

УДК: 159.9.072.432

ДИНАМИКА ПРОЯВЛЕНИЙ ТРЕВОГИ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ УСПЕВАЕМОСТИ В ПРОЦЕССЕ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Крыжевская Н.Н.

Ставропольский филиал Краснодарского университета МВД России

Аннотация

В статье представлены результаты исследования переживания тревоги студентами с разным уровнем успеваемости в процессе обучения в вузе. Экспериментально доказано, что наиболее нормально тревога проявляется у студентов с высоким уровнем успеваемости и менее нормально у студентов, имеющих проблемы в учебно-профессиональной деятельности. Обнаружено, что продолжительность обучения в вузе не является решающим фактором для переживания тревоги. Намечены перспективы исследования данной научной проблематики.

Ключевые слова

Эмоциональное состояние, тревога, личная тревожность, переживания, мотивация.

Введение

Профессиональное становление и развитие личности связано с процессом взаимодействия с проблемными ситуациями, в которых тревога играет существенную роль. Учебно-профессиональная деятельность в вузе является новым видом деятельности для студентов, поступивших в вуз, и требует адаптации к условиям ее реализации. Следовательно, переживание тревоги является показателем эмоциональной и личностной вовлеченности в процесс обучения и решения учебно-профессиональных задач. Исследование особенностей переживания тревоги студентами с разным уровнем успеваемости на разных этапах обучения способствует пониманию динамики эмоционального отношения к процессу и результатам учебно-профессиональной деятельности и раскрывает проблемное поле по управлению качеством обучения студентов.

Краткий обзор литературы

В зарубежных исследованиях термин «тревога» применяется для обозначения определенного эмоционального состояния, характеризующегося субъективными ощущениями напряжения и формированием прогноза о возможном неблагополучии в развитии событий.

Э. Крепелин описывает тревогу как комбинацию неприятных ощущений с внутренним напряжением, включающую целостное телесное и душевное состояние, к чему З. Фрейд добавляет, что тревожность является реакцией на опасность [8,20].

С. Новей и др. определяют тревогу как одно из универсальных состояний и, как таковое, являющееся неотъемлемой частью жизни человека. Тревога выполняет функцию биологической системы предупреждения, которой активируется опасностью. Тревога также возникает вследствие конфликта между потребностями субъекта и требованиями среды. Также, С. Новей рассматривает тревогу как преувеличенную, т.е. неадекватную реакцию на ситуацию реальной внешней опасности; преувеличенную реакцию на малозначимую ситуацию внешней опасности; реакцию, похожую на страх при отсутствии ситуации внешней опасности; преувеличенную реакцию на ситуацию внутренней опасности. Следовательно, тревога является сущностью бдительности и осторожности [19].

У. Мак-Дауголл придает большое значение тому аспекту тревоги, который является очевидным. Суть этого аспекта в том, что тревога – это состояние, связанное с будущим. Состояние тревоги представляет собой усиление настороженности для подготовки к особой предвосхищаемой ситуации или к той, которая в данный момент осуществляет негативное воздействие на индивида [9].

На основе положений З. Фрейда, Базовитц и др. считают, что любой стимул, в принципе может вызвать реакцию тревоги, т.к. все зависит от того угрожающего смысла, который имеет данный стимул для данного индивида. В качестве угрозы может выступать реальная опасность или что-то предвещающее опасность [18].

Однако, по мнению Дриннер и Роббинс субъект реагирует определенным образом не в силу объективных факторов, вызывающих страх, а в силу их объективной значимости для него. Тревога возникает тогда, когда личность ощущает угрозу своим основополагающим жизненным ценностям [15].

Тревога отличается от других эмоциональных состояний тем, что ее основой является оценка ситуации как содержащей определенную угрозу, возможность неуспеха (Р. Лазарус, И. Аверилл и др.) [3,5].

Таким образом, тревога – это особое психологическое состояние реагирования на ситуацию, которую личность рассматривает как угрожающую вне зависимости от ее истинного содержания.

Следовательно, обстоятельства, которые в случае неблагоприятного разрешения, могут повлиять на благополучие, не только жизненно определяющее, но даже эмоциональное, будут служить источником тревоги (Ч. Спилберг) [16].

