

Сатова А.К.¹, Рымжанова Г.Ш.¹

¹Казахский национальный педагогический университет имени Абая
Алматы, Казахстан

ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ У СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Аннотация

В данной статье рассматривается понятие «тревожность», как актуальной психологической проблемой среди студентов. Представлены результаты исследования реактивной (ситуативной) и личностной тревожности у студентов разных направлений подготовки, и их взаимосвязь с показателями самооценки и социального интеллекта. В ходе исследований было проведено тестирование среди 93 респондентов в возрасте от 16 до 22 лет. В результате проведения исследований уровня тревожности (методика Ч.Д. Спилбергера, адаптация Ю.Л. Ханина), было выявлено, что положительная корреляция между уровнем тревожности и показателями самооценки и социальный интеллект у данной категории студентов отсутствует.

Ключевые слова: студенты, тревожность, самооценка, социальный интеллект.

А.К. Сатова¹, Г.Ш. Рымжанова¹

¹ Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

ТҮРЛІ МАМАНДЫҚ СТУДЕНТТЕРІНДЕГІ МАЗАСЫЗДЫҚТЫ ЗЕРТТЕУ

Аңдапта

Бұл мақалада «мазасыздық» ұғымы студенттер арасындағы шұғыл психологиялық проблема ретінде қарастырылады. Оқытудың әр түрлі бағытындағы студенттердегі реактивті (ситуация-лық) және жеке мазасыздықты зерттеу нәтижелері, олардың өзін-өзі бағалау және әлеуметтік интеллект көрсеткіштерімен байланысы көрсетілген. Зерттеу барысында тестілеу 16 мен 22 жас аралығындағы 93 респондент арасында жүргізілді. Мазасыздық деңгейін зерттеу нәтижесінде (Ч.Д. Спилбергердің әдістемесі, Ю.Л. Ханіннің бейімделуі) мазасыздық деңгейі мен өзін-өзі бағалау көрсеткіштері арасында әлеуметтік байланыстың жоқтығы анықталды оқушылардың осы санатындағы интеллект.

Түйінді сөздер: студенттер, мазасыздық, өзін-өзі бағалау, әлеуметтік интеллект.

А.К. Satova¹, G.Sh. Rymzhanova¹

¹Kazakh national pedagogical University named after Abai
Almaty, Kazakhstan

RESEARCH ON ANXIETY IN STUDENTS OF VARIOUS SPECIALTIES

Abstract

This article examines the concept of «anxiety» as an urgent psychological problem among students. The paper presents the results of a study of reactive (situational) and personal anxiety in students of different areas of training, and their relationship with indicators of self-esteem a social intelligence. In the course of the research, testing was carried out among 93 respondents aged 16 to 22 years. As a result of studies of the level of anxiety (methodology of Ch.D. Spielberger, adaptation of Yu.L. Khanin), it was revealed that there is no positive correlation between the level of anxiety and indicators of self-esteem and social intelligence in this category of students.

Keywords: students, anxiety, self-esteem, social intelligence.

В юношеском возрасте происходят значительные морфофункциональные изменения,

укомплектовываются факторы созревания человека. Жизнедеятельность в юношеском возрасте усложняется, увеличивается интервал социальных ролей и интересов, с соответствующей мерой независимости и ответственности, кроме того, юность, является завершающей стадией ступени персонализации. Юность - решающий этап в формировании мировоззрения. На этом этапе жизни студенты пытаются свести множество фактов к разным принципам, построить гармоничную систему взглядов и определить свое место в этом мире [1].

Студенческий возраст - 16-22 л. – это переход от подросткового периода к самостоятельной взрослости. В ходе, которого происходит активное усвоение и создание нравственных и эстетических чувств, формирование и стабилизация характера и, что очень важно, освоение всего спектра социальных ролей и межличностных отношений: гражданских, профессиональных и т.д.

Студенчество выступает периодом ответственного принятия решений, от которого зависит вся дальнейшая жизнь студента: выбор профессии, жизненная позиция, выбор спутника жизни, создание семьи. В этот период становления личности закладываются основы индивидуального стиля деятельности. Именно в юности осуществляется становление человека как индивидуума, когда юноша, пройдя не простой путь онтогенетической идентификации социуму, присвоил от других личностей значимые свойства и качества, например:

- способность к эмпатии, активное нравственное отношение к людям и к самому себе;
- способность к усвоению ролей, норм, правил поведения в обществе и др. [2].

