

### Страхи студентів, які пов'язані з навчальною діяльністю

*Анотація.* У статті розглянуто трактування емоції страху та деякі її класифікації. Виявлені та проаналізовано страхи студентів, які пов'язані з навчальною діяльністю. Виявлено, що студенти більш за все остерігаються бути відрахованими із вищого навчального закладу, у них присутній страх перед іспитами та заліками, перед публічними виступами, відповідальністю і таке інше. На це впливає вступ в доросле життя, рівень знань студентів, їх спрямованість на отримання професії, а також особливості юнацького віку: формування власного світогляду, самооцінки та ін.

*Ключові слова:* страх, страхи студентів, страх іспиту, страх публічного виступу.

*Аннотация.* В статье рассмотрены трактовки эмоции страха и некоторые ее классификации. Выявлены и проанализированы страхи студентов, связанные с учебной деятельностью. Выявлено, что студенты более всего опасаются быть отчисленными из вуза, у них присутствует страх перед экзаменами и зачетами, перед публичными выступлениями, ответственностью и т.п. На это влияет вступление во взрослую жизнь, уровень знаний студентов, их направленность на приобретение профессии, а также особенности юношеского возраста: формирование собственного мировоззрения, самооценки и др.

*Ключевые слова:* страх, страхи студентов, страх экзамена, страх публичного выступления.

*Summary.* The article deals with the interpretation of the emotions of fear and some of its classification. Identified and analyzed the fears students associated with educational activities. We found that students are more likely to be wary expelled from the university, they present fear of fear before the exam, of public speaking, responsibility, etc. It influence the entry into adulthood, the level of knowledge of students, their focus on the directionality

of the profession, as well as the features of adolescence: the formation of their world view, self-esteem, etc.

*Keywords:* fear, fears students, fear before the exam, fear of public speaking.

**Постановка проблеми.** Кожен день, перебуваючи в різних ситуаціях, які становлять життєвий простір людини, ми переходимо від одних моментів до інших, які відрізняються один від одного своїм наповненням, як інформаційним, так і емоційним. Людський світ емоцій настільки різноманітний, що потрапляючи навіть у схожі ситуації за своїм змістом людина не може себе вести ідентично минулому разу. Не є винятком і середа вищого навчального закладу. Потрапляючи в стіни нового навчального закладу студенти відчують дискомфорт, різного роду емоційні переживання як позитивні, так і негативні. До позитивних переживань можна віднести придбання нового кола спілкування, нових друзів, вступ у самостійне життя, а до негативних – адаптація до нового середовища, різні стреси, проблеми, можливі конфлікти, напружений ритм життя і т. д.

Серед цього, слід відзначити такий важливий момент, як поява у студентів такої емоції, як страх, яка може виникати по відношенню до самих різних явищ: страх спілкування, страх перед майбутнім, страхи перед вступом у доросле життя та ін. Але в даній статті ми будемо розглядати страхи, пов'язані з навчальною діяльністю.

**Аналіз останніх джерел і публікацій.** Дослідженням феномену страху займались вчені різних наук та часів. Ще з часів античності люди почали цікавитися проблемою страхів так, як це явище пронизує все наше життя.

Серед перших філософів які намагались описати проблему можна назвати багато вчених. З. Фрейд говорив про те, що страх є станом афекту та об'єднанням певних відчуттів ряду задоволення-незадоволення [4].

Наприклад С. К'єркегор розглядав феном страху як реакцію на конкретну зовнішню загрозу. Він виділяє два види страхів: 1) страх-боязливість – викликається конкретною ситуацією, предметом, людиною чи обставинами життя, 2) страх-печаль – невизначений страх, розуміння людиною своєї беззахисності перед смертю, перед невідомим [3].

