адекватному восприятию стимулов внешней среды, что является условием эффективной деятельности; и лишь 4 студента (12%) имеют низкий уровень личностной тревожности, что позволяет сделать вывод о слабо развитой ответственности и низкой заинтересованности в результатах решения различных жизненных задач.

Таким образом, если брать за основу полученные данные, сравнив показатели двух видов тревожности студентов-первокурсников, можно сделать вывод, что уровень реактивной и уровень личностной тревожности данной выборки почти одинаковый (44% и 47%).

Список литературы:

1. Зимняя, И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов / И. А. Зимняя. — М.: Изд-во «Логос», 1999. — 384 с.
2. Немов Р.С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. Кн. 1 Общие основы психологии: 2-е изд. — М.: ВЛАДОС, 1995. — 576 с.
3. Прихожан, А.М. Формы и "маски" тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности / А.М. Прихожан // Тревога и тревожность / Сост. В.М. Астапов. — СПб.: Питер, 2001. — С.143 - 156.