Студента, как человека определенного возраста и как личность можно описать с трех сторон:

- с психологической (представляет собой целостность психологических процессов, состояний и свойств личности);
- с социальной (общественные отношения и качества, порожденные принадлежностью студента к определенной социальной группе);
- с биологической (наследственность).

В своей работе мы исследуем тревожность у студентов, поскольку повышенный уровень тревожности, может неблагоприятно сказаться на успеваемости студентов и на взаимоотношениях с окружающими, а также нанести большой вред психосоматическому здоровью личности. Студентов с возможной тревожностью можно распознать по их поведению. Индивиды с повышенным уровнем тревожности, предпочитают не привлекать внимание окружающих, ведут себя примерно, стремятся точно осуществлять требования.

В психологической литературе встречаются различные определения термина «тревожность». В психологическом словаре тревожность понимается как индивидуальная черта личности, проявляющаяся в повышенной склонности ощущать беспокойство в разных жизненных ситуациях, в том числе и тех, которые объективно не предрасполагают к этому [3].

Именно тревожность, лежит в основе целого ряда психологических трудностей, в том числе многих нарушений развития. Тревожность рассматривается как индикатор «преневротического состояния», её роль чрезвычайно высока при поведенческих расстройствах, таких, как деликвентность и девиантное поведение. Своевременное выявление высокого уровня тревожности и коррекция, необходимо для психологического благополучия личности, а также необходимо при подготовке студентов к трудным ситуациям (экзамены, соревнования и др.), при овладении новой деятельностью [4].

Основные проявления, которые могут говорить о наличии тревожности:

- общее состояние нервно-психической напряженности;
- психологический дискомфорт, стресс;
- раздражительность;
- беспокойство, паника, страх;

- постоянное чувство усталости;
- проблемы в установлении контактов с другими людьми;
- изменение режима сна;
- расстройство пищевого поведения, а также повышенное двигательное напряжение и т.д. [5].

Кроме того, одной из причин тревожности, может являться неудовлетворение доминирующих возрастных потребностей индивидуума [5].

Ч.Спилбергер выделяет личностную и реактивную (ситуативную) тревожность. Ситуативная тревожность чаще бывает временным состоянием, но может быть стабильным, при определенных обстоятельствах проявляется как краткая реакция на конкретную ситуацию, которая действительно представляет угрозу для человека. Подобное состояние может возникнуть у любого человека в ожидании возможных неудач. В таких ситуациях присутствуют: внутреннее напряжение, субъективно переживаемые эмоции, возбуждение, и каждое проявляется индивидуально. Например: экзамены, разговор с начальством, общение с незнакомыми или неприятными людьми и т.д. [6].

Человек с высоким показателем «личной тревожности» - имеет постоянную склонность испытывать тревогу в различных повседневных обстоятельствах, чувство угрозы, страха, готовность воспринимать каждое событие как опасное или неудачное. Проявления тревоги в разных обстоятельствах неодинаковы. В некоторых случаях человек склонен чувствовать тревогу, в других ситуациях он только время от времени выявляет свое беспокойство, в зависимости от обстоятельств.

Определенный уровень тревожности, как правило, средний показатель - естественная и характерная особенность каждого человека, не представляющая угрозы для психосоматического здоровья. Когда степень тревожности превышает допустимый средний уровень, можно говорить о проявлении повышенной тревожности. Повышенный уровень тревожности может указывать на отсутствие эмоциональной адаптации к другим социальным ситуациям. [6].

Гипотеза исследования состоит в том, что, между показателями тревожности и самооценкой, а также социальным интеллектом, существует корреляционная связь.

Методы исследования: анкета, Методика диагностики тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина; методика «Экспресс-диагностика уровня самооценки» Козлова В.В.; методика «Социальный интеллект» Дж.Гилфорда и М.Салливена; математический критерий корреляции r_{xy} Пирсона.

В нашем исследовании первоначально все участники проходили анкетирование. В анкете участники указывали свой возраст, образование и специальность.

Методика диагностики тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина используется для диагностики реактивной (ситуативной) и личностной тревожности [7]. Данный тест состоит из 40 суждений, с 4 возможными вариантами ответов на каждое: никогда, почти никогда, часто, почти всегда. Тест помогает дифференцировано измерить тревожность как свойство индивидуума и как состояние, которое обусловлено текущей ситуацией. Он выделяет три показателя уровней тревожности: низкий, средний и высокий

Методика «Экспресс-диагностика уровня самооценки» Козлов В.В. Данная методика состоит из 15 вопросов, с 5 возможными вариантами ответов: очень часто, часто, иногда, редко, никогда. Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям и суммировать общий балл. Где, 10 баллов и менее – завышенный уровень самооценки, 11-29 баллов – нормативный уровень реалистической оценки своих возможностей, более 29 – заниженный уровень самооценки [8].

