

Ключевые слова: самоутверждение, психологические механизмы самоутверждения через деятельность, общение, саморазвитие.

Summary. The article is devoted to the problem of the personality self-confirmation of the young man. The psychological mechanisms of the personality self-confirmation are discovered on the base of the theoretical analysis of the problem. The results of the empirical research of psychological mechanisms of the personality self-confirmation are presented.

Key words: self-confirmation, psychological mechanisms of the personality self-confirmation through the action, communication, self-development.

УДК 159.9:37.015.3

М.М. ВОЛОШИН, Л.М. НАЗАРЕЦЬ

АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ТРИВОЖНОСТІ ТА НАВЧАЛЬНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ

Резюме. Стаття присвячена проблемі психологічних особливостей тривожності та її зв'язку з навчальною діяльністю студентів. Проаналізовано причини тривожності студентів, висвітлені основні підходи до вивчення тривожності. Наведені результати експериментального дослідження тривожності студентів.

Ключові слова. Тривожність, особистісна тривожність, тривога, невротичність, навчальна успішність.

Постановка проблеми. Одним із важливих завдань сучасної освіти як в Україні, так і в світі, виступає формування професійно грамотної, фізично та психологічно здорової особистості. У складних умовах сьогодення, коли падає соціальний престиж вищої освіти, молодь невпевнена у своєму майбутньому, нерідко переживає негативні емоційні стани та внутрішні конфлікти.

Під час навчання у вузі на людину припадає значне розумове та нервово-емоційне навантаження. Навчальний процес насичений емоційними переживаннями. У ході навчальної діяльності виникає багато емоційних ситуацій, на які учасники процесу реагують по-різному. Багато досліджень свідчить про те, що емоції, які студенти хотіли б пережити на заняттях, не збігаються з емоціями, які вони відчувають реально; замість радості, допитливості, захоплення у них часто відзначаються байдужість, нудьга, тривога. Проблема тривожності студентів становить інтерес для психологічної науки і є надзвичайно актуальною для цілої низки питань освітянської практики, зокрема, пов'язаною з навчальною успішністю.

Мета даної статті полягає у теоретико-експериментальному дослідженні особливостей прояву тривожності студентів з різним рівнем навчальної успішності.

Вивченню проблеми тривожності присвячено велику кількість досліджень як вітчизняних, так і зарубіжних психологів (А. Орлова, А. Захаров, А. Прихожан, Ю. Ханін, З. Фрейд, К. Хорні, Дж. Тейлор, Р. Мей, Ч. Фолкен, Д. Боулбі, Ч. Спілбергер, К. Броннер та ін.) [6]. Дослідники вивчають природу тривожності, причини виникнення, форми прояву, методи корекції тощо. Переважна частина психологічних досліджень, присвячених проблемі тривожності, зосереджена на вивченні її особливостей у дітей, і лише незначна кількість спрямована на дослідження тривожності студентів (А. Варес, С. Тамм, І. Волженцева, Т. Немчин, А. Прохоров, Ю. Щербатих та ін.) [2; 3; 4].

На сучасному етапі розвитку психологічної науки тривожність прийнято розглядати з позиції системного дослідження, яке передбачає її вивчення з точки зору цілісного й інтегрального явища, що проявляється на різних рівнях життєдіяльності людини. На фізіологічному рівні тривожність виражається через активність автономної нервової системи. Так, К.Ізард вважає, що найбільш поширеними критеріями тривожності можна вважати шкірно-гальванічну реакцію, зміну частоти серцевих скорочень, величину кров'яного тиску, температуру тіла, параметри дихання. На психологічному рівні тривожність проявляється у заниженні самооцінки, нерішучості, невпевненості у собі, зміні мотиваційної сфери тощо.

А.М. Прихожан виділяє два типи прояву тривожності з різним ступенем її усвідомлення: агресивно-тривожний і тривожно-залежний. В свою чергу, тривожно-залежний тип найбільш часто зустрічається при відкритих формах тривожності. Натомість - агресивно-тривожний тип має місце як при відкритих, так при прихованих формах тривожності у вигляді прямого вираження агресивних форм поведінки. У таких людей спостерігається яскраво виражене відчуття небезпеки, своєрідна суміш агресії і тривоги: здійснюючи агресивний вчинок, індивід як би вибачається, сам боїться своєї «сміливості».

Варто звернути увагу на різницю між тривожністю та невротичністю. Основні розбіжності полягають у тому, що тривожність, як правило, не призводить до дезадаптивної поведінки і часто виконує роль мотивуючого та допоміжного фактору, у той час, як невротичність свідчить про наявність дезадаптації у тій чи іншій життєвій ситуації. Проте, висока тривожність ускладнює інтелектуальну діяльність в психічно напружених ситуаціях, зокрема, під час іспитів, знижує рівень розумової працездатності, викликає невпевненість у собі, а також є однією з причин низького соціального статусу особистості.

