

Хохліна О.П. Дослідження тривожності студентів впродовж навчання у вищому навчальному закладі / Ельшокрі Я.О., Хохліна О.П. // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» - Додаток 3 до вип. 31: Тематичний випуск «Проблеми емпіричних досліджень у психології». – К.: Гнозис, 2014. – С.85-88.

УДК: 152.3

**ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ ВПРОДОВЖ
НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

Ельшокрі Яніна Олександрівна,
студентка 4 курсу Національної академії
внутрішніх справ;

Хохліна Олена Петрівна, професор
кафедри психології та педагогіки
Національної академії внутрішніх справ,
доктор психологічних наук, професор

Одним із важливих завдань системи сучасної освіти в Україні є формування професійно компетентної й психологічно здорової особистості. Сучасність студентства характеризується поєднанням напруженої розумової діяльності, різноманітністю переживань ситуацій у навчанні, складністю зростання, що, в свою чергу, накладається на соціально-економічні та політичні суспільні перетворення. Все це може зумовлювати підвищення тривожності молоді. Такі ж відчуття не сприяють формуванню гармонійної особистості [3, с. 532].

Розкриваючи суть тривожності, слід зазначити, що в сучасній психології вихідним для цього є поняття тривоги, під яким розуміють емоційний стан занепокоєння, що виникає у людини в ситуації невизначеної небезпеки, яка представляє для неї фізичну або психологічну загрозу, очікування несприятливого розвитку подій [2]. Такий стан уможливорює адаптацію людини до змін у навколишніх умовах. Однак високий рівень тривоги розглядається як той, що є неадекватним до ситуації й призводить до втрати людиною контролю над своєю поведінкою. Тривожність же, у свою чергу, характеризується як індивідуальна психологічна особливість, що проявляється в схильності людини часто переживати сильну тривогу з незначних приводів. Вона характеризується низьким порогом виникнення і має негативне емоційне забарвлення. В цьому

випадку тривога реально може відповідати або ж не відповідати ступеню небезпеки, бути їй адекватною чи ні [1; 2; 5]. При цьому варто відмітити, що певний рівень тривожності – це природна й обов'язкова особливість діючої особистості. У кожної людини існує свій оптимальний рівень тривожності (корисна тривожність), який забезпечує надійне, стабільне та якісне виконання діяльності з досягненням реально досяжних для людини результатів. Дуже високий рівень тривожності, як і дуже низький, називається дезадаптивною реакцією, яка проявляється в загальній дезорганізованості поведінки й діяльності людини [4]. Загалом у психолого-педагогічній теорії та практиці тривожність розглядається як один з найважливіших показників дезадаптованості людини.

У психології розрізняють ситуативну і особистісну тривожність. Ситуативна тривожність – це зазвичай тимчасовий стан, що виникає як реакція людини на різні, найчастіше соціально-психологічні стресори. Рівень же особистісної тривожності характеризує минулий досвід індивіда. Вона може розглядатися як особистісна риса, що проявляється в постійній схильності до переживань тривоги у всіляких життєвих ситуаціях, у тому числі й таких, які об'єктивно є незначущими. Така тривожність відбивається на негативному відношенні людини до будь-яких життєвих ситуацій, постійно вбачаючи в них небезпеку [1; 5].

Розглядаючи тривожність саме у студентів, варто зазначити, що умови їх зростання на різних етапах навчання у ВНЗ мають певні особливості. Так, на першому курсі нещодавно абітурієнти адаптуються до нових умов студентської життєдіяльності. На завершальному етапі навчання у студентів формуються установки на майбутню сферу діяльності, відбувається вибір подальшого «життєвого шляху», що в свою чергу, також є ситуацією тривожною, оскільки цей крок є досить відповідальним [3]. Постає питання щодо визначення того, на якому з етапів студентського життя юнаки мають вищий рівень тривожності. Для з'ясування цього питання нами й було проведене емпіричне дослідження, у якому взяли участь 18 студентів першого курсу й 16 студентів четвертого курсу

Національної академії внутрішніх справ, що навчаються за спеціальністю «психологія», віком від 17 до 22 років. У результаті дослідження за допомогою використання стандартизованої психологічної методики «Шкала оцінки рівня реактивної й особистісної тривожності» Ч. Спілбергера в обробці Ю.Л. Ханіна були отримані дані щодо рівня тривожності у студентів, які наведені у таблиці.