В отечественных исследованиях существует несколько подходов к пониманию тревоги. Некоторые исследователи рассматривают тревогу преимущественно в рамках стрессовых ситуаций, как временное эмоциональное состояние, возникающее в опасных ситуациях (Ф.Б. Березин, Ю.Л. Ханин, А.М. Прихожан, О.А. Черникова) [10,11]. Другие изучают связь тревожности с темпераментом (В.С. Мерлин, В.Д. Небылицин, Ю.А. Кагыгин, В.Н. Бирюкова, Цветкова В.Л., Т.А. Хрусталева и др.) [7,17]. Психологи третьего направления изучают ситуативную тревожность. В.М. Астапов, рассматривая состояние тревоги в рамках функционального подхода, стремится выделять и анализировать функции тревоги как сложного личностно-когнитивного процесса по осмыслению и оценке ситуации [2].

А.А. Асадчикова, Я.В. Крючева подчеркивают, что в различных ситуациях тревожность проявляется по-разному. При одних обстоятельствах люди ведут себя тревожно везде и всегда, при других проявляют свою тревожность периодически, исходя из складывающейся обстановки. Ситуативно-устойчивую тревожность называют, как правило, личностной и связывают ее с соответствующей личностной чертой, присутствующей у человека («личностной тревожностью»). Ситуативно-изменчивую тревожность называют ситуативной, а особенности личности, проявляющей подобную тревожность, называют «ситуативная тревожность». Подобное состояние протекает на фоне субъективно-переживаемых эмоций: беспокойства, напряжения, нервозности, озадаченности. Данное состояние является эмоциональной реакцией на ситуацию стресса и может протекать с различной степенью динамичности и интенсивности во времени [1].

Е.П. Ильин понимает тревогу как результат активности фантазии, воображения, будущего. Появление тревоги у человека является следствием наличия незаконченных ситуаций, заблокированной активности, которая не дает возможности высвободить возбуждение. Следовательно, тревога – это эмоциональное состояние сильного внутреннего мучительного беспричинного беспокойства, которое вызвано в сознании индивида с ожиданием неудач, опасности или же ожидания чего-то важного, значительного в условиях неопределенности [6].

В данном исследовании мы придерживаемся точки зрения, что тревогу можно представить не как черту личности, проявляющуюся в широком диапазоне условий и ситуаций, а как набор

ситуативных поведенческих черт, которые определяют интенсивность тревоги в разных обстоятельствах, в том числе в учебно-профессиональной деятельности (И. Сарасон, В.М. Астапов, С.А. Гапонова, Н.Н. Саппа) [2,4,14,20].

Так, например, И. Сарасон ввел понятие «тестовой» или «экзаменационной» тревоги, отражающей склонность к возникновению этого состояния в ситуации экспертизы, экзамена, тестирования. Показатели тестовой тревоги в большей мере соответствовали успешности выполнения тестовых заданий, чем показатели общей тревоги. С этой точки зрения тревога как черта представляет собой индивидуальную реакцию на сильный внутренний стимул, создаваемый в свою очередь ситуативными раздражителями [20].

Следовательно, изучение проявлений тревоги в конкретных условиях, не несущих в себе реальной опасности для субъекта (жизнь, здоровье, благополучие) позволяет сделать вывод о значимости для него той деятельности, в которой она проявляется.

Помимо выше сказанного существует мнение, что тревога может быть использована конструктивно.

Так, О. Ранк подчеркивает, что нормальная тревога присуща всем переживаниям на всех возрастных периодах жизни индивида. Если эти потенциально формирующие тревогу переживания преодолены успешно, то они ведут к большей независимости личности от окружающей среды [12].

Тревога вызывает качественные изменения в когнитивной деятельности. По мнению Р. Йеркса и Д. Додсона уровень возбуждения влияет на деятельность. Легкая тревога оказывает положительное, стимулирующее влияние, а сильная тревога – отрицательное [13].

Таким образом, описанные особенности проявления тревоги в различных ситуациях требуют дополнительного исследования в каждом конкретном случае для определения конструктивных и деструктивных влияний данного психологического состояния на качество деятельности и общее психологические благополучие человека.

