

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У СТУДЕНТОВ 1-ГО КУРСА НА ПРИМЕРЕ ВОРОНЕЖСКОГО ГАУ

Редкокашина М.В., студент 4 курса экономического факультета
Научный руководитель - Запорожцев Е.В., к. пед. наук, доцент
кафедры физического воспитания
ФГБОУ ВО Воронежский ГАУ

Ключевые слова: первокурсник, психологическая тревожность, адаптация.

Проведена оценка уровня психологической тревожности у студентов первого курса в первые месяцы пребывания в Университете

Важной характеристикой здоровья человека является его психологическое состояние. Психологическое состояние личности не является стабильным в течение жизни, так как оно зависит от многих внешних и внутренних факторов. Характерными признаками проявления психологического состояния является: уровень концентрации, внимания, усвояемости информации. При этом тревожность, на наш взгляд, является одним из основных факторов, оказывающих отрицательное влияние на психологическое состояние личности и мотивацию обучающихся. Этим объясняется актуальность нашего исследования.

Выбор в качестве базы исследования студентов первого курса объясняется тем, что проблема тревожности обучающихся начальных курсов ВУЗов является в настоящее время одной из фундаментальных в психологии. Это связано с психологическими особенностями возраста, еще не устоявшейся психикой студентов, в результате чего они не всегда адекватно реагируют на изменения, происходящие в окружающем мире.

Сведения, которые получены с помощью психодиагностики, необходимы для педагогов и медицинских работников, дающих соответствующие рекомендации обучающегося по осуществлению необходимых реабилитационных мероприятий и дальнейшему преодолению

психологических барьеров в общении с таким студентом, особенно в первый год обучения в вузе. Также, считаем целесообразным применение медико-педагогического контроля за динамикой психического состояния первокурсников имеющих заболевания сердечно-сосудистой системы, в ходе проведения занятий физическими упражнениями и проверки эффективности влияния данных мероприятий.[2].

Данный вывод был получен на основе анализа результатов исследований, проведенных Л.А. Бурнес, Н.В. Бледных [1]. Согласно проведенным исследованиям, на основе теста «Исследование тревожности» по методике опросника Спилберга, у студентов начального этапа обучения достаточно высокий уровень как ситуативной тревожности (60%), так и личностной (50% из 100%).

Ситуативная тревожность, таким образом, находится на более высоком уровне по сравнению с личностной. Она вызвана объективными условиями - высокая вероятность неблагополучия и провалов при сдаче зачетов, экзаменов. В таких условиях возможна как положительная, так и отрицательная реакция студентов. Положительная реакция на неопределенность проявляется в более тщательной подготовке к оценочным процедурам, мобилизации резервов организма для преодоления трудностей. Такая реакция формируется при умеренном уровне тревожности.

Обратная ситуация наблюдается при высоком уровне тревожности. Характерными ее проявлениями является формирование безразличия и безответственного отношения студентов к поставленным целям, снижение активности на занятиях и в общественной жизни, смущение и скованность при ответах на занятиях, низкий уровень общения между студентами. Последствиями высокого уровня тревожности у студентов являются низкая успеваемость, а также психосоматические заболевания.

Таким образом, сама по себе тревожность является нормальным состоянием студентов, обусловленным различными психологическими и социальными факторами, угроза разрушения личности формируется при критически высоком уровне напряженности у студентов.

Цель исследования состоит в оценке уровня тревожности у студентов первого курса высшего учебного заведения.

Объектом исследования являются адаптационные процессы у

студентов первого курса.

Гипотеза:

1. Для студентов характерен высокий уровень тревожности на этапе адаптации (первый курс);

2. Высокий уровень тревожности отрицательно сказывается на эмоциональном и личностном развитии студентов, обучаемости и мотивации к учебе.

Исследование проводилось в январе 2022 г. на базе Воронежского государственного аграрного университета им. Петра I со студентами 1 курса экономического факультета, очной формы обучения в количестве 25 человек, средний возраст опрошиваемых - 18 лет.

Оценка уровня тревожности у студентов проводилась на основе экспертного метода посредством анкетирования по методике Ч.Д. Спилберга. За основу аналитического инструментария в данной методике был взят тест Филипса, который относится к стандартным психодиагностическим методам. Он позволяет оценить не только уровень тревожности студентов, но и выявить источники тревожности.

В процессе исследования респонденты должны были ответить на 58 вопросов. Затем ответы были обработаны и преобразованы в характеристику состояния 8 содержательных (количественных) факторов тревожности:

1. Общая тревожность - общее состояние студента, которое связано с различными формами включения в студенческую жизнь;

2. Переживание социального стресса - эмоциональное состояние первокурсника, на фоне которого развиваются его социальные контакты с коллективом;

3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психологический фон, который не позволяет обучающемуся достигать высоких результатов в учебе;

4. Страх самовыражения - эмоциональные переживания, обусловленные необходимостью демонстрации своих интеллектуальных возможностей окружающим людям;

5. Страх перед проверкой знаний - формирование тревоги в ситуации прохождения оценочных мероприятий, при оценке поступков и поведения со стороны преподавателей, вероятность получения неодобрения и низких показателей оценки;

6. Страх несоответствия ожидания окружающих - ориентация на превосходство других студентов по поступкам или результатам, вероятность получения неодобрения;

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психики, которые снижают способность студента к адаптации, вероятность неадекватного деструктивного реагирования на факторы стресса;

8. Проблема и страхи в отношениях с преподавательским коллективом - общий эмоциональный фон отношений студента с преподавателями, который снижает уровень достижения целей студентов в учебе.

