

## ПОКАЗАТЕЛЬ ТРЕВОЖНОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ

### ANXIETY INDEX OF FOREIGN STUDENTS IN ADAPTATION TO EDUCATION

---

**Аннотациясы:** Статьяда ЖОЖ дун биринчи курстарынын психофизиологиялык тынчсыздануу абалын баалоо боюнча изилдөөлөрдүн жыйынтыгы берилген. Жыйынтыгында психоэмоционалдык сферадагы өзгөчөлүгү көрсөтүлдү. Окуу процессиндеги тынчсыздануу жана жетишкендигинин көз карандылык деңгээли аныкталды.

**Негизги сөздөр:** ситуациялык тынчсыздануу, жекече тынчсыздануу, психоэмоционалдык абалы, академиялык жетишкендиктери.

**Аннотация:** В статье приведены результаты психофизиологического исследования по оценке уровня тревожности первокурсников вуза. Представлены результаты особенностей психоэмоциональной сферы. Выявлена зависимость уровня тревожности и уровня успешности в учебной деятельности.

**Ключевые слова:** тревожность ситуативная, тревожность личностная, психоэмоциональное состояние, академическая успеваемость.

**Abstract:** The results of psychophysiological research of first course students by anxiety's level have been represented in the article.

**Keywords:** reactive anxiety, personal anxiety, psychoemotional state, academic progress.

---

Образовательный процесс оказывает на студента интеллектуальные, эмоциональные и информационные нагрузки. Начало обучения в вузе является периодом формирования адаптационно-приспособительных механизмов функциональных систем к новым условиям [1]. От того, как продолжительно по времени и по различным затратам происходит процесс адаптации, зависит успешность решения задач начального периода обучения. По данным Франк и соавт. (2003) [8], студенты, как правило, адаптируются к учебе в вузе лишь к концу третьего курса, а наибольший отсев происходит на первом курсе. Однако, вопрос адаптации студентов остается актуальной проблемой, поскольку не выявлены механизмы «срочной» адаптации и не определена «цена» адаптации. Адаптация иностранных студентов вуза зависит от различных факторов, одним из которых является тревожность. В литературе [2, 3, 4, 6] тревожность рассматривается как состояние беспокойства в ситуации повышенной эмоциональной нагрузки, как свойство темперамента.

Различают ситуативную и личностную тревожность. Как высокий уровень тревожности, так и чрезмерно низкий отражают неблагополучие студента – личностное развитие, и соответственно определяет успешность в учебной деятельности [2, 5, 6, 7].

Высокая тревожность мобилизует студента к решению задач или формирует напряжение организма. Важнейшим фактором обеспечения высокого качества профессиональной подготовки студентов является активная учебная деятельность. Первым критерием успеваемости студентов при обучении в вузе является рейтинг учащегося [7, 8].

Студенческий возраст характеризуется многообразием эмоциональных переживаний. Наше исследование было направлено на выявление взаимосвязей между факторами приспособительного процесса на начальном этапе обучения.

В связи с этим интересным представляется изучение фактора – тревожности у студентов в ходе адаптации в образовательной среде, и вы-

явление взаимосвязи с успешностью в учебной деятельности.

### **Материалы и методы**

При мониторинговом обследовании принимали участие 205 студентов-медиков из Индии и Пакистана первого года обучения в возрасте от 17 до 20 лет. Исследование проводили в весенний период, в одно и то же время суток, в процессе учебной недели.

Исследование состояло из следующих этапов:

1. Оценка психоэмоционального состояния, которая включала определение уровня ситуативной и личностной тревожности (шкала самооценки уровня тревожности Спилбергер-Ханина) и динамики состояния студентов в процессе обучения (САН) с определением самочувствия, активности и настроения.

2. Анализ результатов успеваемости, рассчитанный по итоговым годовым оценкам.

3. Статистическая обработка данных с использованием программной среды Microsoft Office Excel 2003 и пакета прикладных программ SPSS 9.0.

