

¹ «Ө.А.Байқоңыров атындағы Жезқазған университеті» АҚ

ЖОҒАРЫ ОҚУ ОРНЫ БІЛІМ АЛУШЫЛАРЫ АРАСЫНДАҒЫ КҮЙЗЕЛІСТІ ҚАБЫЛДАУДЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

Аңдатпа

Аталмыш зерттеуде білім алушылардың күйзелісті психологиялық қабылдауының академиялық үлгерімге әсері салыстырмалы түрде зерттелді. Респонденттер зерттеуге ерікті түрде қатысты және кездейсоқ түрде іріктелді. Күйзелісті қабылдау мен академиялық жетістікті бағалаған өлшемдердің осы зерттеу жұмысындағы сенімділік дәрежесі .70 және одан жоғары коэффициентке тең. Респонденттердің жасы, жынысы, мамандығының бағыты және орташа балл көрсеткішіне салыстырмалы талдау жасалды сондай-ақ, бұл өлшемдер бойынша күйзелісті қабылдауға әсері зерттелді. Зерттеу нәтижесі бойынша, ер балалар қыз балаларға қарағанда күйзеліске бейім. Ал, курстық деңгейі бойынша 2-курс кезеңі, білім алушылардың күйзелісіне әсер етуші саты ретінде анықталды. Сондай-ақ, бірінші курс білім алушылары күйзелісті қабылдауға сезімтал екенін байқауға болады. Жыныстық ерекшеліктер бойынша күйзелісті қабылдау коэффициенті университеттің бітіруші курс білім алушыларында айтарлықтай айырмашылыққа ие.

Түйін сөздер: күйзеліс, академиялық жетістік, білім алушылар, психологиялық талдау.

А.Исимова¹

¹АО «Жезказганский университет имени О.А.Байконурова»

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ВОСПРИЯТИЯ СТРЕССА У ОБУЧАЮЩИХСЯ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Аннотация.

В данном исследовании было сравнительно изучено влияние психологического восприятия стресса обучающихся на академическую успеваемость. Респонденты участвовали в исследовании добровольно и были отобраны случайным образом. Степень надежности критериев данного исследования, оценивающих восприятие стресса и академическое достижение равна коэффициенту .70 и выше. Проведено сравнительный анализ респондентов по возрасту, полу, по направлениям и по среднему баллу а также, изучены влияние эти критерии на восприятие стресса. По результатам исследования, показатель восприятие стресса у обучающихся мужского пола больше чем обучающихся женского пола. А по курсовому уровню период 2 курса определяется как ступень влияния на стресс обучающихся. Также можно заметить, что у обучающихся первого курса чувствительность к восприятию стресса. Коэффициент восприятие стресса по половым особенностям имеет значительное различие у обучающихся выпускного курса университета.

Ключевое слова: стресс, академическая успеваемость, обучающихся, психологический анализ.

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF STRESS PERCEPTION STUDENTS AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Abstract.

In this study, the impact of student's psychological perception of stress on academic performance was comparatively studied. Respondents participated in the study voluntarily and were randomly selected. The degree of reliability of the criteria of this study, assessing the perception of stress and academic achievement, is equal to a coefficient of .70 and higher. A comparative analysis of respondents by age, sex, specialty areas and general point average level was made, and the impact of these criteria on stress perception was studied. According to the results of the study, the perception of stress in male students is greater than in female students. According the course level, the period of study the second year is defined as the stage of influential on the stress of students. It can be seen that, students in the first year are sensitive to the perception of stress. The coefficient of perception of stress on gender characteristics has a significant difference in students of the university graduation course.

Key words: stress, academic achievement, student , psychological analysis.

КІРІСПЕ

Академиялық үлгерім бағытындағы жүргізілген зерттеулер нәтижесі, жоғары оқу орны білім алушыларының оқудағы жетістіктеріне күйзелістің маңызды кері ықпалының барлығын көрсетеді [1].