Вивченням страхів у студентів займався професор Ю. В. Щербатих. Він визначає страх як базовий емоційний стан, який виникає в ситуаціях загрожуючих спокою та безпеці людини, яке супроводжується почуттям беззахисності перед загрозою. Він виділяє: 1) природний страх, який безпосередньо пов'язаний із загрозою життю людини, 2) соціальний страх, занепокоєння за свій соціальний статус у суспільстві, 3) внутрішні страхи, вони не реальні, це внутрішня фантазія чи уява людини. До внутрішніх страхів учений також відносить страхи власних думок, які не відповідають власним моральним установкам [5].

Психотерапевт А. І. Захаров говорить про те, що страх відноситься до фундаментальних емоцій і виникає у відповідь на дію загрозливого стимулу. Він також вважає, що умовно всі страхи можна розділити на природні та соціальні. Він говорить про те, що природні страхи базуються на інстинкті самозбереження, а до соціальних відносяться страх самотності, засудження, покарання, бути незрозумілим та ін. Також, Захаров А. І. ділить страхи на ситуаційні та особистісно-обумовлені (залежить від особистісних особливостей людини, його характеру) [1].

**Метою** даної статті є дослідження та аналіз страхів студентів, які виникають під час навчання у вищому навчальному закладі.

**Виклад основного матеріалу.** В психологічному словнику (під ред. А. В. Петровського, М. Г. Ярошевського) страх визначається як емоція, яка виникає в ситуації загрози біологічному чи соціальному існуванню індивіда та направлена на джерело дійсної чи уявної небезпеки [2].

Страхи у навчальному процесі є негативним явищем так, як вони не тільки залишають слід на успішності студентів, але вони й мають більш серйозні наслідки, такі як вплив на психічне і фізичне здоров'я, зниження самооцінки, незадоволення собою та ін.

Нами була поставлена задача дослідити страхи студентів, які пов'язані з навчальною діяльністю. Для цього досліджуваним була запропонована анкета з переліком різних страхів. Учасники дослідження мали відмітити ті страхи, які виникали в них під час навчання у вищому навчальному закладі. Респондентами були студенти першого курсу Національного фармацевтичного університету,

спеціальність «Фармація», загальна кількість – 120 чоловік у віці від 17-18 років (16 чоловіків, 104 жінок).

Таблиця

Перелік страхів студентів

№ п/п	Страхи	Відповіді респондентів, у %
1	Страх бути відрахованим	100%
3	Страх іспитів	81,4%
4	Страх публічних витупів	72,9%
5	Страх погано закінчити вчз	50,8%
6	Страх захворіти та багато пропустити	50,8%
7	Страх бути поганим спеціалістом	44,1%
8	Страх виклику до ректора (до декану)	40,7%
9	Страх майбутнього	40,7%
10	Страх не отримувати підтримку від друзів та близьких	39%
11	Страх отримати недопуск до іспитів чи заліків	37,3%
12	Страх відповіді біля дошки	35,6%
13	Страх нереалізованості своїх можливостей	32,2%
14	Страх відповідальності	27,1%
15	Страх виявлення шпаргалок	27,1%
16	Страх неправильного вибору спеціальності	27,1%
17	Страх невміння чітко та ясно викладати свої думки	27,1%
18	Страх помилитись	27,1%
19	Страх, що пропаде інтерес до навчання	23,7%
20	Страх відпрацювань	23,7%
21	Страх неотримання задоволення від професійної діяльності	22%
22	Страх відчуття «каші в голові»	22%
23	Страх опитування	22%
24	Страх запізнитись на пару	20,3%
25	Страх нерозуміння навчального матеріалу	20,3%

Як видно з таблиці, першокурсники найбільшу кількість разів згадали «страх бути відрахованим» (100%). Це очевидно так, як першокурсники тільки здали вступні іспити, почали доросле та самостійне (без батьків) життя. Тому вони турбуються про своє власне благополуччя, про свій подальший розвиток і те, як складеться їх

подальше життя у вузі і життя за ним. Також велику роль тут відіграє те, що студенти бояться «впасти в бруд обличчям» не тільки перед своїми батьками, а й перед своїми одногрупниками та викладачами.

