

Вплив екзаменаційного стресу на рівень тривожності у студентів

Юр'єва Л. М., Ніколенко А. Є.

Державна установа «Дніпропетровська медична академія Міністерства охорони здоров'я України»

Вступ

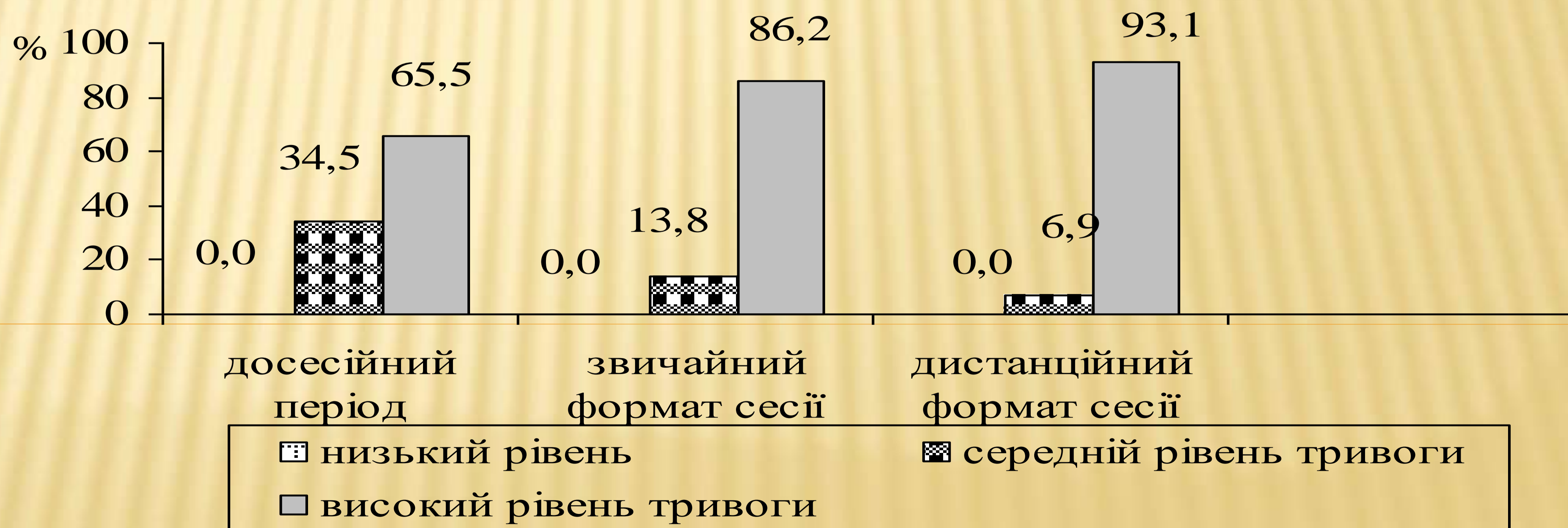
Тривога, як емоційний стан, і тривожність, як фундаментальна особистісна характеристика, – системно пов'язані поняття, аналізувати які слід разом для того, щоб зрозуміти їх особистісний сенс в реальній життєвій ситуації людини. Одним з параметрів особистісних особливостей для студентського віку є рівень передекзаменаційного занепокоєння-тривоги. В очікуванні іспиту у частині студентів виникає стан занепокоєння з приводу можливого його результату, що позначається терміном - занепокоєння-тривога. Відомо, що високий рівень занепокоєння-тривоги частіше знижує ефективність навчальної діяльності, а низький його рівень проявляється в поліпшенні результатів діяльності. Не викликає сумніву, що екзаменаційний період незалежно від умов проведення (очно чи дистанційно) викликає додатковий стрес і пов'язані з ним механізми у студентів

