*Атаманчук Н. М. Прояв тривожності студентської молоді / Н.М. Атаманчук //**Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»: зб. матеріалів ХХІ Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 18 лютого 2019 р.– Переяслав-Хмельницький, 2019. – Вип. 21. – С.270-273.*

**Атаманчук Ніна Михайлівна**

Полтава, Україна

**Секція (Психологія)**

**ПРОЯВ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

*Анотація.* У статті розкрито деякі аспекти прояву тривожності в студентської молоді. Названо критерії комфортного відчуття студентом себе серед одногрупників.

*Ключові слова:* студент, група, тривожність, психологічний клімат.

*Annotation.* The article reveals some aspects of the manifestation of anxiety in student youth. Named criteries for a comfortable feeling for students themselves between groupmates.

*Key words:* student, anxiety, psychological climate

Студентські роки – найважливіший для становлення особистості період життя, який часто супроводжується тривогою. Погоджуємося з думкою Б. Г. Ананьєва, що студентський вік є особливою онтогенетичною стадією соціалізації індивіда.

Молода людина має можливість сповна реалізувати великі потенційні можливості досягнення високого рівня розвитку моральної, інтелектуальної та фізичної сфер, але лише тоді, коли психологічний клімат в студентській групі позитивний, безконфліктний. Проблема вивчення тривожності студентської молоді як психологічного феномена актуальна і сучасна сьогодні. Поведінка кожного студента так само, як характер психоло­гічного клімату в групі залежать перш за все від індивідуальних психо­логічних особливостей особистості. Тривожні студенти вирізняються боязливістю, намаганням відсторонитися, погіршеним навчанням, прихованою агресією, а іноді й частими конфліктами з одногрупниками. Ці ситуації накладають певний відбиток на психологічному кліматі групи.

За В. П. Зінченком, Б. Г. Мещеряковим психологічний клімат – це емоційно-психологічний настрій колективу, де відображаються особисті та ділові взаємовідносини членів колективу, що визначаються їх ціннісними орієнтаціями, моральними нормами та інтересами [4, с.399].

Вивченням тривожності займалися такі науковці як: В. М. Астапов, Е. Еріксон, Б.І.Кочубей, Є. В. Новикова, Ч. Д. Спілбергер, Дж. Тейлор, З. Фрейд, К.Хорні та інші.

Тривога як людське переживання – явище поширене і має багато особливостей. Що ж таке тривога? Тривога – страх невідомого. Пауль Тилих відмітив, що тривога – це реакція на погрозу небуття. Страх перед тим, що не має ні назви, ні чіткого вигляду, але погрожуючого людині втратою себе, втратою свого «Я» [3, с.24].

І. С. Кон наголошував, що тривога є емоційним станом, який виникає в ситуаціях незвичайної небезпеки і проявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій **[2, с.407**].

Студентське навчання супроводжується підвищенням тривожності в молоді. Оптимальний рівень тривоги активізує навчання. Але коли рівень тривожності перевищує оптимальну межу, молоду людину охоплює паніка.

Варто зазначити, що підвищена тривожність може виникнути як на початку навчання, так і на більш пізніх етапах навчання у закладі вищої освіти, цьому сприяють: проблеми засвоєння навчального матеріалу (низька інтенсивність та ефективність навчання), проблеми взаємин в студентській групі, зміна колективу.

Наші спостереження показують, що між низькою інтенсивність та ефективністю навчання студентів ЗВО може існувати взаємозв'язок і взаємозумовленість: низька інтенсивність іноді спричинює низьку ефективність навчання – студент, що на початкових етапах навчання «не працював», надалі у результаті підвищення мотивації до навчання починає працювати наполегливіше, але прогалини в знання, уміннях і навичках – провокують низьку ефективність навчальної діяльності. Можливе і зворотне співвідношення: студент, який працював інтенсивно, через низьку ефективність своїх зусиль перестає працювати, що може призвести до низької інтенсивності навчання.