Друге місце займає «страх іспитів» – його відзначили 81,4 % досліджуваних, що свідчить про те, що навчаючись на першому курсі студенти в силу своєї недосвідченості відчувають тривогу перед сесією, зокрема перед іспитом. Цей страх виникає тому, що складання іспиту – це стрес не тільки для першокурсників, а й для всіх студентів взагалі так, як успішність здачі іспиту позначиться на успішності студентів, на ставленні викладача до студента (відмінник, “хорошист” або двієчник). Можливо, на виникнення цього страху впливає також невпевненість у власних силах і знаннях студентів.

На третьому місці знаходиться «страх публічних виступів» (72,9 % відповідей досліджуваних). Першокурсники відчувають неприємні відчуття при виступі, а особливо публічному виступі. І це природно так, як страх перед публічним виступом, як відомо, стоїть на другому місці в дослідженнях соціологічних і психологічних інститутів. Цей страх може виникати з різних причин: на комусь позначається попередній досвід, наприклад шкільний досвід, хтось боїться тому, що не впевнений у своїх силах або в ораторських здібностях. Причини можуть бути самими різними.

Четверте місце займає «страх погано закінчити вищий навчальний заклад» і «страх захворіти і багато пропустити» (50,8 %). Очевидно, що для юнаків та дівчат першого курсу, важливим залишається успішність їх навчання, вони остерігаються бути «двієчниками» і прикладають всі зусилля для цього. Можливо, на це відкладає відбиток ще недавній контроль батьків за успішністю в школі або вони побоюються бути гірше, ніж всі інші. Важливим також є те, що першокурсники усвідомлюють те, що у разі пропусків занять їм доведеться самотійно працювати над матеріалом для того, щоб бути на рівні зі своєю групою.

На п'ятому місці знаходиться «страх бути поганим спеціалістом» (44,1% відповідей). Швидше за все, це відкладають відбиток надії, покладені на вибір саме цієї професії або цієї спеціальності. Учні сподіваються на придбання хорошої, затребуваної професії і остерігаються бути поганими фахівцями в своїй галузі.

Наступне місце займає «страх виклику до ректора (до декана)» (40,7 %) і «страх майбутнього» (40,7 %). Як всім відомо, до ректора або декану можуть викликати з кількох причин: з хороших чи поганих. Швидше за все, в даному випадку студенти побоюються другого варіанту, а саме виклику до декана або ректора з негативних причин. Що стало причиною виклику – не відомо, але можна припустити, що це чи через неуспішність у навчанні або порушення дисципліни, можливо прогули. Ні в одному з цих випадків до хорошого нічого не приведе, тому студенти побоюються можливих неприємностей. Що стосується «страху майбутнього», першокурсники знаходяться в юнацькому віці, і перебувають на стадії визначення зі своїми почуттями, світоглядом, принципами, зі своїми цілями на майбутнє, пошуком себе як особистості та від незнання того, як все складеться – це викликає занепокоєння.

Наступне місце займає «страх не отримувати підтримку з боку друзів і близьких» (39% відповідей досліджуваних). Цей момент є важливим для студентів так, як відчувати занепокоєння з боку близьких людей в свою адресу відкладає відбиток на успішності і бажанні здобувати нові знання та вміння студентами. Першокурсники ще залишаються дітьми, тому хоч і на перший погляд, вони вже дорослі люди і повністю самостійні, але, тим не менш, над ними ще треба здійснювати контроль, а це доказ того, що ними хтось цікавиться і надає їм підтримку. Відчуття підтримки та прояв інтересу до особистості може позначитися на нових починаннях студентів, на бажанні та прагненні підкорювати нові вершини не тільки у навчальній діяльності, а й в особистісному розвитку.

Далі, за частотою згадування йде «страх отримати недопуск до іспиту або заліку» (37,3%). Отримання недопуску до здачі іспиту чи заліку свідчить про те, що учень має неуспішність у навчанні. А це може послужити приводом для виникнення неприємностей з викладачами в першу чергу, з батьками – у другу. І в першому і в другому випадку студент буде нести відповідальність сам за себе так, як він і є винуватцем того, що сталося, а саме неуспішність у навчанні або пропуски занять.

