

ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ТРЕВОЖНОСТИ, САМООЦЕНКИ И ДЕПРЕССИИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-2 КУРСОВ

Кедало О.Н., Колбаско Н.В., Минько Т.М.

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

На протяжении всего периода обучения в университете обучающийся проходит разные стадии становления личности. Начало студенческой жизни – это период адаптации к новым социальным условиям обучения в ВУЗе. Студентам необходимо принять новую социальную роль, освоить требования факультета, привыкнуть к новому коллективу, приобщиться к профессии. Это важный этап профессионального становления личности, где происходит развитие интереса к будущей профессиональной деятельности и формирование представлений о будущей профессии. Изменение социальной ситуации приводит к появлению неуверенности, повышенной тревожности, дискомфорта, растерянности у большинства студентов, поэтому одной из основных проблем современного образования является вопрос о том, какими средствами можно улучшить процесс адаптации и вхождения в профессию первокурсниками. Студенты старших курсов постепенно вступают в период взрослости. Перед ними стоит много серьезных задач: среди них профессиональное и личностное самоопределение, построение стратегии жизненного пути. Все это способствует тому, что они попадают в кризисную ситуацию, провоцирующую развитие тревожности (В.С. Волченков, Данилова М.С., Е.П. Ильин, Е.Л. Солдатова). Со стороны ученых достаточно много внимания уделяется данному возрастному периоду. Так, проблема тревожности наиболее обстоятельно изучена в контексте спортивной и учебной деятельности, изучение тревожности в студенческие годы находит свое отражение в работах психологов (Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, Г.Ш.Габдреева, Л.И. Демидова, Э.М. Казин, О.И. Кашник, Ф.З. Меерсон), И.А. Погоньшева, Д.А. Погоньшев, Ю.Г. Лукьянченко исследовали взаимосвязь между тревожностью и дезадаптацией; Д.М. Михайлов изучал это состояние применительно к учебной деятельности и экзаменам; Р.М. Хусаинова и О.П. Гредюшко анализировали особенности ситуативной и личностной тревожности в учебной и педагогической деятельности. Работы Л.Л.Евсеева, Л.В. Бороздиной; О.Н. Молчановой посвящены проблеме исследования взаимосвязи самооценки и уровня тревожности. О.В. Кузнецовой были проведены исследования взаимосвязи тревожности и механизмов адаптации в период ранней взрослости, выявление различий в проявлении тревожности у студентов мужского и женского пола. В исследованиях О.П. Гредюшко, на примере студентов Казанского федерального университета, выявлены факторы формирования тревожности в учебно-практической деятельности, взаимосвязь тревожности и социально-психологических характеристик личности обучающихся, такими, как

параметры самооценки, самокритики, потребности в достижениях и в общении, коммуникативные и организаторские свойства, статусное положение обучающихся в группе.

Таким образом, несмотря на большое количество научных разработок, статей по данной теме, по-прежнему остается актуальной проблема диагностики проявления тревожности в разный возрастной период, в частности период обучения в университете. А проблема связи самооценки с другими свойствами личности недостаточно изучена в психологии, поэтому исследование связи самооценки и уровня тревожности актуально как никогда на сегодняшний момент.

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы заинтересовался в комплексном изучении тревожности, депрессии, самооценки обучающихся. Следует отметить, что данная взаимосвязь не исследуется в других высших учебных заведениях.

Данное исследование проводилось с 2020г. по 2022г. со студентами одного года обучения физико-технического факультета. Выборка составила 89 человек. Диагностика проходила в три этапа. I этап – сентябрь 2020 г. (при поступлении), II этап – февраль 2021г. (1 курс, 2 семестр), III этап – февраль 2022г. (2 курс, 4семестр). Диагностический инструментарий включил в себя: шкалу депрессии А. Бека, позволяющую оценить уровень депрессии; методику оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина, изучающую уровень тревожности в момент проведения тестирования (ситуативная тревожность) и личностную тревожность как устойчивую характеристику человека; экспресс диагностику уровня самооценки личности.

Цель: изучение взаимосвязи тревожности, депрессии, самооценки обучающихся в комплексе, выявление студентов «группы риска» для дальнейшей работы.

