

УДК 159.9.072

*Усынина Т.П., кандидат психологических наук, доцент
доцент кафедры «Психиатрия и наркология»
Оренбургский государственный медицинский университет*

Россия, г. Оренбург

Чужебаева Ж.С.

студент

*3 курс, факультет «Клиническая психология»
Оренбургский государственный медицинский университет*

Россия, г. Оренбург

*Usynina T.P., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor
Associate Professor of the Department "Psychiatry and Narcology"*

Orenburg State Medical University

Russia, Orenburg

Chuzhebayeva Zh.S.

student

3 course, faculty "Clinical Psychology"

Orenburg State Medical University

Russia, Orenburg

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И АДАПТИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Аннотация: Статья посвящена выявлению и изучению взаимосвязи тревожности и адаптированности студентов к обучению в вузе. Рассмотрены методики исследования тревожности и адаптированности студентов в вузе. Приведены результаты уровня тревожности и уровня адаптированности студентов. С помощью статистического метода

выявлена взаимосвязь между тревожностью и адаптированностью студентов к обучению в вузе.

Ключевые слова: тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность, адаптированность, адаптированность к учебной группе, адаптированность к учебной деятельности.

THE RELATIONSHIP OF ANXIETY AND ADAPTED STUDENTS TO STUDYING AT THE UNIVERSITY

Annotation: The article is dedicated to the identification and study of the relationship of anxiety and adaptability of students to university studies. The methods of studying anxiety and adaptability of students in high school are considered. The results of the level of anxiety and the level of adaptability of students. With the help of a statistical method, the relationship between anxiety and students' adaptability to university studies was revealed.

Key words: anxiety, situational anxiety, personal anxiety, adaptability, adaptability to the study group, adaptability to learning activities.

В современном мире довольно актуальным становится исследование такой личностной особенности, как тревожность. Актуальность выбранной темы определяется усложнением учебной деятельности студентов, обусловленной развитием общества неблагоприятными тенденциями социально-психологического климата в обществе, ведущими к появлению новых стрессовых факторов в ходе обучения в вузе, а также повышение нервно-психического напряжения и уровня тревожности в обществе.

Несмотря ни на что, проблема тревожности достаточно актуальна в настоящее время, данный вопрос мало рассматривается в практике образовательных учреждений. В организации профессиональной подготовки студентов существует ряд проблем. Одна из них состоит в том, что учебный процесс на младших курсах осуществляется без учёта

специфики ситуации, которая заключается в адаптации студентов к вузовскому обучению. Наиболее типичные их проявления – тревога за неспособность полноценно включиться в учебный процесс.

Интенсификация образования диктует необходимость полноценного включения студентов в учебно-воспитательный процесс с первого дня их пребывания в вузе. Начальный период обучения специфичен своей напряжённостью, важностью для личностного и профессионального становления, будущего специалиста. Поэтому естественно то внимание, которое уделяется учёными и педагогами-практиками личности начинающего студента, процессу его вхождения в образовательную среду вуза и адаптации в ней.

Цель исследования: выявить взаимосвязь тревожности и адаптированности студентов к обучению в вузе.

Исследование проходило на базе ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России г. Оренбурга. В исследовании приняли участие 35 студентов в возрасте 17-22 лет.

В качестве методов исследования использовались теоретические методы (анализ, синтез, обобщение, сравнение); эмпирические (метод тестирования: методика диагностики самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина, методика «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крыловой); методы обработки экспериментальных данных: количественная и качественная обработка результатов исследования, табулярно-графическое представление данных, методы математической обработки данных (коэффициент корреляции r -Пирсона).

Согласно результатам методики «Диагностика самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина, 65% обладают высоким уровнем ситуативной тревожности, 32% – умеренным уровнем, 3% –

низким уровнем. Полученные данные могут свидетельствовать о том, что студенты с высоким уровнем ситуативной тревожности при попадании в стрессовую ситуацию чувствуют себя напряженно, что характеризуется субъективным дискомфортом, беспокойством и вегетативным возбуждением. Студенты с низким уровнем ситуативной тревожности характеризуются нечувствительностью к возможным опасностям в конкретных ситуациях и слабой мотивацией на достижение успеха. По шкале «Личностная тревожность» 77% испытуемых обладают высоким уровнем, 23% – умеренным уровнем. Студентов с низким уровнем личностной тревожности среди испытуемых не выявлено. Испытуемые, демонстрирующие высокий уровень личностной тревожности склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Низкий уровень личностной тревожности, проявляется у испытуемых склонных воспринимать появившиеся трудности адекватно их объективной эмоциональной насыщенности.

По результатам методики: «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой и А.В. Крыловой, 86% обладают высоким уровнем адаптированности к учебной группе, 14% – низким уровнем. Высокий уровень адаптированности к учебной группе может свидетельствовать о том, что студенты медицинского вуза чувствуют себя комфортно в группе, легко находят общий язык с однокурсниками, следуют принятым в группе нормам и правилам. Низкий уровень адаптированности к учебной группе свидетельствует о том, что студенты могут испытывать трудности в общении с однокурсниками, они держатся в стороне, проявляют сдержанность в отношениях, не разделяют принятые в группе нормы и правила. По шкале «Адаптированность к учебной деятельности» 54% испытуемых обладают высоким уровнем, 46% – низким уровнем. Высокий

уровень адаптированности к учебной деятельности может свидетельствовать о том, что студенты легко осваивают учебные предметы, успешно и в срок выполняют учебные задания; свободно выражают свои мысли, могут проявить свою индивидуальность и способности на занятиях. Низкий уровень адаптированности к учебной группе свидетельствует о том, что студенты с трудом осваивают учебные предметы и выполняют учебные задания; им трудно выступать на учебных занятиях и выражать свои мысли.

Для выявления взаимосвязи между тревожностью и адаптированностью к обучению в вузе был использован коэффициент корреляции r -Пирсона. Выявлена положительная корреляция между: ситуативной тревожностью и адаптированностью к учебной группе ($p \leq 0,001$), ситуативной тревожностью и адаптированностью к учебной деятельности ($p \leq 0,001$), личностной тревожностью и адаптированностью к учебной группе ($p \leq 0,001$), личностной тревожностью и адаптированностью к учебной деятельности ($p \leq 0,001$).

Полученные результаты свидетельствуют, что у испытуемых с высоким уровнем ситуативной и высоким уровнем личностной тревожности преобладает высокий уровень адаптированности к учебной группе и высокий уровень адаптированности к учебной деятельности. Гипотеза не подтвердилась. Это может свидетельствовать о том, что тревожные студенты, попадая в трудные жизненные ситуации и решая возникающие у них проблемы, могут обратиться за помощью к однокурсникам, которые принимают и поддерживают их взгляды и интересы. С трудностями, возникающими в учебной деятельности, студенты справляются успешно и в срок выполняют учебные задания. При необходимости могут обратиться за помощью к преподавателю, свободно

выразить свои мысли, и проявить свою индивидуальность и способности на занятиях.

Список литературы

1. Дубовицкая Т.Д. Методика исследования адаптированности студентов в вузе / Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова // Электронный журнал «Психологическая наука и образование psyedu.ru» – http://psyedu.ru/journal/2010/2/Dubovitskaya_Krilova.phtml.

2. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М. – 2001. – 672 с.

3. Сергеева С.В. Основные направления педагогического сопровождения адаптации студентов-первокурсников к образовательному процессу вуза / С.В. Сергеева, О.А. Воскресенко. – Гуманитарные науки. – № 3. – 2008. – С. 137-144.