Отже, тривожність студентів ЗВО спричинена низькою ефективністю навчальної діяльності може обумовлюватися детермінантами психологічного рівня: порушеннями в емоційно-вольовій сфері, великими прогалинами в знаннях по раніше пройденому матеріалі.

Так, порушення в емоційно-вольовій сфері (інфальтивність, відсутність цілеспрямованості, низький рівень саморегуляції) можуть обумовлювати низьку ефективність, а можливо і низьку інтенсивність навчання. Низьку інтенсивність навчальної діяльності може спричинити низька мотивація до навчання. На нашу думку, висока навчальна мотивація студентів сприятиме покращенню якості знань **[1, с.15**].

Кожний з факторів психологічного рівня є наслідком однієї чи декількох причин. Наприклад: порушення в емоційно-вольовій сфері можуть провокуватися як окремими причинами, що діють на нейрофізіологічному рівні, так і факторами педагогічного рівня.

Тривожність студента включає різні аспекти студентського емоційного неблагополуччя. Вона виражається у хвилюванні, неорганізованості, підвищеному занепокоєнні в навчальних ситуаціях, у групі, в очікуванні поганого ставлення до себе, негативної оцінки з боку педагогів, одногрупників. Молода людина постійно відчуває власну неадекватність, неповноцінність, не впевнена у правильності своєї поведінки, своїх рішень.

З метою виявлення тривожності студента в навчально-професійній діяльності, нами було розроблено анкету, яка складається з семи незакінчених речень. Запропонованими для відповідей питаннями були: «Під час навчання у ЗВО найбільше тривожусь, коли...»; «Події студентського життя, які викликають тривогу…»; «Мене непокоїть у стосунках з одногрупниками…»; «У випадку хвилювання: поводжусь... відчуваю...думаю...»; «Коли дуже хвилююсь, вагаюсь, то можу звернутись за допомогою до...»; «Мої власні рецепти боротьби з тривожністю, надмірним хвилюванням...».

На основі аналізу відповідей студентів на питання анкети та власних спостережень нами виділено фактори, вплив яких сприяє формуванню і закріпленню тривожності в студентів, зокрема: навчальні перевантаження;  невміння правильно розподіляти свій час для самостійної навчальної підготовки й відпочинку; нездатність контролювати й оцінювати себе; несформованість самодисципліни; неприйняття студентським колективом; несприятливі відносини з педагогами; оціночно-екзаменаційні ситуації, які регулярно повторюються.

Отже, критеріями комфортного відчуття студентом себе серед одногрупників можуть бути: задоволеність стосунками з одногрупниками та стосунками з викладачами, згуртованість, єдність, відсутність конфліктів та налаштованість членів колективу на спільну навчально-професійну діяльність.

Сприятливий психологічний клімат у студентській групі впливає на самопізнання, самооцінку власних здібностей і практичні дії з їх розвитку, самоактуалізацію молоді, професіоналізацію особистості студента загалом.

Переконані, психологічний клімат у групі є одним з основних чинників, що впливає на прояв тривожності студентської молоді в закладі вищої освіти.

**Список джерел та літератури**

1. Атаманчук Н. М. Мотивація до навчання студентів педагогічного закладу вищої освіти / Н. М. Атаманчук, Ю.М. Курило // Витоки педагогічної майстерності: зб. наук. праць / Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка. – Полтава, 2018.– Випуск 21.(Серія педагогічні науки). – С.14-19.

2. Кон І.С. [Психологія](http://ua-referat.com/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F) ранньої юності / І. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989.– 454 с.

3. Крэйг Г. Психология развития : Учебное пособие / Г. Крэйг. Изд-во: СПб.: «Питер», 2000. – 992 с.

4. Психологический словарь / [ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова]. – [2-е изд., перераб. и доп.]. – М. : Педагогика – Пресс, 1996. – 440 с.