### **Результаты и обсуждение**

Анализ результатов оценки уровня тревожности у студентов первого курса показал, что 31,2% студентов имеют высокий уровень ситуативной тревожности, 67,8% находятся в пределах умеренных значений, 0,98% в пределах низких значений. Известно, что иностранный студент, попадая в новые условия обитания – климат, социум, культура, испытывает влияние этих факторов на организм. Возможно, что у студентов с высоким уровнем ситуативной тревожности адаптационный процесс связан с новыми социальными условиями. Незначительные проявления ситуативной тревожности (имеют большинство студентов первого курса), по всей видимости, связаны с особенностями привыкания к новому коллективу и формам обучения.

Результаты исследования личностной тревожности у этих же студентов показал, что 67,8% респондентов имеют высокий уровень. Этот показатель свидетельствует о личностной характеристике студента, а высокий ее показатель позволяет судить, что студент испытывает состояние беспокойства и напряжения, что мо-

жет отразиться на успешности в учебе. 31,7% испытуемых студентов имеют средний уровень личностной тревожности и 0,49% - низкий.

Рейтинг успеваемости был рассмотрен по уровням: низкий (удовлетворительные баллы), средний (оценка - хорошо) и высокий (отличные баллы). Результаты исследования показали, что только 1,07% студентов первого курса имеют высокий уровень по рейтингу успеваемости, 24,7% - средний, и 74,2% - низкий. Это означает, что значительное количество студентов испытывают определенные трудности в учебе и их нельзя отнести к успешным.

Таким образом, высокий уровень личностной тревожности характерен для студентов со средним и низким уровнем рейтинга успеваемости. Можно вполне утверждать, что тревожность во многом обуславливает поведение студента.

Проведение у студентов оперативной оценки самочувствия, активности и настроения по тесту САН позволило определить следующие средние показатели: по самочувствию средний балл составил  $6,70 \pm 0,75$  усл. ед., активность –  $6,40 \pm 0,13$  усл. ед. и по настроению –  $6,70 \pm 1,9$  усл. ед., что свидетельствует об активной роли учащихся в учебной деятельности. Следует отметить, что независимо от контингента студентов наиболее высокие значения принадлежат настроению, наименьшие - активности. Это, возможно, связано с приобретением испытуемыми нового социального статуса - студент.

Таким образом, выявленная высокая личностная тревожность у студентов первого курса не свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности к ситуации, в которой находится студент. Определенный уровень тревожности это естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. Все показатели САН превышают 4 усл. ед., что позволяет говорить о благоприятном состоянии испытуемых.

### **Литература:**

1. Антонова В.Б. Психологические особенности адаптации иностранных студентов к условиям жизни и обучения в Москве. – Вестник ЦМО МГУ, 1998.- №1, – с. 26 - 31

2. Беликова Е.А., К вопросу о психофизиологической адаптации студентов I курса. // Матер Всероссийской конференции с международным участием «Достижения биологической физиологии и их место в практике образования» Самара, 2003, с. 33.
  3. Дегтярёв В.П. О взаимосвязи хронотипа студентов с успешностью учебной деятельности. // Матер. Междунар. симпоз. «Адаптационная физиология и качество жизни: проблемы традиционной и инновационной медицины». - М.: РУДН, -2008. - С. 101-102.
  4. Дегтярёв В.П. Влияние личностной тревожности на успешность учебной деятельности студентов с различными индивидуально-типологическими качествами. // Материалы XII Междунар. симпоз. «Эколого-физиологические проблемы адаптации». - М.: РУДН, -2007. - С. 141-143.
  5. Калиева М.А., Смагулов Н.К. Влияние неблагоприятных факторов образовательной среды на адаптивные способности организма студентов-медиков. – Науч. тр. III съезда физиологов СНГ, 2011. - С. 236
  6. Локтева О.В. Взаимосвязь уровня тревожности и социальной адаптации студентов к обучению в вузе // Курсовая работа по специальности: Психология. 2008. – Минск, 63 с.
  7. Литвинова Н.А., Березина М.Г., Прохорова А.М. Влияние индивидуальных психофизиологических особенностей на характер адаптации студентов к умственной деятельности // Валеология. - 2004. - №4. - С. 80-86.
  8. Лычагина И.Н. Адаптация студентов младших курсов к обучению в вузе на основе аксиологического подхода // Дисс. канд. пед. наук, 2007. – Магнитогорск, 198 с.
-