

ВАЖЛИВІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КURCY

О. В. Батюх

*Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського
ННІ медсестринства*

У статті представлено результати експериментального дослідження рівня особистісної та реактивної тривожності у студентів-першокурсників.

THE IMPORTANCE OF INVESTIGATION OF ANXIETY IN THE FRESHMEN

O. V. Batyuh

*Ternopil State Medical University by I. Ya. Horbachevsky
Institute of Nursing*

The article presents the results of an experimental research of individual and reactive anxiety level in the freshmen.

Вступ. На даний час збільшилася кількість людей з тривожними станами, які відрізняються підвищеним занепокоєнням, непевністю, емоційною нестійкістю. Тривожність – розповсюджений психологічний феномен нашого часу. Вона є частим симптомом неврозів і функціонального психозу, а також є пусковим механізмом розладу емоційної сфери. Виникнення і закріплення тривожності пов'язане із незадоволенням вікових потреб людини. Рівень особистісної тривожності один з найзначущіших у діагностиці особистісного неблагополуччя показник, завжди сигнал внутрішніх недозволених конфліктів, суперечливих установок і почуттів, слабості і неефективності механізмів психологічного захисту.

Основна частина. Актуальність даної роботи зумовлена недостатністю знань про системні взаємозв'язки між деякими психологічними перемінними такими, як тривожність і самооцінка. Потреба в цих знаннях виражається не тільки в науковому, але і практичному інтересі, оскільки вони відкривають можливості цілісного розуміння особистості.

Тривожність – це індивідуально-психологічна особливість, що складається з підвищеної схильності відчувати занепокоєння у різних життєвих ситуаціях. Змістом її є почуття невизначеності та безпорадності. Основними ознаками тривожності є: специфічне почуття неприємного; усвідомлення цього переживання; відповідні соматичні реакції, що проявляються фізіологічними симптомами. Виділяють такі види тривожності на основі ситуацій, пов'язаних: з процесом навчання – навчальна тривожність; зі спілкуванням – міжособистісна; з уявленням про себе – самооцінююча тривожність. Щодо форм тривожності, то вони є відкриті та закриті. Відкриті форми: гостра нерегульована тривожність; регульована і компенсуюча тривожність; культивує тривожність. Закриті форми тривожності названі «масками». Розрізняють ще й два типи тривожності: агресивно-тривожний та залежно-тривожний типи, що проявляються у її різних формах.

Вивчення ситуаційних та особистісних характеристик тривожності в першокурсників передбачає вивчення як загального рівня тривожності студента в цілому, так і окремих факторів та ситуацій, які підвищують рівень її тривожності в на-

вчальному закладі (тобто вивчення реактивної та особистісної тривожності). Тому ми вирішили побудувати своє дослідження таким чином, щоб в результаті отримати цілісну картину тривожності першокурсника. При виборі методики, які будемо використовувати для дослідження, ми керувалися саме тим, щоб в результаті отримати дані, які зможуть продемонструвати і рівень особистісної тривожності студента, і водночас визначити ситуативні фактори, які підвищують рівень тривожності.

Експериментальне дослідження ми проводили у Кременецькому медичному училищі імені Арсена Річинського. У дослідженні взяло участь 30 студентів першокурсників (вік 16–17 років).

Для дослідження рівня та видів тривожності у студентів ми використовували психодіагностичний тест (методика дослідження тривожності, розроблена Ч. Д. Спілбергером та Ю. Л. Ханіним), метою якого є отримання інформації про рівень тривожності на даний момент і особистісної тривожності. Методика складається із 2-х частин, по 20 завдань у кожній. Перша шкала призначена для визначення того, як студент почуває себе на даний момент (реактивна тривожність), а завдання другої шкали спрямовані на виявлення того, як суб'єкт почуває себе зазвичай (особистісна тривожність).

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодалев А. А. Личность и общение: избр. психол. тр. / А. А. Бодалев. – М. : Междунар. пед. акад., 1995. – 326 с.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. – М., 1994. – 230 с.
3. Міщенко Т. А. Соціально-психологічний тренінг / Т. А. Міщенко // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 7. – С. 10 – 14.
4. Осадько О. Страх як прояв особистісних самообмежень / О. Осадько // Психолог. – 2004. – № 7. – С. 25 – 27.
5. Пашукова Т. І. Практикум із загальної психології / Т. І. Пашукова, А. І. Допіра, Г. В. Дьяконов. – К. : Знання, 2000. – С. 84 – 88.
6. Прихожан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности / А. М. Прихожан // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 11 – 17.

При інтерпретації отриманих результатів враховувалися також дані, отримані в процесі спостереження, бесіди із студентами, опитування викладачів.

Високий рівень особистісної тривожності мають 57 % студентів від загальної кількості; помірний – у 43 % досліджуваних. Низький рівень не спостерігається у жодного студента.

Високий рівень реактивної тривожності мають 3 % студентів; помірний рівень – 37 %; низький рівень – 60 % респондентів відповідно.

Переважання високого рівня особистісної тривожності при низькому рівні реактивної тривожності свідчить, що на стресову ситуацію студенти реагують з меншою напругою і занепокоєнням. Також це може свідчити про те, що досліджувани активно витісняють високу тривожність з метою показати себе «у кращому світлі».

Низький рівень тривожності вимагає підвищення уваги до мотивів діяльності і підвищення почуття відповідальності.

Висновок. З метою корекції високого рівня особистісної тривожності у студентів-першокурсників доцільно проводити соціально-психологічний тренінг для реалізації їх потреби в активній діяльності і спілкуванні, формуванні певних позитивних емоцій, отриманні нової інформації про себе, навчання регулювання емоційних проявів та поведінки.

7. Шапар В. Психологічний тлумачний словник / В. Шапар. – Х. : Прапор, 2004. – 640 с.
8. Савчин М. Вікова психологія / М. Савчин, Л. Василенко. – Д., 2001. – С. 234 – 263.
9. Осадько О. Страх себе: специфіка психологічної допомоги / О. Осадько // Психолог. – 2004. – № 17. – С. 13 – 15.
10. Осадько О. Страх тривоги: специфіка психологічної допомоги / О. Осадько // Психолог. – 2004. – № 13. – С. 9 – 12.
11. Творогова Н. Д. Страх и тревожность. Психология. Лекции для студентов медицинских вузов / Н. Д. Творогова. – М., 1998. – С. 271 – 275.
12. Цьшев В. Подросток по мнению одноклассников / В. Цьшев, В. Мельницкий // Шкільний психолог. – 2002. – № 11. – С. 42 – 43.