«Страх відповіді біля дошки» відзначили 35,6% досліджуваних. Цей страх схожий зі страхом перед публічним виступом. До всіх причин, а саме невпевненості

в собі, не знання навчального матеріалу додається і причина отримання незадовільної оцінки, почуття сорому перед одногрупниками та викладачем.

32,2% випробовуваних відзначили «страх нереалізованості своїх здібностей», що ще раз підтверджує те, що студенти мають надії на те, що вони та їх професія будуть затребуваними фахівцями, що завжди зможуть знайти собі роботу.

27,1% відзначили наступні страхи: «страх відповідальності», «страх помилитися», «страх невірною вибору спеціальності», «страх не вміння чітко і ясно викладати свої думки», «страх виявлення шпаргалок». Перераховані страхи безпосередньо пов'язані з процесом перебування в навчальному закладі і навіть на занятті. Це ще раз підтверджує той факт, що нова середа ще вчорашніх школярів наповнена безліччю факторів, які можуть привести особистість в глухий кут або навіть до виникнення комплексів, неврозів.

23,7% респондентів надають значення «страху, що пропаде інтерес до навчання» і «страху відпрацювань». Будучи на першому курсі юнаки та дівчата можуть ще сумніватися в правильності вибору власної професії так, як навчання тільки почалося і разом з цим почалися нові труднощі, що може позначатися на сумнівах у виборі професії, і взагалі нового стилю життя. Страх відпрацювань свідчить про те, що студенти бояться не встигати або пропускати заняття, що може призвести до виникнення неприємностей і витраті особистого часу.

«Страх неотримання задоволення від професійної діяльності», «страх відчуття «каші в голові»» і «страх опитування» відзначили 22% досліджуваних, а «страх запізнитися на пару» і «страх нерозуміння навчального матеріалу» відзначили 20,3%.

**Висновки.** Таким чином, на підставі проведеного дослідження з виявлення страхів студентів пов'язаних з навчальною діяльністю можна зробити висновок про те, що всі зазначені страхи можуть бути не тільки у першокурсників, а й у старших курсів так, як в цілому студенти прийшли до ВНЗ для придбання знань, умінь і навичок, які необхідні їм для майбутньої професії, для особистісного розвитку і т.п. Студенти переживають за власну успішність, турбуються за правильність вибору майбутньої професії так, як вони несуть відповідальність за нього. Їм важливо бути

на рівні зі своїми однолітками, а то і вище них, бути не гірше ніж усі. Тому успішність навчання залежить багато в чому від відсутності дискомфорту, із-за тривог і страхів.

Можна сказати про те, що у студентів першого курсу на перший план виходить успішність їхнього навчання, прагнення показати хороші результати навчання. Але разом з тим вони допускають думки про те, що можливо зробили неправильний вибір своєї майбутньої професії, побоюються, що пропаде інтерес до навчання, що навчання може не приносити їм задоволення і т. ін. На це мають вплив різні фактори: першокурсники нещодавно закінчили школу, перейшли в напружений ритм життя, вони знаходяться на грані дорослості, що зумовлює придбання власного світогляду, принципи, поглядів, своєї точки зору інших людей та самого себе.

Виконане дослідження не вичерпує всієї глибини і складності зазначеної проблеми. Перспективним видається подальше вивчення страхів різних вікових груп, а також розробка методів, спрямованих на корекцію страхів.

#### Список використаних джерел:

1. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб., 2000. – 156 с.
2. Краткий психологический словарь, [ред. Петровский А. В.; Ярошевский М. Г.]. – М. : Политиздат, – 1985. – 430 с.
3. Кьеркегор С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – М. : Республика, 1993. – 383с.
4. Фрейд З. История и страх / З. Фрейд. Соб. Соч. в 10 томах. Т. 6. – М. : СТД, 2006. – 320 с.
5. Щербатых Ю. В. Психология страха: популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – М. : Изд-во Эксмо, 2003. – 512 с.