Оскільки базовим компонентом тривожності у розвитку особистості виступає почуття занепокоєння, доцільно виділити його основні ознаки, а саме невпевненість у спілкуванні, настороженість, збентеження, невиразність і суперечливість мови, переляк у погляді, блідість лиця, метушливість, напруженість, скутість рухів або, навпаки - надмірна жестикуляція [5,49].

У психології при вивченні нервово-емоційної сфери велику увагу приділяють такому стану передчуття безпеки, занепокоєння, як тривога. Найбільш часто тривога проявляється в очікуванні якоїсь події. Тривога більшою мірою притаманна людям з розвиненим почуттям власної гідності, обов'язку, відповідальності, тим хто визнаний оточуючими. Необхідно зазначити, що тривога не завжди сприймається негативно, вона може проявлятися у вигляді радісного хвилювання, виснажливого очікування «завтрашньої радості».

Важливо розрізнити поняття тривоги та тривожності. Тривога як епізодична реакція має свою аналогію у формі більш стійкого психологічного стану – у вигляді тривожності, в основі якої лежить почуття занепокоєння. З цього випливає, що тривожність особистісно мотивований стійкий стан людини.

Термін «тривога» використовується психологами в різних значеннях: тимчасовий психічний стан, що виник під впливом стресових факторів; фрустрація соціальних потреб; первинний показник неблагополуччя, коли організм не має можливості природним чином реалізувати потреби; властивість особистості; реакція на загрозу. При цьому, найчастіше

термін «тривога» використовується для опису неприємного за своїм забарвленням психічного стану, який характеризується суб'єктивними відчуттями напруги, занепокоєнням, похмурих передчуттів, а з фізіологічного боку супроводжується активізацією автономної нервової системи. Надмірно високий рівень занепокоєння – тривога частіше всього знижує ефективність діяльності, а в критичних ситуаціях виявляється як особистісна властивість, коли схильність до емоційного стресу перетворюється в складовий компонент структури особистості. Разом з тим тривога може відігравати й позитивну роль, зокрема як мобілізатор резервів психіки [1,83]. Проте, найчастіше тривогу розглядають як негативний стан, пов'язаний з переживанням стресу. Стан тривоги може варіювати за інтенсивністю і змінюватися в часі як функція рівня стресу, якому піддається індивід, але переживання тривоги властиво будь – якій людині в адекватних ситуаціях.

Виділяють кілька теоретичних підходів до вивчення тривоги:

- *системно-функціональний* підхід розглядає стан тривоги як специфічну форму психіки, що відображає відношення між предметним світом і людиною або людьми, де тривога, впливаючи на компоненти будь-якого з рівнів прояву активності, відіграє або позитивну роль, будучи мобілізатором резервів психіки, або негативну;

- *системно-структурний* підхід розкриває тривогу як цілісне інтегроване явище;

- *системно-історичний* підхід розкриває причинність тривоги в соціальному, психологічному і фізіологічних аспектах [6,с. 113].

Причини, що викликають тривогу і впливають на зміну її рівня, різноманітні і можуть лежати в усіх сферах життєдіяльності людини. Умовно їх розділяють на суб'єктивні та об'єктивні. До суб'єктивних відносяться причини інформаційного характеру, пов'язані з невірним поданням інформації про можливий результат, що призводить до завищення суб'єктивної значущості результату майбутньої події. Серед об'єктивних причин, які викликають тривогу, виділяються екстремальні умови, що висувають підвищені вимоги до психіки людини і пов'язані з невизначеністю результату ситуації.

Експериментальну діагностику тривожності ми здійснювали за допомогою методик: особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, адаптація Т. А. Немчіна) та методика динамічного вимірювання самопочуття, активності та настрою (САН).

У дослідженні брали участь 38 студентів 2-го та 39 студентів 5-го курсу психологічного факультету Харківського національного університету. Загалом вибірка складала 77 осіб, які за середніми балами з фахових предметів умовно були розділені на «успішних», «середніх» та «неуспішних» у навчальній діяльності студентів.

За результатами методики «Особистісна шкала проявів тривоги» (див. табл.1) було виявлено, що найвищий бал загальної особистісної тривожності мають успішні студенти 2-го курсу. Такий результат (22 бали) говорить про те, що показник тривожності цих студентів відповідає середньому рівню з тенденцією до підвищеного. У той же час, студенти з середнім рівнем успішності у навчанні мають показник особистісної тривожності 16,3 бали, що відповідає значенню середньої норми з тенденцією до низького рівня. На такому ж рівні знаходиться особистісна тривожність студентів 2-го курсу з низькою успішністю у навчанні (особистісна тривожність складає 14,4 бали).