Для студентов в период овладения профессией источником проблемных ситуаций, от решения которых зависит его будущее, становится процесс обучения в вузе, где они приобретает профессиональные и личностные качества, скоро начинающие определять степень их благополучия.

Целью исследования является выявление и интерпретация особенностей переживания тревоги студентами с разным уровнем успеваемости, анализ динамики данного психологического состояния на разных этапах обучения.

Гипотезы исследования основаны на предположении о том, что средний уровень тревоги, возникающий у студентов в связи с учебно-профессиональной деятельностью, может служить показателем заинтересованности в ее результатах. Низкий уровень свидетельствует об обратной ситуации, а высокий – о наличии каких-либо дополнительных раздражителей, влияющих на студентов и вызывающих уже нежелательные психологические состояния.

Охватывая в процессе исследования 1, 2 и 3 курсы, мы также предположили, что уровень тревожности может зависеть от степени адаптированности студента к ситуации обучения в вузе, следовательно, нежелательная тревога (высокий уровень) и отсутствие тревоги (низкий уровень) должны снижаться с переходом студента с курса на курс и быть самой высокой на 1 курсе, а к 3 курсу аккумулироваться на среднем уровне.

Методы

Для анализа уровня ситуативной тревоги у студентов мы применили методику «Тревожность студентов» (Е.А. Ильин) [6].

Опросник включает 30 вопросов, оценка ответов на которые, позволяет выявить не только уровень тревоги у студентов в учебной деятельности, но и определить степень неуверенности и болезненной раздражительности. По сочетанию проявлений: тревога, боязнь, неуверенность

в себе, болезненная раздражительность, нами были сформулированы три уровня переживания тревоги: высокий, средний и низкий.

Для высокого уровня характерна выраженность всех проявлений переживания тревоги: боязнь, неуверенность в себе, болезненная раздражительность без относительно ситуаций деятельности. Это достаточно дискомфортный уровень психического напряжения, базирующийся как на личностных особенностях человека, так и на раздражающем влиянии среды.

Для среднего уровня характерно ситуативное переживание тревоги в конкретных ситуациях, связанных с учебно-профессиональной деятельностью. Основными проявлениями тревоги является повышенный эмоциональный тонус, признаки неуверенности в себе.

Низкий уровень характеризуется отсутствием признаков эмоциональных переживаний по поводу своей активности. Переживание тревоги, боязни, неуверенности в себе, болезненной раздражительности отсутствуют.

В исследовании приняли участие студенты 1,2,3 курсов (специальность Правоохранительная деятельность) с разным уровнем успеваемости. ЭГ 1 – студенты, успевающие на хорошо и отлично, ЭГ 2 – на хорошо и удовлетворительно, ЭГ 3 – имеющие задолженности по итогам сессии.

Результаты и их обсуждение

В обобщенном виде результаты, полученные нами, представлены в таблице 1.

Таблица 1. Уровень переживания тревоги студентами с разным уровнем успеваемости в разрезе периода обучения (%)

Курс	Выборка	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	χ^2 – критерий
1	ЭГ 1 (n 18)	16,7	75	8,3	10,512
	ЭГ 2 (n 18)	11,1	55,6	33,3	8,022
	ЭГ 3 (n 21)	4,8	57,1	38,1	9,787
2	ЭГ 1 (n 13)	15,4	69,2	15,4	11,205
	ЭГ 2 (n 21)	19	61,9	19	10,696
	ЭГ 3 (n 17)	11,8	52,9	29,4	8,848
3	ЭГ 1 (n 14)	-	92,9	7,1	9,394
	ЭГ 2 (n 17)	5,9	52,9	41,2	8,856
	ЭГ 3 (n 17)	30,8	38,5	30,8	7,941

Статистический анализ с помощью χ^2 – критерия показал значимость распределении по уровням переживания тревоги студентами в учебно-профессиональной деятельности (эмпирическое значение критерия превосходит критическое значение равное 7,81 при $p < 0,05$).

Сравнительный анализ результатов по тесту тревожности показал, что преобладающим у студентов всех курсов является средний уровень. Средний уровень тревоги наиболее присущ студентам 3 курса и находится в близком диапазоне у студентов 1 и 2 курса. Такое положение дел свидетельствует о нормальном психологическом напряжении, а, следовательно, ценностном отношении студентов к учебно-профессиональной деятельности и ее результатам в период текущей и промежуточной аттестации.