«Күйзеліс» дегеніміз R.Lazarus және S.Folkman берген анықтама бойынша, «адамдардың күйзелістердің сыртқы немесе ішкі талаптарына жауап беру үшін қолданатын ойлары мен әрекеттері» [2]. Ал, R.Blonna бойынша, «күйзеліс» - ол «жеке адам мен стрессордың арасындағы біртұтас транзакция, және ол дененің күйзеліске жауап беруін жұмылдырады [3]. Күйзелістің деңгейіне қарай төмен, орташа және жоғары болып үшке бөлінеді [4]. Күйзелістің деңгейі жоғарылаған сайын, адамда физикалық және психологиялық тұрғыдан жағымсыз қозу сезімдері пайда болады. Мысалы, жүйелі түрдегі шаршау, тәбеттің жоғалуы, бас ауруы мен жүйке, асқазан-ішек жолдарының аурулары сияқты денсаулықпен байланысты келеңсіз жағдайлар көрініс табады [5, 6]. Университет білім алушыларында күйзеліс тудыратын факторлар ретінде академиялық қысым тудыратын мәселелер анықталған [7], яғни сынақтарға дайындалу, жалықтыратын дәрістер, топтағы бәсекелестік, тапсырмалардың көптігі, қысқа уақыт ішінде үлкен көлемдегі білімді игеру қажеттілігі [8]. Академиялық күйзеліс білім алушыда алаңдаушылық, депрессия және оқу үлгеріміне әсер ететіндігін [9], сондай-ақ, J.Travis және оның әріптестері жүргізген зерттеу нәтижесі де академиялық күйзеліс пен психологиялық және физикалық денсаулық арасындағы корреляция коэффициенті жоғарылығы туралы тұжырым жасады [10]. Жүйелі түрдегі, жоғары деңгейдегі күйзеліс адамда өзін-өзі бағалауы, көзқарасы, қызығушылығы мен жалпы зияткерлік қабілетіндегі өзгерістер арқылы көрінеді [11].

Күйзеліс академиялық жетістіктерге маңызды ықпал ететін фактор болса да, зерттеулер күйзеліске ағзаның қарсы тұра алуы білім алушылардың академиялық үлгеріміне тікелей маңызды әсер ететіндігін алға тартады [12].

Жоғарыдағы тұжырымдарға негізделі отырып, білім алушылардың күйзелісті қабылдауын анықтау көкейкесті болып, күйзелісті қабылдауды жас, жыныс, курс деңгейі және мамандық бағыттары мен орташа балының жиынтығына қарай салыстырмалы түрде талдау маңызды алғышарт болып саналады. Осы зерттеуде аталған көрсеткіштер білім алушылардың күйзелісті қабылдауына дифференциалды түрде әсер етуі мүмкін деген болжам бар.

ЗЕРТТЕУ МАТЕРИАЛДАРЫ

Зерттеуге 256 университет білім алушысы кездейсоқ іріктемелер бойынша тартылып, олардың жас аралығы 17-26 жас және орташа жас көрсеткіші 20 жасты құрайды.

Деректер осы зерттеудің сауалнамаларына берілген жауаптар арқылы жинақталды. Онда жеке мәліметтер сондай-ақ, таңдау мүмкіндігін беретін сұрақтарға жауаптар беру арқылы күйзелісті қабылдау деңгейін және күйзелістің академиялық үлгерімдеріне әсерін анықтаумен белгіленді. Алынған мәліметтер статистикалық әдістерді пайдалана отырып, өңделіп, талданды. Деректерді талдау сипаттамалық статистиканы пайдалана отырып жиілікте, пайыздарда және регрессиялық теңдеу арқылы жүргізілді.

Күйзеліс

Білім алушылардың күйзелісі күйзелісті қабылдауға арналған сауалнама [4] арқылы жүргізілді. Оның мазмұнындағы сұрақтарда білім алушылардың соңғы айдағы сезімі мен ойлары туралы жауап беруі қажет етіледі, яғни, «Сіз күтпеген жерден болған жағдайға қаншалықты жиі күйзелдіңіз?»; «Өмірдегі маңызды нәрселерді бақылай алмаймын деген сезім қаншалықты жиі пайда болды?», «Сіз қаншалықты жиі мазасызданып жүрдіңіз?»; «Сіз белгіленген істеріңіздің барлығын орындай алмағандығыңызды қаншалықты жиі сезініп жүрсіз?»; «Бақылаудан тыс болған жағдайға қаншалықты жиі ашуландыңыз?», «Сіз оларды еңсере алмайтындай жоғары деңгейдегі қиындықтарды қаншалықты жиі сезіндіңіз?» т.б. Алынған жауаптар белгілі-бір ретпен 0-ден 4-ке дейінгі шкала бойынша бағаланды (0 – «ешқашан», 1 – «ешқашан деп айтуға болады», 2 – «кейде», 3 – «жиі», 4 – «өте жиі»). Осы өлшемнің зерттеу жұмысындағы сенімділік дәрежесі - .710.