Таблиця 1.

Показники особистісної тривожності студентів з різною навчальною успішністю (у середніх балах)

Студенти	Рівень успішності			Порівняння за T-критерієм		
	«Успішні»	«Середні»	«Неуспішні»	T _{1,2}	T _{1,3}	T _{3,2}
2-го курсу	22±0,49	16,3±0,69	14,4±0,99	5,9	6,9	1,4
5-го курсу	16,8±0,35	11±0,67	12,3±0,84	6,5	4,9	1,1
Всього:	19,4±0,42	13,7±0,83	13,4±0,92	6,19	5,97	0,24

Рівень особистісної тривожності в успішних студентів 5-го курсу, так як і в другокурсників знаходиться на рівні «середній з тенденцією до підвищеного», а рівень особистісної тривожності студентів з «середнім» та «низьким рівнем успішності» у навчанні (11 та 12,3 бали відповідно) є середнім з тенденцією до низького.

Дослідження самопочуття, активності та настрою студентів (методика САН) дало можливість отримати наступні результати. Найбільші коливання самопочуття помітні у студентів з високим рівнем успішності у навчанні. Студентів із середнім рівнем успішності у навчанні не виявили помітних змін самопочуття протягом навчання. Серед студентів, які мають середній рівень успішності у навчанні спостерігається підйом активності з наближенням та протягом учбової сесії.

Найбільші коливання суб'єктивної оцінки самопочуття також проявляються у студентів з високим рівнем успішності у навчанні. Погіршення самопочуття напередодні сесії скоріше за все викликано тривогою та виснажливою підготовкою до заліків та іспитів. У студентів із середнім рівнем успішності у навчанні не спостерігається змін самопочуття протягом навчання. Також має місце невеликий спад самопочуття студентів із низьким рівнем успішності у навчанні наприкінці сесії.

Висновки. Отже, результати теоретико-експериментального дослідження дозволили констатувати, що тривожність як складний процес, включає емоційний, поведінковий, когнітивний компоненти і пов'язана з такими особливостями особистості, як емоційна стійкість, соціальна та інтелектуальна активність. Рівень тривожності безпосередньо пов'язаний з навчальною успішністю студентів. Зокрема підвищений рівень особистісної тривожності у студентів сприяє збільшенню напруженості в багатьох навчальних ситуаціях, що може стати перешкодою прояву їх компетентності. Тому перспективою подальшої роботи над вищезазначеною проблемою є розробка психологічної програми корекції особистісної тривожності осіб юнацького віку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Белов А.Ф. Успешность обучения студентов медицинского ВУЗа: дифференциально-психологический аспект/ А.Ф. Белов, М.М. Лапкин, Н.В. Яковлева // Психологический журнал. - 2008. - Т.15. - № 1. - С.81- 86.
2. Набат Э. Н. Педагогические условия преодоления тревожности как фактор развития личности студента-практиканта: Э.Н. Набат автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01: Карачаевск, 2008. - 192 с.
3. Постовалова Г.И. Психологические и социально-психологические особенности адаптации студентов /Г.И. Постовалова. - М.: Азимут-Центр, 2009. – 229 с.

4. Седова Е. А. Исследование тревожности студентов технического вуза / Е. А. Седова // Ярославский педагогический вестник. – 2010. – № 4 – Том II. (Психолого-педагогические науки). – С. 226 – 230.
5. Ханин Ю. Л. Межличностная и групповая тревога в условиях значимой совместной деятельности [Текст] / Ю. Л. Ханин // Вопросы психологии. – 2010. – № 5. – С. 48–51.
6. Харченко М.А. Диагностика проявлений тревожности у студенческой молодежи / М.А. Харченко // Научно-медицинский вестник, 2009. - № 8. – С. 112-114

Резюме. Стаття посвящена проблеме психологических особенностей тревожности и ее взаимосвязи с учебной деятельностью студентов. Анализируются причины тревожности студентов, рассматриваются основные подходы к изучению тревожности. Представлены результаты экспериментального исследования тревожности студентов.

Ключевые слова: тревожность, личностная тревожность, тревога, учебная успеваемость.

Summary. This work is devoted to psychological characteristics of anxiety and its impact on the learning activities of students. We consider the causes of anxiety students, dedicated scholars, psychologists, involved in the study of anxiety students highlight the main approaches to the study of anxiety students. This paper describes presents the results of research.

УДК 159.9 : 316.613.434

I. GERMAN

СОЦІАЛЬНИЙ СТАТУС ЯК ЧИННИК ВИНИКНЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Резюме. У статті проаналізовано роль соціального статусу у виникненні міжособистісних конфліктів у юнацькому віці, розглянуто особливості проведеного дослідження, здійснено відповідні узагальнення.

