

2. Лабунская, В.А. Социальная психология личности (в вопросах и ответах): учеб. пособие / В.А. Лабунская. –М.: Изд-во Гардарики, 2000. –397 с.

УДК 159.9

ПРОЯВЛЕНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ У ПЕРВОКУРСНИКОВ

Стасевич А.С., студент

Белорусский национальный технический университет

Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: ст. преподаватель Каминская Т.С.

Аннотация:

В статье рассматривается тревожность как психическое свойство и состояние. Дан анализ результатов эмпирического исследования уровня ситуативной и личностной тревожности у студентов первого курса.

В нашем исследовании мы обратились к изучению такого психического явления, как тревожность, а точнее – тревожность в юношеском возрасте. Еще несколько десятилетий назад тревога не играла такой важной роли в жизни человека, как в наши дни. Невзирая на распространенность и многочисленные исследования этой проблемы, тревожность юношеского возраста изучена недостаточно. По этой причине мы обратились именно к данной теме.

Тревожность – это склонность человека к переживаниям. Люди чувствуют тревогу накануне ответственных мероприятий, важных событий и т.п. Медицинская помощь необходима в том случае, если такое состояние возникает без видимых на то причин, препятствует нормальному существованию. На сегодняшний день проблеме тревожности посвящено большое количество работ в области физиологии, философии, психологии, психиатрии. Тревога, беспокойство, страх, паника – явления, зачастую присутствующие в нашей психической жизни. Они могут быть разными по интенсивности, продолжительности, структуре: от легкого краткосрочного беспокойства до парализующего ужаса, составляя многообразную палитру переживаний, сопровождающих самые разные жизненные события:

болезни, конфликты, неприятные и неожиданные происшествия. Эмоция тревоги — одно из наиболее частых волнений людей в критических моментах и при чрезвычайных воздействиях, которое может выполнять различные функции [1].

Юность — период развития личности. Главная особенность юношеского возраста (16–18 лет — это ранняя юность и 18–25 лет — поздняя юность) — это понимание собственной индивидуальности, неповторимости и непохожести на других. Как результат данного осознания, может появиться внутренняя напряженность, порождающая чувство одиночества. Это чувство усиливает потребность в общении и одновременно повышает его избирательность.

Огромную важность в юношеские годы играет дружба. Она выступает иногда как своеобразная форма психотерапии, разрешая молодому человеку выразить переполняющие его чувства и получить поддержку, требуемую для самоутверждения. Слушая телефонные разговоры молодых людей, взрослые зачастую выходят из себя от их большой продолжительности и бессодержательности, не понимая, что сам контакт со сверстниками выполняет для них особую функцию поддержания самоутверждения личности. Равновесие внутреннего мира молодого человека нарушается в эти годы и потребностью самоопределения. Установление решения о выборе профессии означает вместе с тем и отказ от многих иных видов деятельности. Сделать этот серьезный шаг очень трудно, поскольку любое решение связано с отказом от других возможностей — с самоограничением, что, в свою очередь, порождает внутреннюю напряженность [2]. В этом возрасте взаимоотношения молодого человека с окружающими обостряются и вследствие биологических причин. Изменение гормонального обмена активизирует повышенную эмоциональность и раздражительность. Дисгармония физиологического и психического облика проецируется юношей на окружающий мир, который принимается им как особенно напряженный и конфликтный. Половое созревание активизирует желание нравиться, вызывает повышенный интерес к своей внешности, неожиданно обостряя проблему небольшого или очень большого роста, комплекции, причёски, одежды. Поэтому внешний мир представляется для юноши более конфликтным, чем для взрослого человека. Юноша, как и подросток, легко идеализируют окружающих людей и отношения между ними, но быстро в них

разочаровываются, как только видят неполное соответствие предвзятому и завышенному идеалу. Такой максимализм — следствие стремления к самоутверждению, он порождает так называемую черно-белую логику. Черно-белая логика, максимализм и малый жизненный опыт приводят юношей к преувеличению оригинальности личного опыта. Им кажется, что никто так не любил, не страдал, не боролся, как они. Впрочем, их родители, находясь во власти вкусов и привычек своей молодости, абсолютизируя и считая исключительно правильными только свои привычки и вкусы, не подают примера разумного отношения к действительности, основанного на здоровой оценке значимости событий. Молодой человек живет будущим, для него настоящее — исключительно подготовка к другой, настоящей взрослой жизни. Это облегчает ему переживание неприятностей, позволяя относиться к ним с легким сердцем, но с этим же связано и пониженное чувство ответственности [2].