Академиялық жетістік

Респонденттердің академиялық жетістік туралы сауалнамаға субъективті жауап беруі негізінде, олардың академиялық үлгерімдеріне баға берілді. Жауаптар 5 деңгей бойынша сарапталып, олар: 1 - «мүлдем келіспеймін», 2 - «келіспеймін», 3 - «келісемін немесе келіспеймін», 4 - «келісемін», 5 - «толық келісемін». Осы әдістің аталмыш зерттеу жұмысындағы сенімділік коэффициенті - 747.

НӘТИЖЕЛЕРДІ ТАЛДАУ

Білім алушылардың күйзелісті қабылдауына сараптама жүргізуден бұрын, респонденттердің жасы мен курстық деңгейіне қарай бөлінісінің көрсеткішін анықтап алу маңызды (1, 2 - кесте).

1-кесте Респонденттердің жасына қарай бөлінісі

Жасы	Ер балалар (N=119)	Қыз балалар (N=137)	Жалпы (N=256)
17-19	79 (66,4)	86 (62,8)	165 (64,5)
20-22	33 (27,8)	46 (33,6)	79 (30,9)
23-25	3 (2,5)	2 (1,45)	5 (1,9)
26 және одан жоғары	4 (3,3)	3 (2,2)	7 (2,7)

2-кесте Респонденттердің курс деңгейлері бойынша бөлінісі

Курс деңгейі	Ер балалар (N=119)	Қыз балалар (N=137)	Жалпы (N=256)
1	52 (43,7)	47 (34,3)	99 (38,7)
2	18 (15,1)	37 (27)	55 (21,5)
3	29 (24,4)	11 (8,1)	40 (15,6)
4	20 (16,8)	42 (30,6)	62 (24,2)

Академиялық ортадағы білім алушылардың күйзелісі туралы зерттеуде, олардың мамандық бағытының көрсеткіші де, көздеген мақсатқа қол жеткізудегі міндеттерді айқындауда рөлі бар (3-кесте).

3-кесте Респонденттердің мамандық бағыттары бойынша бөлінісі

Мамандық бағыты	Ер балалар (N=119)	Қыз балалар (N=137)	Жалпы (N=256)
Техникалық ғылымдар	56(47,1)	33(24,1)	89(34,8)
Педагогикалық ғылымдар	48(40,3)	82(59,8)	130(50,8)
Бизнес және басқару	4(3,4)	13(9,5)	17(6,6)
Өндірістегі гигиена және қоршаған ортаны қорғау	11(9,2)	9(6,6)	20(7,8)

Респонденттердің білім деңгейлерінің орташа балының (GPA) көрсеткішін өздері қалай бағалайтынын зерделеу, күйзелісті қабылдаудың академиялық үлгерімге әсерін зерттеген жұмыста маңызды. Мұндағы орташа балл (GPA) туралы мәліметтер респонденттердің мына жауаптардың біріне субъективті таңдау жасаумен белгіленді, яғни, 1 – «GPA жиынтығым нақты академиялық жетістіктерімнің көрсеткіші» 2 – «GPA жиынтық орташа ұпайым «өте жақсы» деп санаймын яғни, академиялық жетістіктерім ойлағанымнан да жоғары» және 3 – «GPA жиынтығым тұрғысынан өзімді «үлгерімі төмен» деп санаймын» (4 - кесте).