Методика «Социальный интеллект» Дж. Гилфорд и М.Салливен. Данная методика включает 4 субтеста, каждый из которых диагностирует четыре способности в структуре социального интеллекта: познание систем, классов, преобразований и результатов поведения. Помимо этого методика предполагает композитную оценку социального интеллекта. Название и назначение субтестов смотреть в Таблице 1.

Таблица 1. Название и назначение субтестов методики «Социальный интеллект».

Название	Назначение
Субтест № 1 - «Истории с завершением»	позволяет оценить способностью к расшифровке невербальных сообщений и т.д.
Субтест № 2 - «Группы экспрессии»	позволяет оценить уровень сенситивности, глубину рефлексии, уровень самооценки и т.д.
Субтест №3 - «Вербальная экспрессия»	позволяет оценить уровень речевой экспрессии и т.д.
Субтест № 4 - «Истории с дополнением»	позволяет проанализировать ситуации межличностного взаимодействия и т.д.
Композитная оценка	суммативный показатель социального интеллекта.

Количество заданий в субтестах варьируется в числах 12-15, при этом время выполнения каждого ограничено [8].

Коэффициент корреляции Пирсона – характеризует наличие только линейной связи между признаками.

Ход исследования. В 2021 году нами было проведено исследование, в котором приняли участие студенты различных курсов и специальностей, **в количестве – 93 человека.** Возраст респондентов от 16 до 22. Средний возраст участников 19 лет.

Результаты, полученные в группе (% от общего числа проявлений в группе) (см. Рисунок 1 и Рисунок 2). Также полученные данные будут использованы при составлении модели тревожного студента.

Если сравнивать оба рисунка, очевидно, что средний уровень тревожности практически одинаковый. У 58 % испытуемых выявлен средний уровень реактивной тревожности и у 49% средний уровень личностной тревожности, это может говорить о том, что это естественная и обязательная особенность активной деятельной личности. У каждого человека существует свой оптимальный, уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность.



Рисунок 1. Показатели уровней реактивной тревожности.

Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него важной составляющей самообладания. В то время как высокий уровень личностной тревожности более выражен, чем уровень реактивной тревожности. Это может свидетельствовать о том, что появление тревожного состояния у людей проявляется в нескольких ситуациях, особенно когда речь идет об оценке их личных качеств или достижений.

ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ



Рисунок 2. Показатели уровней личностной тревожности.

У 10% респондентов был выявлен низкий уровень реактивной тревожности, что говорит о неспособности, этой категории респондентов, воспринимать угрозу на постоянной основе в широком диапазоне ситуаций. В то время как при проведении исследования низкого уровня личностной тревожности выявлено не было.

Для дальнейшего исследования мы продиагностировали уровень самооценки и уровень социального интеллекта (см. Рисунок 3 и Рисунок 4.).

УРОВЕНЬ САМООЦЕНКИ



Рисунок 3. Показатели уровня самооценки.

В рисунке №3 отражены результаты показателей уровней самооценки, согласно которым среди респондентов:

- 0% с показателем «завышенная самооценка» – это искажённое представление человека о себе, характеризующееся иррациональной переоценкой собственных сильных сторон и абсолютным нежеланием признавать какие-либо недостатки.
- 63%(59 респондентов) с показателем «нормативная (адекватная) самооценка» - то есть человек реально оценивает себя, видит достоинства, признает свои недостатки и способен их корректировать.
- 37%(34 респондента) с показателем «заниженная самооценка» - критическое

отношение к себе и постоянное недовольство своими действиями, внешним видом и др.

Согласно методике, «Социальный интеллект» Дж.Гилфорда и М.Салливена, интерпритировать результат можно по 5 шкалам, где 4 это субтесты, а 5 - суммативная шкала «композиционная», которая позволяет оценивать общий показатель социального интеллекта, что, и представлено в рисунке №4.



Рисунок 4. Показатели уровней социального интеллекта.