Лидирующими по наличию среднего уровня тревоги являются студенты 3 курса, обучающиеся на хорошо и отлично. Они достаточно уверены себе, но при этом испытывают здоровое беспокойство в оценочной ситуации. Парадоксально, что у студентов 1 курса менее активировано чувство тревоги, чем у студентов 2 курса. Это может говорить об отсутствии у первокурсников опыта негативных переживаний в процессе обучения, тогда как второкурсники уже могут быть знакомы с чувством фрустрации.

Также показательно, что средний уровень переживания тревоги преобладает у отличников и хорошистов.

Высокий уровень тревоги представлен в минимальном количестве и это может служить подтверждением того, что для студентов в процессе обучения создаются условия, обеспечивающие благоприятный психологический климат, уверенность в себе и своих знаниях, отсутствие психологического давления, поддержку.

Вместе с тем, максимально высокий уровень тревоги проявляется у студентов с низким уровнем успеваемости, обучающихся на 3 курсе. «то связано с тем, что они уже начинают задумываться о завершении обучения, и беспокоятся о влиянии качества успеваемости на качество диплома о высшем образовании. Отличники и хорошисты на 3 курсе перестают повышено тревожиться, что подтверждает создание упомянутых условий психологического благоприятствования в учебно-профессиональной деятельности. Интересной является идентичная тенденция повышенного переживания тревоги у студентов 1 и 2 курсов. Отличники более тревожны по сравнению со студентами, обучающимися на хорошо и удовлетворительно.

В отношении количественных показателей низкого уровня тревоги отмечено, что он характерен в большей степени для студентов, имеющих проблемы с успеваемостью. Максимальным он является на 1 курсе и примерно в одном числовом диапазоне у студентов 2 и 3 курсов. Также близкие значения обнаружены у студентов, обучающихся на хорошо и удовлетворительно. Минимально низкий уровень тревоги проявляется у отличников и хорошистов 1 и 3 курсов. Вместе с тем следует обратить на этот факт внимание, поскольку низкий уровень тревожности может говорить о недостаточной ценности для студентов данного вида деятельности, что, безусловно, сказывается на его результативности.

Наиболее благоприятным является распределение уровня переживания тревоги у студентов 3 курса, обучающихся на хорошо и отлично. Также благоприятным является распределение уровня переживания тревоги у студентов 1 и 2 курсов, обучающихся на хорошо и отлично. У студентов, имеющих более низкие показатели успеваемости, чаще проявляется низкий уровень переживания тревоги. Так максимально неблагоприятного распределения достигают показатели переживания тревоги у слабоуспевающих студентов.

Выводы и заключение

Таким образом, предположение о том, что средний уровень тревоги в учебной деятельности служит показателем заинтересованного к ней отношения, подтвердилось, судя по значительному его преобладанию над другими уровнями, что является вполне нормальным и обоснованным.

Но, что касается второго предположения о зависимости уровня тревоги от степени адаптированности студентов в вузе, то мы видим, иную картину. Выявлено, что студенты 1 курсов имеют уровень более низкий уровень тревоги уровня по сравнению с другими курсами. Это может говорить о двух вещах: во-первых, что уровень подготовки при получении общего среднего образования возрос, что дает возможность студентам чувствовать себя уверенно в любых учебных ситуациях, во-вторых, о низкой ценности для них обучения в вузе, слабой заинтересованности в результатах своего обучения в процессе овладения профессией. В любом случае, значительное количество студентов с низким уровнем тревоги на разных курсах нельзя отнести позитивным показателям. Следовательно, данный гипотетический посыл не подтвердился.

Подводя итоги проведенного исследования, следует отметить, что единой прогрессивной или регрессивной динамики уровня переживания тревоги у студентов 3 курсов с разным уровнем успеваемости в процессе учебно-профессиональной деятельности не наблюдается.

Результаты проведенного исследования актуализируют понимание личностной включенности студентов в учебно-профессиональную деятельность на разных этапах обучения и позволяют учитывать эти тенденции при разработке мотивационных и интерактивных блоков учебного процесса, использовании активных методов обучения при разном уровне успеваемости, а также стимулировать процесс перехода на более высокий уровень за счет повышения для студентов ценности результатов учебно-профессиональной деятельности.