4-кесте Респонденттердің орташа жиынтық балы (GPA) бойынша бөлінісі

Орташа балл	Ер балалар (N=119)	Қыз балалар (N=137)	Жалпы (N=256)
1	67(56,3)	85(62)	152 (59,4)
2	47(39,5)	46(33,6)	93 (36,3)
3	5(4,2)	6(4,4)	11 (4,3)

Білім алушылардың күйзелісті қабылдауы бойынша талдау нәтижесі, респонденттердің (N=256) 45,7% - төменгі деңгей, 52%-орташа және 2,3%- жоғары деңгей болып, мәліметтерде жыныстық ерекшеліктерді байқауға болады (5 - кесте).

5-кесте Қабылданған күйзеліс шкаласы бойынша респонденттердің жыныс бойынша бөлінісі

Күйзелістің деңгейі	Ер балалар (N=119)	Қыз балалар (N=137)	Жалпы (N=256)
Төмен (0-13)	56(47,1)	61(44,5)	117(45,7)
Орташа (14-26)	58(48,7)	75(54,7)	133(52)
Жоғары (27-40)	5(4,2)	1(0,8)	6 (2,3)

Күйзелісті қабылдаудың жыныстық ерекшеліктер бойынша дифференциалды талдау нәтижесі, жоғары деңгейдегі күйзеліс ер балаларда, ал курстық деңгей бойынша 4-курс ер балаларда (M=1,69, SD=0,73) қыз балаларға (M=1,37, SD=0,58) қарағанда маңызды айырмашылықтың барлығын көруге болады; $t(60)=1,85, p=.06$.

Курс деңгейінің күйзелістің деңгейіне ықпалы туралы тұжырымдарды ескерсек, осы зерттеу жұмысындағы алынған нәтижелер академиялық ортада білім алушылардың күйзелісті қабылдауына ықпалының барлығы айқын (6 - кесте). Мұны сондай-ақ, регрессиялық талдау нәтижесінен де байқауға болады, яғни, $\beta = -.31$, $t(253) = -.521$, $p < .005$ -ға тең, $(F(1, 253) = .27, 1, p < .05, R^2 = .097)$.

6-кесте Респонденттердің күйзелісті қабылдауының курстық деңгей бойынша бөлінісі

Курс деңгейі	Төмен (0-13)	Орташа (14-26)	Жоғары (27-40)	Жалпы (N=256)
1	36 (36,4)	61 (61,6)	2 (2)	99 (38,7)
2	16 (29,1)	35 (6,6)	4 (7,3)	55 (21,5)
3	22 (55)	18 (45)	-	40 (15,6)
4	25 (40,3)	37 (59,7)	-	62 (24,2)

ҚОРЫТЫНДЫ

Қорытындылай келгенде, академиялық ортада күйзелістің білім алушылардың оқудағы жетістіктеріне әсері бар. Бұл осыған дейін жасалған тұжырымдарды нақтылайды [1, 9]. Зерттеу нәтижесінен жалпы ер балаларда, қыз балаларға қарағанда күйзеліске бейім екендігін көруге болады. Ал, курстар бойынша 2-курс кезеңі білім алушылардың күйзеліске ықпалды басқышы ретінде анықталды. Сондай-ақ, бірінші курс білім алушыларының оқудың алғашқы жылында күйзелісті қабылдауға сезімталдық танытатынын байқауға болады. Жыныстық ерекшеліктер бойынша күйзелісті қабылдауда бітіруші курс білім алушыларында маңызды айырмашылыққа ие. Яғни, күйзелісті қабылдау білім алушылардың курсының, сондай-ақ, жас ерекшелігінің тұрғысынан айырмашылыққа ие. Аталған қорытындының оқу орнында білім алушылармен жүргізілетін осы бағыттағы педагогикалық, психологиялық және тәрбиелік шараларды ұйымдастыруда ескерілуінің маңызы зор.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Chapell, M.S., Blanding, Z.B., Silverstein, M.E., Takahashi, M., Newman, B., Gubi, A., & McCann, N. Test anxiety and academic performance in undergraduate and graduate students // Journal of Educational Psychology, 2005. 972, P.268–274.
2. Lazarus және Folkman Stress, appraisal and coping. New York, N.Y.:Springer, 1984
3. Blonna, R. Coping with stress in changing world. New York: McGraw Hill Higher education 2005
4. Cohen, S. & Kamarck, T. A global measure of perceived stress // Journal of Health and Social Behaviour, 1994. 24(4). P. 385-396.
5. Popa-Velea O, Pîrvan I, Diaconescu LV. The impact of self-efficacy, optimism, resilience and perceived stress on academic performance and its subjective evaluation: a cross-sectional study. Int J Environ Res Public Health. (2021) 18:8911. doi: 10.3390/ijerph18178911
6. Abbas J, Sagsan M. Identification of key employability attributes and evaluation of university graduates' performance: Instrument development and validation. High Educational Ski Work-Based Learn. (2019) 10:449–66. doi: 10.1108/HESWBL-06-2019-0075
7. Chawla K, Sachdeva V. Domains of stress and coping strategies used by 1st year medical students. Natl J Physiol Pharm Pharmacol. (2018) 8:366–9. doi: 10.5455/njppp.2017.7.1040623102017
8. Yang C, Chen A, Chen Y. College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: the role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. PloS ONE. (2021) 16:e0246676. doi: 10.1371/journal.pone.0246676