Можно обобщить, что юношеский возраст — это возраст осознания своей индивидуальности, неповторимости и непохожести на других. Как следствие этого осознания, может появиться внутренняя напряженность, вызывающая чувство одиночества. Нами было проведено эмпирическое исследование с целью определения уровня тревожности у обучающихся 17–19 лет. В качестве методики был выбран тест Ч.Д.Спилбергера «Исследование тревожности» (адаптирована Ю.Л. Ханиным). Выборка исследования составила 20 студентов I курса энергетического факультета БНТУ. При анализе результатов отдельно выявлен уровень личностной и ситуативной тревожности студентов. Ситуативная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая ситуативная тревожность активизирует нарушения внимания, временами нарушения тонкой координации. Результаты исследования показывают, что большинство испытуемых (53% от выборки) имеют средний уровень ситуативной тревожности; тогда как 30% от выборки испытуемых обнаруживают высокий уровень ситуативной тревожности; 17% от выборки — ситуативная тревожность на низком уровне. Анализ результатов исследования говорят о том, что в момент тестирования большинство студентов не испытывало чувства тревоги и находились в спокойном состоянии. Можно предполо-

жить, что во время экзаменационной сессии уровень тревожности бы значительно увеличился.

Личностная тревожность характеризует стабильную склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность напрямую коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями. Большой процент испытуемых (57% от всей выборки) имеют высокий уровень тревожности, низкий уровень оказался лишь у 17%, а средний – у 26% обучающихся. Это может свидетельствовать о том, что у современных студентов есть множество причин тревожиться о чем-либо, и что мало кто не обеспокоен ничем вообще, не переживает, не беспокоиться, не принимает близко к сердцу различные обстоятельства. Следует отметить, что тревожность не является отрицательной первоначальной чертой. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной личности. При всем этом существует индивидуальный оптимальный уровень «полезной тревоги». Результаты нашего исследования позволили сделать вывод, что в современном мире большая часть юношей и девушек в возрасте от 17 до 19 лет подвержены повышенной личностной тревожности. Высокий уровень личностной тревожности можно объяснить тем, что человек в юношеском возрасте испытывает период входа в большой социальный круг общения, начинает чувствовать себя членом данного общества и хочет соответствовать ему. Следует помнить, что постоянная, интенсивная тревожность разрушительно воздействует на человека в момент развития его личности, задерживает и временами обращает вспять ее развитие, что в своих крайностях может привести к разнообразным тревожным расстройствам и заболеваниям.

Список использованных источников

1. Никитина, Е. Тревожность / Е. Никитина // Заболевание тревожность [Электронный ресурс]. – 2003. – Режим доступа: <https://www.smclinic-spb.ru/doctor/psihoterapevt/zabolevania/2651-trevojnost> – Дата доступа: 27.03.2021

2. Ершова, Т. Причины тревожности в юношеском возрасте / Т. Ершова // Тревожность [Электронный ресурс]. – 2015. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2015/02/04/prichiny-trevozhnosti-v-yunosheskom-vozraste> – Дата доступа: 27.03.2021

УДК 373.5:004

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИСТАНЦИОННЫХ ЭЛЕКТРОННЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕРКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ ПО ИНФОРМАТИКЕ

Уласевич В.Г., студент

*Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка*

Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: канд.пед.наук Зенько С.И.

Аннотация:

В статье обосновывается актуальность использования дистанционных программных средств для осуществления контроля уровня знаний учащихся на уроках информатики. Приводятся примеры заданий, представленных с помощью дистанционных программных средства по теме «Создание текстовых документов».

Контроль уровня усвоения знаний и сформированности умений учащихся является составной частью ежедневной работы учителя. Проведение устных опросов в сравнении с письменными требует больше времени при небольшом количестве выставляемых отметок. В то же время проведение письменных опросов увеличивает количество выставленных отметок, но требует больших затрат времени на проверку работ. Часто учителя используют для этих целей тетради на печатной основе. В условиях современной эпидемиологической обстановки непосредственный контакт с работами учащихся также хотелось бы уменьшить, но, при этом, сохранить системность поурочного контроля. Поэтому наиболее привлекательным вариантом является использование дистанционных электронных средств для проверки результатов учебной деятельности учащихся.