

УДК 378.091:159.942.5

Т.І.Логвиненко

### Психологічна тривожність як фактор успішності навчання студентів

**Анотація.** В статті наведено результати емпіричного дослідження впливу психологічної тривожності студентів на успішність їх навчання у вищому навчальному закладі, яке дозволило прослідкувати зміни рівня тривожності студентів у повсякденному житті (особистісна тривожність) та у ситуації іспиту (ситуативна тривожність) і виявити ряд закономірності впливу тривожності на успішність студентів університету. Встановлено, що психологічний стан тривожності, будучи суб'єктивним фактором, суттєво впливає на успішність і продуктивність діяльності, особливо – навчальної.

**Ключові слова:** тривожність, ситуативна тривожність, особистісна тривожність, успішність навчання, рівень тривожності студентів.

### Т.И.Логвиненко. Психологическая тревожность как фактор успешности обучения студентов

**Аннотация.** В статье приведены результаты эмпирического исследования влияния психологической тревожности студентов на успешность их обучения в высшем учебном заведении, которое позволило проследить изменения уровня тревожности студентов в повседневной жизни (личностная тревожность) и в ситуации экзамена (ситуативная тревожность) и выявить ряд закономерности влияния тревожности на успеваемость студентов университета. Установлено, что психологическое состояние тревожности, будучи субъективным фактором, существенно влияет на успешность и продуктивность деятельности, особенно - учебной.

**Ключевые слова:** тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность, успешность обучения, уровень тревожности студентов.

### T.I.Logvinenko. Psychological anxiety as a factor of success studies

**Summary.** The article presents the results of an empirical study of the effect of students psychological anxiety on the success of their education in a higher educational institution, which made it possible to trace changes in the anxiety level of students in everyday life (personal anxiety) and in the situation of the exam (situational anxiety) and to reveal a number of patterns of the influence of anxiety on student performance university. It is established that the psychological state of anxiety, being a subjective factor, significantly affects the success and productivity of the activity, especially the educational one.

**Key words:** anxiety, situational anxiety, personal anxiety, successful education, level of anxiety of students.

**Постановка проблеми.** В умовах нестабільного соціально-економічного, політичного стану та постійних перетворень у сучасному суспільстві психологічні

реакції людей постійно змінюються, зростає загальна тривожність світосприймання, що у свою чергу впливає на поведінку, стосунки з іншими людьми та успішність будь-якої діяльності. В повсякденному житті стан тривожності розуміється як неспокій, схвильованість та навіть страх, що може бути викликаний чисельними причинами: від нового знайомства до складання іспиту. Особливо актуальною проблема тривожності є для студентського періоду життя, коли вагомим джерелом переживань стає навчання – основний вид діяльності, що забезпечує збагачення культурно-історичного та особистісного досвіду.

**Аналіз досліджень із даної проблеми.** Проблемне поле досліджень тривоги і тривожності у психологічній науці широко представлене роботами зарубіжних (Р. Мей, Ф. Перлз, К. Роджерс, Ч. Спілбергер, З. Фрейд та ін.) та вітчизняних (Ф.Б. Березін, О.М. Захаров, Г.М. Прихожан, Я. Рейковський та ін.) науковців. У психологічній літературі виокремлюються різні концептуальні підходи щодо розумінні цього поняття: біогенетичний, біхевіористичний, гуманістичний, когнітивний, гештальттерапевтичний тощо. Беззаперечно науковцями визнається той факт, що особистісна тривожність – це стійка властивість особистості, котра має когнітивний, емоційний та операційний аспекти і відіграє переважно негативну функцію у життєдіяльності людини. Зокрема, Ф.Б. Березін, розглядаючи тривогу як емоційний стан, використовує тривожний ряд, що об'єднує декілька афективних проявів, розташованих у порядку наростання: відчуття внутрішньої напруженості → гіперестезичні реакції → власне тривога → страх → відчуття невідворотності катастрофи, що насувається → тривожно-боязке збудження. Афективні прояви тривожного ряду безпосередньо впливають на процес адаптації: при переході до кожного наступного елементу переживань адаптивні можливості індивіда зменшуються [1, с.13–21].

У соціально-психологічному профілі студентства [5, с.246–261] виявлення тривожності мають переважно емоційний характер, що супроводжується зростанням дратівливості, агресивності, ригідності. Аналіз досліджень [1–5 та ін.] дозволяє виокремити серед внутрішніх психологічних детермінант особистісної тривожності внутрішню конфліктність, нестійку ідентичність, низьку самооцінку, котрі знаходяться у взаємозв'язку із опосередкованою переживанням емоційного неблагополуччя системою взаємин із значимими однолітками.

**Постановка завдання.** В цілому аналіз наукової літератури свідчить про досить широкий діапазон проблем досліджуваного питання. Дане дослідження є ще однією спробою означити тенденції впливу тривожності на успішність навчання студентської молоді.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** З метою перевірки значущості впливу тривожності на успішність навчальної діяльності сучасних студентів нами було сплановане і виконане емпіричне дослідження на базі Криворізького державного педагогічного університету. Вибіркову сукупність склали 40 студентів географічного факультету віком 18–21 рік. У своєму дослідженні ми виходили із припущення, що психологічний стан тривожності, будучи суб'єктивним фактором, суттєво впливає на успішність і продуктивність

діяльності студентства, особливо – навчальної діяльності.