Таблиця 1.

Дані про особистісну та ситуативну тривожність студентів

Рівень тривожності	Показники тривожності студентів 1-го курсу				Показники тривожності студентів 4-го курсу			
	Ситуативна тривожність		Особистісна тривожність		Ситуативна тривожність		Особистісна тривожність	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Високий	6	33,3	3	18,75	3	18,75	3	18,75
Середній	8	44,4	10	62,5	10	62,5	5	31,25
Низький	4	22,3	3	18,75	3	18,75	8	50

Табличні дані свідчать, що у студентів першого курсу переважає середній рівень прояву як ситуативної (44,4%), так і особистісної тривожності (62,5%). При цьому середній рівень особистісної тривожності представлений у більшій кількості студентів, а ніж ситуативної. Дані також показують, що у першокурсників високий рівень ситуативної тривожності переважає над особистісною. Дані студентів четвертого курсу, порівняно з даними студентів-першокурсниками, показали їх певну динаміку. Вони свідчать, що переважаючим у студентів четвертого курсу щодо ситуативної тривожності залишається (але набуває більших кількісних значень (62,5% проти 44,4%)) середній рівень, тоді як щодо особистісної тривожності для половини досліджуваних таким стає низький рівень. У цілому ж рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності у студентів-випускників знижується, тобто вони стають більш адаптованими. Прояв же у більшості середнього рівня ситуативної тривожності є досить передбачуваним явищем, оскільки є реакцією на очікування природних для випускника проблем, пов'язаних із завершенням процесу навчання, державною атестацією навчальних досягнень та ще недостатньо визначеними для більшості перспективами подальшого

професійного шляху. Дані ж щодо зниження у студентів рівня особистісної тривожності вказують на позитивну тенденцію щодо успішності соціалізації молодого покоління на шляху його професійного становлення.

Таким чином, проведені дослідження показали, що молодь, яка приходить навчатися у ВНЗ, має досить виразний рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності, який у процесі навчання починає падати. Особливо помітних змін у зазначеному напрямку набуває особистісна тривожність студентів, що свідчить про сприятливі умови їх особистісного становлення у процесі навчання. Наявність же у студентів переважаючого середнього рівня ситуативної тривожності може розглядатися тим оптимальним рівнем тривожності (корисної тривожності), який забезпечить якісне виконання ними діяльності з досягненням реально доступних результатів. Однак, виявлення у конкретної особи високого рівня тривожності потребує щодо неї спеціальної корекційно-виховної роботи, яка сприяла б її адаптації та успішному особистісному зростанню.

Список використаних джерел

1. Астапов В.М. Тревога и тревожность / Астапов В.М. - СПб., 2001.- 254 с.
2. Имедадзе И.В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте / Имедадзе И.В. // Психологическое исследование. - Тбилиси, 1966. – С.24-29.
3. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст]: Учеб. для студ. Вузов / В. С. Мухина. – М.: Академия, 2002. - 456 с.
4. Немов Р.С. Психология. Кн. 2 / Немов Р.С. - М.: Просвещение Владос, 1995. – 472 с.
5. Хорни К. [Текст]: Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. - 224 с.

В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования проблемы. Изучалась ситуативная и личностная тревожность современных студентов как показатель их дезадаптированности. Выявлена определенная ее динамика на продолжении обучения в ВУЗе. Эмпирично доказано снижение уровня их тревожности и особенно – личностного ее вида. Наличие среднего уровня ситуативной тревожности на начальном и завершальном этапе обучения

рассматривается как условие успешной жизнедеятельности студента.

Ключевые слова: адаптация студента, тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность.

У статті наведені результати теоретико-емпіричного дослідження. Вивчалася ситуативна та особистісна тривожність сучасних студентів як показник їхньої дезадаптованості. Виявлена певна її динаміка впродовж навчання у ВНЗ. Емпірично доведено зниження рівня їх тривожності та особливо – її особистісного виду. Наявність середнього рівня ситуативної тривожності розглядається як умова успішної життєдіяльності студента.

Ключові слова: адаптація студента, тривожність, ситуативна тривожність, особистісна тривожність