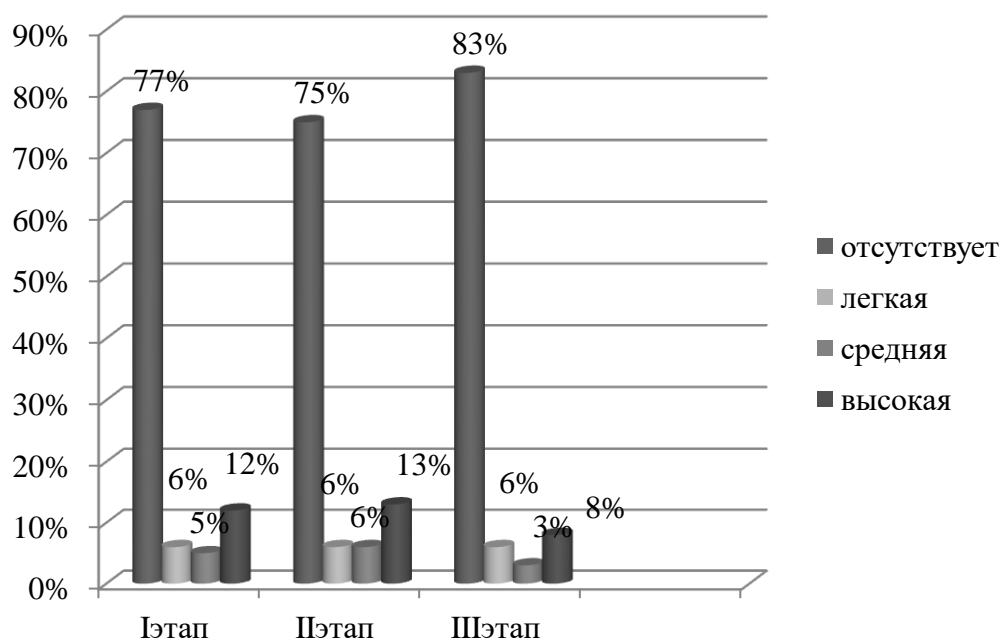
Объект исследования: тревожность, депрессия, самооценка.

Методы обработки данных: основы статистического анализа «SPSS версия 17.0»; обработка данных с применением MicrosoftExcel.

Итоги исследования показали следующее:

Сравнивая показатели по депрессии за два года обучения в университете обучающихся физико-технического факультета (диаграмма 1) по полученным результатам диагностики по первому и второму курсам (I-III этапы), наблюдается снижение показателей депрессии на 2 курсе с 12% до 8%.

Диаграмма 1



По результатам диагностики показателей личностной тревожности I-III этапов были выделены три группы респондентов (таблица 1):

- студенты с высоким уровнем личностной тревожности – (I этап) 14, (II этап) 16 и 4 (III этап);
- с умеренной тревожностью – (I этап) 36, (II этап) 31 и (III этап) 35;
- с низким уровнем тревожности – 39 (I этап), 42 (II этап) и 50 (III этап).

Таблица 1

Этапы	Количество респондентов		
	Низкая личностная тревожность	Средняя личностная тревожность	Высокая личностная тревожность
I этап 2020	39	36	14
1 курс	44	40	16
I этап 2020	42	31	16
1 курс	41	39	20
III этап 2022	50	35	4
2 курс	56	39	5

Результаты диагностики выявили значительное уменьшение показателя по личностной тревожности на 10% (с 14% до 4%) у обучающихся на втором курсе.

Посредством статистического метода, при вычислении корреляции и изучении связи между показателями депрессия, личностная тревожность и самооценка у обучающихся, были сделаны следующие выводы:

- между показателями по депрессии и личностной тревожности была выявлена положительная корреляция, что свидетельствует о том, что при росте депрессии растёт и личностная тревожность. И, наоборот, при росте личностной тревожности растёт депрессия;

- между показателями депрессии и самооценкой выявлена отрицательная корреляция, что свидетельствует о том, что при высокой депрессии самооценка низкая и наоборот.

- между показателями личностной тревожности и самооценкой выявлена положительная корреляция. Студенты с высокой самооценкой имеют высокий уровень личностной тревожности.

Таким образом, наблюдается следующая картина: в университет приходит уже большой процент первокурсников, которые имеют высокий уровень депрессии и низкую самооценку, а также обучающихся с высоким уровнем личностной тревожности, при этом, по результатам диагностики, имеют высокую самооценку. На II-ом этапе диагностики показатели по депрессии и личностной тревожности становятся ещё выше. На 2-ом курсе (III этап) как депрессия, так и личностная тревожность у обучающихся значительно снижается.

К объективным причинам депрессии и высокой личностной тревожности у обучающихся на I этапе можно отнести период адаптации, который влияет на смену образа жизни (разлука с родителями, изменение круга общения), повышение умственных (наличие новых дисциплин), эмоциональных и физических нагрузок, дисциплинарные обязательства, продолжение этапа становления личности. На II этапе – период после сессии, тревога ещё не отпустила, некоторые студенты в период диагностики вовсе были в ожидании пересдач экзаменов. Снижение депрессии и высокой личностной тревожности (на III этапе) может свидетельствовать об успешной адаптации обучающегося.

Результаты исследования с последующей статистической обработкой данных позволяют получить обоснованную информацию о взаимосвязи депрессии с личностной тревожностью, и взаимосвязи личностной тревожности с самооценкой, что имеет важное значение для выработки системных механизмов, в практической психопрофилактической и психотерапевтической работе с обучающимися.