В якості психодіагностичного інструментарію була обрана методика дослідження рівня тривожності Спілбергера-Ханіна (шкали особистісної та ситуативної тривожності) [3, с.111]. Тестування виконувалося у передсесійний період, що дозволило ґрунтовно вивчити рівень виявлення студентами ситуативної тривожності.

Результати вимірювання (табл.1) засвідчили, що більшості студентів (55% респондентів) притаманний високий рівень особистісної та ситуативної тривожності, що пояснюється напруженістю юнацтва під час сесійних випробувань, страхом перед неуспіхом тощо.

Таблиця 1.

### Співвідношення рівня успішності та рівня тривожності студентів

Рівень тривожності	Рівень успішності	Кількість студентів	Частка студентів
Дуже високий (ДВТ)	Високий (ВУ)	5	12,5%
	Достатній (ДУ)	0	0
	Середній (СУ)	9	<b>22,5%</b>
Високий (ВТ)	Високий (ВУ)	3	7,5%
	Достатній (ДУ)	6	15%
	Середній (СУ)	9	<b>22,5%</b>
Нормальний (помірний) (ПТ)	Високий (ВУ)	0	0
	Достатній (ДУ)	1	2,5%
	Середній (СУ)	7	<b>17,5%</b>
Низький (НТ)	Високий (ВУ)	0	0
	Достатній (ДУ)	0	0
	Середній (СУ)	0	0

Разом із тим 45% респондентів виявили помірний рівень тривожності: це, переважно, студенти, які не хвилюються за перебіг сесії через впевненість у своїх знаннях, адекватно високу самооцінку, а також мало вмотивовані студенти, котрі не розраховують на високий бал за іспит.

Для виявлення тенденцій залежності між рівнем тривожності студентів та їх навчальною успішністю, нами були вивчені індивідуальні картки студентів і за допомогою математичного методу обчислення середнього числа вирахований рівень їх успішності. Серед вибіркової сукупності студентів 20% є відмінниками, а 27,5 % навчаються на достатньому рівні. Більша частина респондентів (23 особи) мають середній рівень успішності. Співставлення двох рядів даних – рівня тривожності та рівня успішності студентів (див. табл.1) – дозволяє стверджувати, що до категорії осіб із дуже високим та високим рівнем тривожності належать студенти-відмінники – 8 осіб (20% від загальної кількості респондентів); 45% (18 студентів) із середнім рівнем успішності також належать до високо тривожних осіб, що доводить вплив рівня тривожності на невисокий рівень навчальної успішності. Інші студенти (14 осіб) мають середній та достатній рівні успішності, їх рівень ситуативної та особистісної тривожності однаковий, тому його вплив на успішність не простежується.

### Висновки і перспективи подальших розвідок.

Аналіз наукової літератури та результати емпіричного дослідження дозволяють нам розглядати тривожність у студентському періоді життя як індивідуально зумовлену реакцію особистості на ситуації, що виникають у навчальній діяльності та супроводжуються появою сильних емоційних переживань. Значна частина студентів (55%) мають високий загальний рівень особистісної тривожності. Це пояснюється індивідуально-психологічними особливостями кожного з них. Найнижчі із отриманих показників тривожності (особистісної та ситуативної) мають студенти, котрі у переважній більшості навчаються на середньому рівні, не дуже переймаються успішністю, є самовпевненими та спокійними (12%). Дуже високий та високий показники ситуативної тривожності в ситуації екзамену виявлено у студентів-відмінників, котрі переважно схильні сприймати іспит як загрозу їх самооцінці та соціальному статусу (20% респондентів), але здатні мобілізувати потенційних ресурс задля отримання успіху. Високий рівень тривожності також характерний для студентів, чий рівень успішності знаходиться на середньому рівні (45% студентів). У випадку цих студентів високий рівень ситуативної тривожності зумовлює дезорганізацію їх діяльності, посилення рівня переживань, послаблення розумових процесів, що призводить до недостатньо високих оцінок на екзамені.

Подальші наукові розвідки у вивченні феномену особистісної та ситуативної тривожності студентів ми вбачаємо у співставленні показників серед студентів різних спеціальностей.

#### Список використаної літератури

1. Березин Ф. Б. Психическая адаптация и тревога / Ф. Б. Березин // Психическая и психофизиологическая адаптация человека / под ред. Ф. Б. Березина. – Ленинград : Наука, 1988. – С.13– 21.
2. Спилбергер Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Спилбергер // Тревога и тревожность. Хрестоматия /сост. и общ. ред. В. М. Астапова. – Москва : ПЕРСЭ, 2008. – с. 175–207.
3. Стишенок И. В. Защитные механизмы психики [Електронний ресурс] / И. В. Стишенок. // Психология – психологический образовательный сайт. Режим доступа до статті – <http://psychologiya.com.ua/psixika/3515-zashhitnye-mexanizmy-psixiki.html>
4. Токарева Н. М. Основы педагогической психологии : навчально-методичний посібник – Кривий Ріг : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»», 2013 – 158 с.
5. Токарева Н.М., Шамне А.В. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник [для студ. вищих навч. закладів] – Київ : НУБіП, 2017 – 548 с.

УДК: 159.922.7

Прахова С.А.

#### Значимість акцентуацій характеру в предикторній структурі фрустраційних станів учнів різних вікових груп

**Анотація.** Досліджено предикторну структуру фрустраційних станів учнів різних вікових груп. Акцентовано увагу на значимості у цій структурі акцентуацій