Ключові слова: міжособистісні конфлікти, юнацький вік, соціальний статус, соціометрія.

Постановка проблеми. Зростання напруженості у сучасному суспільстві обумовлює збільшення різноманітних конфліктів та необхідність їх всебічного вивчення з метою нівелювання негативних наслідків та якнайповнішого використання закладених у них позитивних можливостей для розвитку особистості. Знання чинників, які обумовлюють виникнення міжособистісних конфліктів, дає змогу розробити комплекс методів, спрямованих на їх профілактику та формування навичок успішного вирішення. Така робота дозволяє не лише допомогти особистості одержати знання про ефективні способи розв'язання конфліктів, але й надає їй інформацію про основні психологічні особливості, які зумовлюють виникнення міжособистісних конфліктів, про можливості саморегуляції у складних життєвих ситуаціях з метою гармонізації її психічного та соціального життя.

Загальний аналіз досліджень з проблеми. Проблема конфліктів завжди приваблювала дослідників і розроблялася представниками різних психологічних напрямів як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології. Зокрема, у зарубіжній психології вона представлена роботами представників різних підходів: психоаналітичного (З.Фройд, К.-Г.Юнг та А.Адлер); етологічного (К.Лоренц); теорії групової динаміки (К.Левін, Д.Креч); фрустраційно-агресивного (Д.Доллард, Н.Міллер); поведінкового (А.Басс, А.Бандура); соціометричного (Дж.Морено); інтеракціоністського (Т.Шибутані, Д.Шпігель) [4; 5; 9]. Завдяки цим роботам у психологічній науці було започатковано систематичне вивчення конфлікту як самостійного соціально-психологічного феномену.

Серед російських досліджень з проблематики конфліктів варто відзначити роботи В.Агєєва, В.Андрєєва, Н.Гришиної, Т.Драгунової, О.Шипілова [1; 2; 4].

В Україні проблему конфліктів успішно розробляють А.Бузнєк, А.Гірник, Н.Дорошенко, Г.Ложкін, М.Пірен, Н.Пов'якель, В.Радчук, О.Ткач [6; 7; 8].

У віковому аспекті проблему конфліктів вивчали Я.Коломінський, Б.Жизневський, М.Коцко, М.Тютюнник (конфлікти дітей дошкільного віку) [4], Л.Божович, Т.Драгунова, О.Первишева (конфлікти у підлітковому віці) [3], А.Бузнєк, І.Кона, В.Ласькова (конфлікти у ранньому юнацькому віці) [2].

Однак роль соціального статусу у виникненні міжособистісних конфліктів у юнацькому віці на сьогодні досліджена недостатньо, тому саме її ми й обрали предметом дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Конфлікти відіграють ключову роль у житті окремої людини, сім'ї, колективу, суспільства. Для того щоб грамотно поводитися в конфліктах, людина повинна знати закономірності їх виникнення, розвитку й вирішення.

Міжособистісний конфлікт є найбільш гострим способом вирішення значимих протиріч, які виникають у процесі соціальної взаємодії, що полягає в протидії суб'єктів й супроводжується переживанням негативних емоцій стосовно одне одного [5].

Суть кожного конкретного міжособистісного конфлікту залежить від ряду факторів. Фактором номер один є вік юнака/юнки. Пік конфліктів зазвичай припадає на 16-17 років. Іншим фактором, який здійснює помітний вплив на характер конфлікту, є стать особистості. Дуже важлива й загальна атмосфера в сім'ї. Конфлікти частіше розігруються в сім'ях авторитарного типу, ніж у сім'ях демократичних.

Ще одним важливим фактором виникнення міжособистісних конфліктів у юнацькому віці є, на нашу думку, найближче соціальне оточення індивіда, становище, яке він займає у групі. Вважається, що соціальний статус представляє собою "інтегративний показник стану" соціальної спільноти та її представників у конкретній соціальній системі. Компонентами статусу є соціальні позиції, що характеризують становище людей у суспільстві на основі об'єктивних ознак (стать, вік, професія і т.д.) і оцінка цих позицій, що виражається в поняттях "престиж", "авторитет" та ін. Звідси, джерелом конфлікту служить протиріччя між єдністю соціальної спільноти як певної цілісності і соціальною нерівністю включених до неї суспільних груп [9].

Ми припускаємо, що особистість, яка схильна до розгортання міжособистісних конфліктів, не користується прихильністю оточуючих, а відтак – має низький соціальний статус, тому до соціально-психологічних чинників міжособистісних конфліктів ми віднесли насамперед соціально-психологічний статус особистості у групі.