В рисунке №4 отражены результаты показателей суммативного уровня социального интеллекта, согласно которым среди респондентов:

- 7% с низким социальным интеллектом могут иметь трудности с пониманием и прогнозированием человеческого поведения, что усложняет и ограничивает возможность позитивной социальной адаптации.
- 67% со среднеслабым социальным интеллектом – это промежуточный уровень, который может включать в себя компенсацию различными психологическими характеристиками (например, развитой эмпатией, некоторыми чертами характера, коммуникативными навыками), в отличие от низкого уровня.
- 25% со средним уровнем - действия шаблонами, результативность в обыденных жизнен-ных ситуациях.
- 1% с высоким индексом социального интеллекта – способны извлечь максимум информации о поведении людей, понимать язык невербального общения, высказывать мгновенные и точные соображения о людях, благополучно планировать их реакции в заданных ситуациях, проявлять дальновидность в отношениях с окружающими, что содействует процессу их успешной социальной адаптации.
- респондентов с показателями среднесильного социального интеллекта не было выявлено.

Для проверки предварительных выводов произведем расчет коэффициента корреляции r_{xy} Пирсона [9], между показателями тревожности и самооценки, а также данных показателей теста социального интеллекта, где представлены результаты корреляции между субтестами, композитной оценки и показателями тревожности (см. Таблицу 2).

Таблица 2. Корреляция показателей тревожности и самооценки, а также данных показателей теста Дж.Гилфорда и М.Салливена.

Название	Самооценка	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4	Композитная
----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-------------

						оценка
Реактивная тревожность	0.12	0.06	0.14	0.04	0.02	0.1
Личностная тревожность	0.03	-0.08	0.05	-0.05	-0.02	-0.01

Исходя из полученных данных, следует полагать, что не существует положительной корреляционной связи между тревожностью и самооценкой. Также между тревожностью и уровнем социального интеллекта (как с общим показателем, так и с каким – либо субтестом) не было выявлено положительной корреляционной связи.

Вывод

Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, которая проявляется в склонности человека часто испытывать состояние повышенного волнения, чувства страха и беспокойства в различных жизненных ситуациях.

Высокий уровень тревожности крайне отрицательно сказывается на качестве жизни человека, повышая риск одиночества, психосоматических и соматоформных расстройств, снижения качества социального взаимодействия и пр.

Проведенное нами исследование показало, что самооценка и социальный интеллект не влияют на уровень тревожности ни личностной не ситуативной.

Таким образом, в данной работе мы рассмотрели понятие тревожности. Так же, мы провели диагностику уровня тревожности студентов разных специальностей, сравнили полученные результаты с помощью таблиц и математической статистики. Полученный нами результат способствует проведению расширенного исследования для разработки модели тревожного студента.

Список использованных источников

1. Kagermazova L.C. *Vozrastnaya psihologiya. Nal'chik: KBGU, 2005.*
2. Zasobina G.A., Voronova T.A., Koryagina I.I. *Psihologo-pedagogicheskie osnovy obrazovatel'nogo processa v vysshej shkole. – M.: Direkt media, 2015.*
3. Pavlova T.S., Holmogorova A. B. *Psihologicheskie faktory social'noj trevozhnosti v studencheskom vozraste // Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya [Elektronnyj zhurnal]. 2011. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=20799388> (data obrashcheniya 15.02.2021).*
4. Paramonova S.S., SHesternina E.A. *Issledovanie urovnya trevozhnosti studentov tekhnicheskogo vuza i ego izmenenie v processe obucheniya // Nauka, tekhnika i obrazovanie [Elektronnyj zhurnal]. 2016. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26847555> (data obrashcheniya 28.02.2021).*
5. SHubnicyna T.V. *Issledovanie situativnoj i lichnostnoj trevozhnosti u studentov pervogo kursa vuza, 2016.*
6. Bychkova S.E., Klemes V.S. *Osobennosti trevozhnosti studentov raznyh napravlenij podgotovki // Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal «Koncept», 2017. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29760629> (data obrashcheniya 28.02.2021).*
7. Barkanova O.V. *Metodiki diagnostiki emocional'noj sfery: psihologicheskij praktikum. – Krasnoyarsk: Litera-print, 2009.*
8. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manujlov G.M. *Social'no-psihologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyh grupp. – M. Izd-vo instituta psihoterapii, 2002.*
9. Ermolaev O.YU. *Matematicheskaya statistika dlya psihologov – M.: Moskovskij psihologo-social'nyj institut, Flinta, 2003.*