9. Hysenbegasi, A., Hass, S. L., & Rowland, C. R. The impact of depression on the academic productivity of university students // *The Journal of Mental Health Policy and Economics*, 2005. 8(3), P.145–151.
10. Travis J, Kaszycki A, Geden M, Bunde J. Some stress is good stress: the challenge-hindrane framework, academic self-efficacy, and academic outcomes. *Journal of Educational Psychology* (2020) 112:1632. doi: 10.1037/edu0000478
11. Fortner, M. *Contemporary topics for college students: resource guide to wellness*. New York: McGraw Hill Higher education 2002.
12. Struthers C W, Perry, R. P. & Menec V.H. An examination of the relationship among academic stress, coping, motivation and performance in college // *Research in Higher Education*, 2000. 41(5) PP. 581-592

References:

1. Chapell, M.S., Blanding, Z.B., Silverstein, M.E., Takahashi, M., Newman, B., Gubi, A., & McCann, N. Test anxiety and academic performance in undergraduate and graduate students // *Journal of Educational Psychology*, 2005. 972, P.268–274.
2. Lazarus және Folkman Stress, appraisal and coping. New York, N.Y.:Springer, 1984
3. Blonna, R. *Coping with stress in changing world*. New York: McGraw Hill Higher education 2005
4. Cohen, S. & Kamarck, T. A global measure of perceived stress // *Journal of Health and Social Behaviour*, 1994. 24(4). P. 385-396.
5. Popa-Velea O, Pîrvan I, Diaconescu LV. The impact of self-efficacy, optimism, resilience and perceived stress on academic performance and its subjective evaluation: a cross-sectional study. *Int J Environ Res Public Health*. (2021) 18:8911. doi: 10.3390/ijerph18178911
6. Abbas J, Sagsan M. Identification of key employability attributes and evaluation of university graduates' performance: Instrument development and validation. *High Educational Ski Work-Based Learn*. (2019) 10:449–66. doi: 10.1108/HESWBL-06-2019-0075
7. Chawla K, Sachdeva V. Domains of stress and coping strategies used by 1st year medical students. *Natl J Physiol Pharm Pharmacol*. (2018) 8:366–9. doi: 10.5455/njppp.2017.7.1040623102017
8. Yang C, Chen A, Chen Y. College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: the role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. *PloS ONE*. (2021) 16:e0246676. doi: 10.1371/journal.pone.0246676
9. Hysenbegasi, A., Hass, S. L., & Rowland, C. R. The impact of depression on the academic productivity of university students // *The Journal of Mental Health Policy and Economics*, 2005. 8(3), P.145–151.
10. Travis J, Kaszycki A, Geden M, Bunde J. Some stress is good stress: the challenge-hindrane framework, academic self-efficacy, and academic outcomes. *Journal of Educational Psychology* (2020) 112:1632. doi: 10.1037/edu0000478
11. Fortner, M. *Contemporary topics for college students: resource guide to wellness*. New York: McGraw Hill Higher education 2002.
12. Struthers C W, Perry, R. P. & Menec V.H. An examination of the relationship among academic stress, coping, motivation and performance in college // *Research in Higher Education*, 2000. 41(5) PP. 581-592