Цілі дослідження

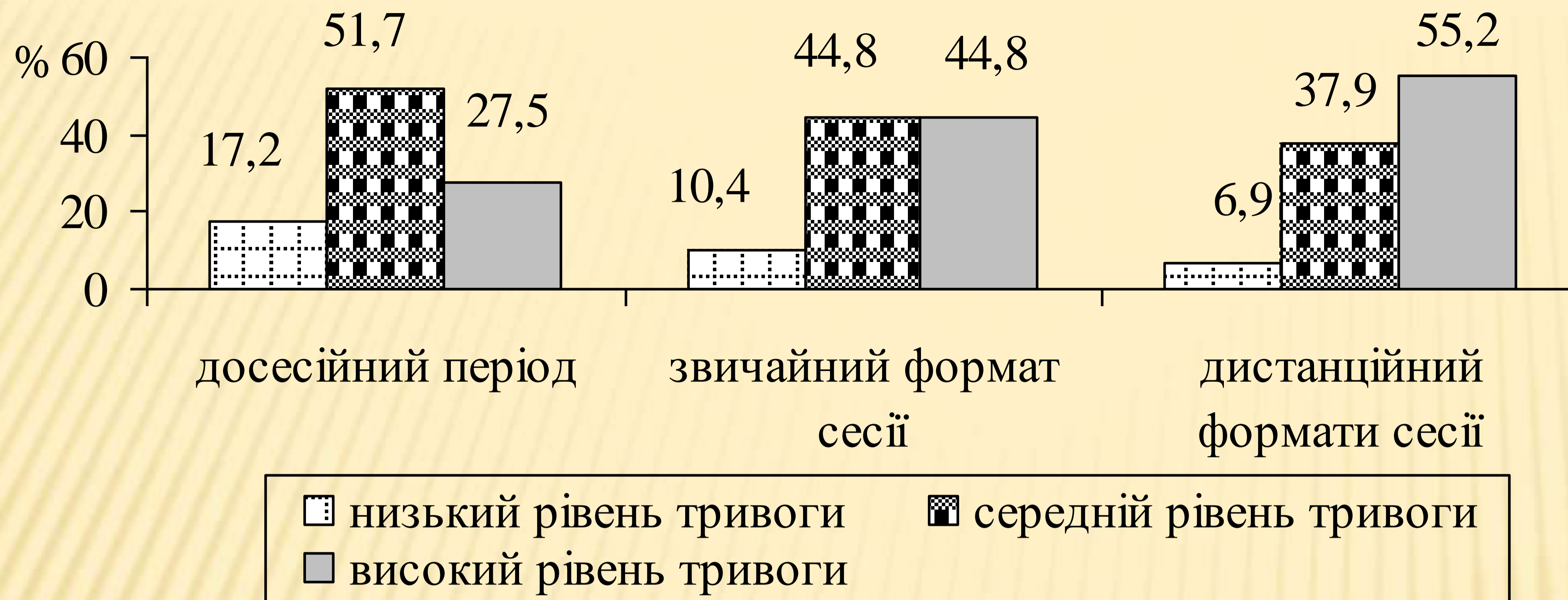
Метою даної роботи було визначення впливу екзаменаційного стресу на рівень тривожності (особистісної та ситуаційної) під час проведення сесії (традиційної та дистанційної).

Матеріали та методи

У дослідженні взяли участь 29 студентів 3-го курсу. Обстеження проводилося тричі. Дослідження проводили з використанням Інтегративного тесту тривожності (ІТТ), який дозволяє оцінити загальний показник особистісної тривожності – СТ-О (тривожності) і загальний показник ситуативної тривожності – СТ-С.



Діаграма 1. Розподіл студентів за рівнем особистісної тривожності(%)



Діаграма 2. Розподіл студентів за рівнем ситуативної тривоги

Показник опитувальника	До сесії (n=29)		Звичайна форма сесії (n=29)		Дистанційна форма сесії (n=29)	
	СТ-С	СТ-О	СТ-С	СТ-О	СТ-С	СТ-О
загальний показник тривоги	5,59± 0,37	7,17± 0,23#	5,97± 0,35	7,55± 0,24#	6,34± 0,32	8,07± 0,24* #

Таблиця 1. Результати тестування студентів за методикою ІТТ (у станайнах)

Література

1. Макаров, С. Ю. Передекзаменаційний і екзаменаційний стрес та психофізіологічні особливості змін показників рівня суб'єктивного контролю сучасної студентської молоді. Вісник проблем біології і медицини. 2017. Vol. 2, No. 3. С. 232–236.
2. Гусакова И. В., Омельченко О. Д., Николаенко О. А., Богомаз О. В. Уровень депрессии и тревоги среди студентов, обучающихся в медицинском университете украины. Medicine. Juvenis scientia. 2017. № 2. С. 13–15.

Результати і обговорення

Аналіз даних, наведених у таблиці 1, показав достовірне переважання цифрових значень особистісної компоненти тривожних розладів у порівнянні з ситуативними..

Майже всі студенти під час проведення сесії, незалежно від формату, відмічали у себе зростання рівня тривоги, як ситуаційної та і особистісної.. Тільки 10,4% при звичайному форматі та 6,9% при дистанційному форматах, мали Більше половини студентів (55,2%) під час проведення дистанційної сесії мали високий рівень ситуативної(реактивної) тривожності, в той час, як при звичайному форматі сесії тільки 44, 8%.

Висновки

1. У всіх обстежених студентах присутні симптоми тривоги.
2. Сесійний період є фактором, який призводить до збільшення рівня ситуаційної та особистісної тривожності.
3. Результати проведеного дослідження можуть бути використані при розробці заходів щодо психокорекції та профілактики у студентів тривожних розладів