В дальнейшем было бы полезно обратиться к исследованию изменений уровня переживания тревоги студентами под влиянием модернизации учебно-профессиональной деятельности и партнёрской позиции преподавателей.

Библиография

1. Асадчикова А.А., Крючева Я.В. Тревожность и агрессивность, дестабилизирующие факторы формирования личности // Человеческий и профессиональный потенциал молодежи региона: материалы Всероссийской научно-практ. конф. молодых ученых, аспирантов, студентов (Тюмень, 17 апреля 2013 г.). – Тюмень, 2014. – С. 232-234.
2. Астапов В. М. Тревога и тревожность / В. М. Астапов. – СПб. : Питер, 2001. – 256 с.
3. Бейлок С. Момент истины. Почему мы ошибаемся, когда все поставлено на карту, и что с этим делать? М.: ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2016. 370 с.
4. Гапонова С.А. Функциональные психические состояния студентов в образовательном пространстве вуза: динамика, детерминанты, оптимизация: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. – Н. Новгород, 2005.
5. Залуцкая Н.М. Генерализованное тревожное расстройство: современные теоретические модели и подходы к диагностике и терапии. Ч. 1 // Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 2014. – №3. – С. 80– 89.
6. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. – СПб., 2005. – 411 с.
7. Исследования уровня тревожности в период экзаменационной сессии / А.А. Ткаченко, И.Ф. Саитгареева, Е.С. Кувшин и др. // Международ. студ. науч. вестн. – 2020. – № 1. – С. 18.
8. Крепелин Э. Введение в психиатрическую клинику. – М.: Медицина, 2004. – 76 с.
9. Мак-Дауголл У. Основные проблемы социальной психологии / У. Мак-Дауголл; Пер. с 4-го англ. изд. М.Н. Смирновой, под ред. Н.Д. Виноградова. – Москва : Космос, 1916. – XIV, 282 с.
10. Прихожан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 12-18
11. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: МПСИ, – Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
12. Ранк О. Родовой травматизм//Тревога и тревожность. СПб., 2001, 23-30 с.
13. Раудис Ш., Юстицкис В. Закон Йеркса-Додсона: связь между стимулированием и успешностью научения // Вопросы психологии. -2008. – №3. – С. 119-126.
14. Саппа Н.Н. О социальной тревожности курсантов // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2018. – № 1(72). – С. 36–39.
15. Смирнов Ю.А. Стиль жизни у лиц с разным уровнем личной тревожности. Специальность: 19.00.01 – общая психология, психология личности, история психологии: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2007.
16. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Тревога и тревожность / под ред. В.М. Астапова. СПб.: Питер, 2001. 240 с.
17. Цветков В.Л., Хрусталева Т.А., Ануфриева Д.А., Старостин С.Н. Социальная тревожность курсантов в контексте психологической защиты // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2016. – № 4 (67). – С. 63-66.
18. Freud S. Inhibitions, symtoms and anxiety. Standard Edition, 20:77-175. London: Hogarth Press, 1959.
19. Novey S. Discussion of Engel's paper. In Expression of emotions in man, ed. P.H. Knapp. New York: International University Press, 1963. pp. 294-299
20. Sarason I.G. Experimental approaches to test anxiety: Attention and the uses of information. Anxiety, Current Trends im Theory and Research. N.Y., 1972. Vol. 1.

**DYNAMICS OF ANXIETY MANIFESTATIONS IN STUDENTS WITH DIFFERENT
LEVELS OF ACADEMIC PERFORMANCE IN THE PROCESS OF EDUCATIONAL
AND PROFESSIONAL ACTIVITY**

Kryzhevskaya N.N.

Stavropol Branch of Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia

Abstract

The article presents the results of the study of anxiety experience of students with different levels of academic performance in the process of study in higher education. It is experimentally proved that anxiety is most normal in students with a high level of academic performance and less normal in students who have problems in educational and professional activity. It was found that the duration of study in higher education is not a decisive factor for anxiety experience. Prospects for the study of this research problem are outlined.

Keywords

Emotional state, anxiety, personal anxiety, experiences, motivation.