

Проблема страха экзамена у студентов

Научный руководитель – Гогицаева Ольга Урузбековна

Гиголаева Дзерасса Владимировна

Студент (бакалавр)

Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова,
Владикавказ, Россия

E-mail: gigolaeva-dz@yandex.ru

Страх - эмоция значительной силы, которая влияет на ряд психических процессов человека и его поведение. Существуют типичные страхи для различных возрастов. Для студентов характерны тревога за здоровье и потерю родных и близких, страх перед бандами, страх животных и насекомых, страх неудачи на экзаменах и контрольных, страх публичного выступления. Однако у студентов наблюдаются не только типичные страхи. В психологии выделяют страхи мнимые, престижные и реальные. При этом в студенческом возрасте на первое место выходят престижные опасности (неудачи на экзаменах и контрольных, одиночество, выступления перед большой аудиторией) [1, 3]. Т.е. престижными страхами для студента являются страхи социальные, которые выделял в своей классификации Ю.В. Щербатых. Наличие социальных страхов приводит к низкой самооценке, а низкая самооценка, в свою очередь, влияет на страхи студентов, вызывая боязнь публичных выступлений, боязнь потерпеть неудачу на ответственном задании. Когда студент зачастую сталкивается с непониманием и критикой, то в результате становится неуверенным в себе, закрывается от людей, начиная думать, что он «не такой как все» [3]. На сегодняшний день существует дефицит методик, позволяющих наиболее полно и разнообразно диагностировать количество и качество страхов. В связи с этим был разработан диагностический комплекс, включающий в себя ряд авторских субтестов существующих методик по изучению уровней страхов, их признаков и видов. Один из последних видов изучается наиболее подробно как престижный социальный страх: страх перед экзаменом. Возникает проблема диагностики страхов студентов с учетом классификаций страхов и причин их возникновения.

Психологами выделены подвиды страха перед экзаменом: 1) страх перед подготовкой к экзамену; 2) страх перед ситуацией; 3) страх перед экзаменатором; 4) страх перед последствиями в случае провала; 5) страх перед последствиями выдержанного экзамена [2, 3].

Результаты процедуры изучения страхов экзаменов (в исследовании приняли участие 100 студентов СОГУ, средний возраст которых составил 20 лет), полученные с помощью разработанного комплекса, показали, что студенты больше всего страхов испытывают перед подготовкой к экзамену (62%). Самый высокий показатель у страха перед двумя экзаменационными ситуациями (студент должен был больше выучить и студент не может до конца положиться на свою память, поэтому пишет шпаргалки на всякий случай) набрали 24% студентов. В диагностическом комплексе используется процедура анкетирования, которая включает в себя ряд вопросов об экзаменах и подготовке к ним. Предварительные результаты говорят о том, что большинство студентов испытывают страхи перед экзаменами из-за лени (46%), неуверенности в себе (34%), отсутствия интереса к предмету (41%). При этом за помощью при подготовке к экзамену студенты в основном обращаются только к друзьям (40%), либо вообще ни к кому не обращаются (35%). Совместные результаты

тестовна определение уровня самооценки и анкетирования по изучению страхов показывают, что все студенты, которые очень часто испытывают страх перед экзаменом, имеют неадекватную самооценку: низкий уровень. Результаты процедуры о признаках страха показывают, что чаще всего при социальных страхах у студентов колотится сердце, дыхание становится учащенным, дрожат руки.

Полученные результаты отражают перспективы дальнейшего углубленного изучения проблемы страхов, возможности их профилактики и контроля.

Источники и литература

- 1) 1. Гогицаева О.У. Методологический аспект исследования ценностных ориентаций личности // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2012. № 2. С. 83-86.
- 2) 2. Гогицаева О.У. Инновационные технологии в системе образования // Материалы IV Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития вертикальной интеграции системы образования, науки и бизнеса: экономические, правовые и социальные аспекты». 2015. С. 177-181
- 3) 3. Гогицаева О.У., Кочисов Ч.В. Развитие доверия у студентов в условиях вуза // Материалы Международной конференции молодых ученых «Психология - наука будущего». 2013. С. 148-150.