Представим результаты проведенного исследования в виде таблицы 1.

Таблица 1 – Распределение ответов респондентов об уровне тревожности у студентов 1 курса ВГАУ им. Петра I

№	Факторы тревожности студентов	Уровень тревоги						Итого	
		Нормальный (менее 50%)		Повышенный (50-70%)		Высокий (более 70%)			
		ответы		ответы		ответы		чел.	%
		чел.	%	чел.	%	чел.	%		
1	Общая тревожность	13	52,0	10	40,0	2	8,0	25	100,0
2	Переживание социального стресса	20	80,0	5	20,0	0	0,0	25	100,0
3	Фрустрация потребности в достижении успеха	12	48,0	11	44,0	2	8,0	25	100,0
4	Страх самовыражения	10	40,0	10	40,0	5	20,0	25	100,0
5	Страх перед проверкой знаний	8	32,0	16	64,0	1	4,0	25	100,0
6	Страх несоответствия ожидания окружающих	12	48,0	10	40,0	3	12,0	25	100,0
7	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	13	52,0	11	44,0	1	4,0	25	100,0
8	Проблема и страхи в отношениях с преподавательским коллективом	13	52,0	10	40,0	2	8,0	25	100,0
Итого		13	50,5	10	41,5	2	8,0	25	100,0

Как видно из таблицы 1, 50,5% респондентов имеют нормальный уровень тревожности, 41,5% - средний уровень и только 8% - высокий уровень тревожности. Высокий уровень тревожности был выявлен у двух студентов первого курса экономического факультета ВГАУ им. Петра I. Основными факторами тревожности у студентов являются страх самовыражения и страх несоответствия ожидания окружающих. На среднем уровне тревожность выявлена у 10 опрошенных. При этом как свидетельствуют результаты исследования, наиболее распространенным фактором тревожности у этих студентов являются страх перед проверкой знаний.

Более наглядно результаты оценки уровня тревожности у студентов отражает диаграмма на рисунке 1.

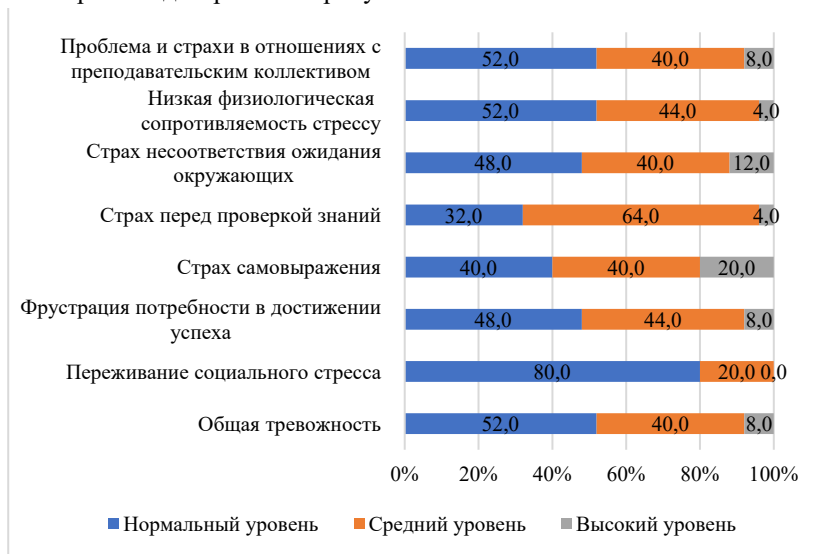


Рис. 1 - Результаты оценки уровня тревожности у студентов первого курса ВГАУ им. Петра I в 2022 г.,%

Таким образом, проведенное нами исследование характеризует атмосферу в университете как приемлемую для обучения и адаптации студентов. Требования университета не являются травмирующими для студентов, что создает условие для хорошей усвояемости материала и активной общественной жизни, установления дружеских контактов и взаимоотношений.

Библиографический список:

1. Бурнес Л.А. Исследования эмоциональной тревожности студентов на различных этапах обучения в ВУЗе / Л.А. Бурнес, Н.В. Бледных // Проблема педагогики. - 2020. - №3. - С. 82-86.

2. Запорожцев Е.В. Методика физической реабилитации школьников с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, обучающихся в первом классе общеобразовательного учреждения/ Е.В. Запорожцев // диссертация.-2020.-С.136.

STUDY OF PSYCHOLOGICAL ANXIETY IN 1ST YEAR STUDENTS ON THE EXAMPLE OF VORONEZH SAU

Redkokashina M.V.

***Keywords:** freshman, psychological anxiety, adaptation.*

The level of psychological anxiety was assessed among first-year students in the first months of their stay at the University