

ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕРЕД ІСПИТАМИ

УДК 159.922

*Корчак М. І.,
студентка спеціальності 053 «Психологія»,
освітньо-кваліфікаційного рівня «Спеціаліст»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність проблеми. Вступ вчорашнього старшокласника до закладу вищої освіти (ЗВО) докорінно змінює його соціальну ситуацію розвитку. Різноманітні зміни у житті людини часто супроводжуються підвищенням в неї рівня тривожності. Зростання у студентів ЗВО рівня тривожності пов'язано зі стрімким розширенням кола спілкування, появою нових обов'язків, прагненням відповідати очікуванням оточуючих. Особлива увага приділяється особистісним чинникам тривоги, страху студентів перед іспитами.

Подолання тривожності у студентів мало б стати одним з провідних завдань функціонування психологічної служби у ЗВО, але реальність свідчить, що профілактиці та корекції тривожності досі не приділяється необхідної уваги та часу.

Короткий аналіз останніх досліджень з проблеми. Тривогу як емоційний стан і як ситуативну чи особистісну рису, яка виникає у процесі адаптації до середовища та виконання різних видів діяльності, вивчали багато вчених, зокрема: Ю. А. Александровський, Ф. Д. Горбов, А. Б. Леонова, Я. Рейковський, К. О. Сантросян, Ю. Л. Ханін, Х. Хекхаузен. У деяких дослідженнях тривожність розглядається як реакція на соціальні впливи при певних індивідуальних психофізіологічних особливостях (Г. Айзенк, В. Р. Кисловська, Н. А. Лисенко, Н. Д. Левітов, М. Махоні, В. С. Мерлін, Ч. Д. Спілбергер), а також як така, що може виникати при різних психосоматичних захворюваннях (В. М. Мясіщев, Є. І. Соколов).

Вплив самооцінки та рівня домагань на розвиток тривожності вивчали Л. В. Бороздіна, Н. І. Наєнко, А. М. Прихожан, О. Т. Соколова. Низкою дослідників вивчалися питання впливу на виникнення, розвиток і закріплення тривожності в реальних умовах спільної діяльності (Г. С., Абрамова, 1995; М. І., Буянов, 1988; Ч., Спілбергер, 1985; Ю. Л., Ханін, 1991).

Мета наукової публікації - теоретичний аналіз особистісних чинників тривожності особистості в юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження. 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 супроводжуються фізіологічними симптомами.

Згідно точки зору А. М. Прихожан, певний рівень тривожності в нормі властивий всім людям і є необхідним для оптимального пристосування людини до дійсності (Прихожан, А.М., 2007). Отже, тривожність має захисну (передбачення небезпеки і підготовка до неї) та мотиваційну (легка тривожність посилює мотивацію досягнення) функції. Оптимальний рівень тривожності розглядається як необхідний для ефективного пристосування особистості до дійсності (адаптивна, мобілізуюча тривога). Надмірно високий рівень розглядається як дезадаптивна реакція, що виявляється у загальній дезорганізації поведінки і діяльності людини. У руслі вивчення проблем тривожності розглядається і повна відсутність тривоги як явища, що перешкоджає нормальній адаптації і також, як і стійка тривожність, що заважає нормальному розвитку і продуктивній діяльності індивіда.

Відповідно, тривожність може носити як конструктивний (мобілізуюча ситуативна тривожність), так і деструктивний (дезорганізуюча особистісна тривожність) характер. Наявність тривожності як стійкого утворення — свідчення порушень в особистісному розвитку, що перешкоджає нормальній діяльності, спілкуванню. Розуміння тривожності як відносно стійкої особистісної характеристики спрямовує увагу дослідників на вивчення ролі особистісних і соціальних факторів у її виникненні та закріпленні.

Відповідь про причини стійкої тривожності залежить від того, чи розглядається вона як особистісне утворення, чи як властивість темпераменту. При розумінні тривожності як властивості темпераменту в якості основних факторів визнаються природні передумови — властивості нервової та ендокринної систем, а саме слабкість нервових процесів (В.С. Мерлін, Я. Стреляу).

Розуміння тривожності як відносно стійкої особистісної характеристики спрямовується на виявлення ролі особистісних і соціальних факторів у її прояві. Отже, в даний час виділяються в основному 2 типи джерел стійкої тривожності: 1) тривала зовнішня стресова ситуація, яка виникла в результаті частого переживання стану тривоги; 2) внутрішні — психологічні або психофізіологічні причини.

В даному ракурсі продуктивним є підхід, що об'єднує зовнішнє джерело стресу і його суб'єктивну оцінку. У певних дослідженнях тривожність розглядається в загальному ряді невротичних і преневротичних утворень як така, що породжується внутрішніми конфліктами (Б.К. Кочубей, О.І. Захаров, К. Роджерс). В. М. Мясіщев визначав внутрішній конфлікт, як особливе поєднання об'єктивних та суб'єктивних факторів, які порушують значущі стосунки особистості і сприяють стійкому переживанню емоційної напруги, інтенсивність якої визначається суб'єктивною значущістю для особистості порушених

відносин. Центральними моментами тут виявляються протиріччя між можливостями, що є у особистості, і вимогами, які до неї висуваються, що є основою для виникнення тривожності.

Вивчення ситуаційних та особистісних характеристик тривожності в студентів передбачає дослідження як загального рівня тривожності студента в цілому, так і окремих факторів та ситуацій, які підвищують рівень його тривожності в навчальному закладі (тобто вивчення реактивної та особистісної тривожності напередодні сесії).

Висновки. На основі теоретичного аналізу феномену тривожності, встановлено, що вона є індивідуально-психологічною особливістю, яка складається з підвищеної схильності відчувати занепокоєння у різних життєвих ситуаціях. Для повного дослідження ми розглянули психологічні особливості юнацького віку, студентів.

Головна особливість юнацького віку - це усвідомлення власної індивідуальності, неповторності і несхожості на інших (Скрипченко, О. В., 2001). Як наслідок цього усвідомлення може виникнути внутрішня напруженість, що породжує почуття самотності.

Перспективою подальших досліджень є експериментальне виявлення зв'язку між ситуативною і особистісною тривожністю студентів та показниками мотивації до успіху під час іспитів.

Список використаної літератури.

1. Прихожан, А. М., (2007), Психология тревожности, Питер, Санкт – Петербург, 192 с.
2. Скрипченко, О. В., Долинська, Л. В., Огороднійчук, З. В., (2001), Вікова та педагогічна психологія, Просвіта, Київ, 416 с.

ФЕНОМЕН АГРЕСІЇ В КОНЦЕПЦІЯХ ЗАРУБІЖНИХ ТА ВІТЧИЗНЯНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

УДК 159.925+316.624

*Котик В. Д.,
студентка спеціальності 053 «Психологія»,
освітнього рівня «Магістр»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. Наша держава перебуває в складному соціально-економічному і політичному стані. Воєнні дії на сході країни, низький матеріальний рівень більшої частини населення, знецінення моральних цінностей і демонстрація в окремих засобах масової інформації сцен насильства призводить до підвищення агресивності людей. За офіційними даними кількість злочинів за останній рік зросла. Кількість звернень громадян стосовно домашнього насилля за останні п'ять років збільшилось на 35 %. Свідками цього, а часто і учасниками, стають неповнолітні.