

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2019, №5, Том 7 / 2019, No 5, Vol 7 <https://mir-nauki.com/issue-5-2019.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/31PSMN519.pdf>

DOI: 10.15862/31PSMN519 (<http://dx.doi.org/10.15862/31PSMN519>)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Жолудева С.В., Темирбулатова Р.Ф. Взаимосвязь готовности к будущей профессии и проявления экзаменационной тревожности к сдаче единого государственного экзамена // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/31PSMN519.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ. DOI: 10.15862/31PSMN519

For citation:

Zholudeva S.V., Temirbulatova R.F. (2019). Interrelation of readiness for a future profession and manifestations of exam anxiety for passing a unified state exam. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(7). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/31PSMN519.pdf> (in Russian) DOI: 10.15862/31PSMN519

УДК 159.9

ГРНТИ 15.81.70

Жолудева Светлана Васильевна

ФГАОУ «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия
Заведующий кафедры «Организационной и прикладной психологии образования»

Кандидат психологических наук, доцент

E-mail: svzholudeva@sfedu.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=611307

Researcher ID: <http://www.researcherid.com/rid/B-9450-2017>

Темирбулатова Руфия Фаиковна

ФГАОУ «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия

Студент магистратуры, 1 курс

E-mail: rtemirbulatova@mail.ru

Взаимосвязь готовности к будущей профессии и проявления экзаменационной тревожности к сдаче единого государственного экзамена

Аннотация. В старших классах школьники так или иначе задумываются о своей будущей деятельности. При этом остаются те, которые не могут определиться вплоть до начала экзаменов. Очень важно в этом возрасте иметь ориентир в предпочтениях той или иной профессии, так как профессиональное самоопределение является неотъемлемой частью при выборе дальнейшего вида деятельности.

В статье авторами представлен анализ взаимосвязи готовности к будущей профессии выпускников образовательных организаций и проявления экзаменационной тревожности к сдаче единого государственного экзамена. Исследование опиралось на следующие методики: «Активизирующая профориентационная методика» (по Н. Пряжникову) и «Тест экзаменационной тревожности» Р. Элперта и Р.Н. Хейбера, Респондентами выступили юноши и девушки 11-ых классов в возрасте 16–18 лет.

В первую очередь была произведена оценка уровня готовности выпускников к будущей профессии образовательного учреждения, затем, для исследования экзаменационной тревожности, проанализированы предлагаемые во второй методике способствующие и тормозящие опасения подготовки к ЕГЭ, которые, в свою очередь, показывают свой вклад в успешную сдачу экзаменов. После проделанной работы и изучения отдельных составляющих

опасений, авторы изучили непосредственную взаимосвязь готовности к будущей профессии и проявления экзаменационной тревожности к сдаче ЕГЭ. Было установлено, что уровень готовности к профессии сказывается как на результате, так и на тревожности к сдаче предстоящих экзаменов. При этом тревожность к сдаче экзаменов напрямую связана с пониманием и осознанностью выбора дальнейшей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: профессия; профориентация; профессиональное самоопределение; старшеклассники; выпускники; тревожность; экзамен; единый государственный экзамен

Выбор профессии осуществляется учениками на школьной скамье. Однако, предстоящие выпускные экзамены могут повлиять на профессиональный выбор и выбор учебного заведения. Особую роль в предстоящем выборе играет мотивация, заинтересованность, уверенность и стремление к цели [1].

За последние десятилетия в систему образования вступило в силу такое нововведение как Единый Государственный Экзамен (ЕГЭ). Решение было принято в 2001 году ввести ЕГЭ в качестве эксперимента заключительных работ после окончания школы. ЕГЭ проводится по сей день и считается одним из самых стрессовых экзаменов у юношей и девушек за период обучения, где каждый год повышают требования как к подготовке, так и к самой сдаче экзамена. В связи с этим проводится много исследований на тему влияния сдачи ЕГЭ на тревожность выпускников [2].

В.Г. Граница, проводя анализ экзаменационной тревожности на выпускных классах, постановила, что больше всего ЕГЭ ассоциируется у учеников со страхом, паникой, растерянностью, тревожностью и т. д. [3].

Проблема экзаменационной тревожности была и остается актуальной темой для исследования в психологии. Стабильное эмоциональное состояние школьников – одно из важных составляющих, на которое обращает внимание окружение юношей и девушек, в том числе родители, педагоги и школьные психологи [4]. Тревожность часто приводит к снижению работоспособности, затруднению в общении с людьми и другим не менее серьезным последствиям [5].

По мнению А.Ю. Лихачевой существует несколько факторов, которые способны повлиять на уровень экзаменационной тревожности к сдаче ЕГЭ: недостаточность знаний и навыков по отношению к представленным требованиям; непосредственно индивидуальные особенности старшеклассника, плохо сказывающиеся на обучении; неправильное преподавания педагога и его подход к подготовке к экзамену; проблемы, связанные с нервно-психическими особенностями ученика; сама обстановка при подготовке и сдачи ЕГЭ и ситуация, в которой находится ученик, в целом [6].

Профориентации старшеклассников уделяется особое внимание в работах Н.С. Пряжникова и С.Н. Чистяковой, которые различают подходы, учитывая психологические, социальные и педагогические составляющие [7].

Что именно доминирует при выборе профессии можно определить по уровню активности в непосредственном процессе самого профессионального самоопределения [8; 9]. При этом, главными особенностями готовности к будущей профессии выпускника является формирование инициативности, достаточной самостоятельности, активности [10; 11].

Вопрос сознательного выбора профессии актуален для выпускников старших классов с одной стороны тем, что предстоит сдача ЕГЭ, на экзамен которого потрачено много усилий, а с другой стороны, это важный этап профессионального самоопределения и понимания

готовности к будущей профессии, а также выбора университета, в который будут поступать нынешние выпускники.

Так, на наш взгляд, является актуальным изучение экзаменационной тревожности к сдаче ЕГЭ и готовности к будущей профессии. Мы предположили, что существует взаимосвязь готовности к будущей профессии и проявления экзаменационной тревожности к сдаче единого государственного экзамена. В исследовании приняли участие старшеклассники 11-ых классов в возрасте 16–18 лет, всего 80 респондентов. В соответствии с поставленной целью для диагностики были использованы «Активизирующая профориентационная методика» (по Н. Пряжникову) и «Тест экзаменационной тревожности» Р. Элперта и Р.Н. Хейбера.

Анализ уровня готовности к будущей профессии выпускников образовательных учреждений показал, что в основном у респондентов присутствует осознанность и ориентированность в своей будущей деятельности и также в своем жизненном выборе. Стоит отметить, что были выявлены и такие предпочтения выпускников, которые ориентированы на конкретную профессию, т. е. ученики знают в какой профессии они себя видят и хотят развиваться, и, соответственно, у таких респондентов уровень осознанности и готовности к своему выбору оказался более высокий, чем у выпускников, предпочтения которых ориентированы в нескольких профессиональных сферах (рис. 1).

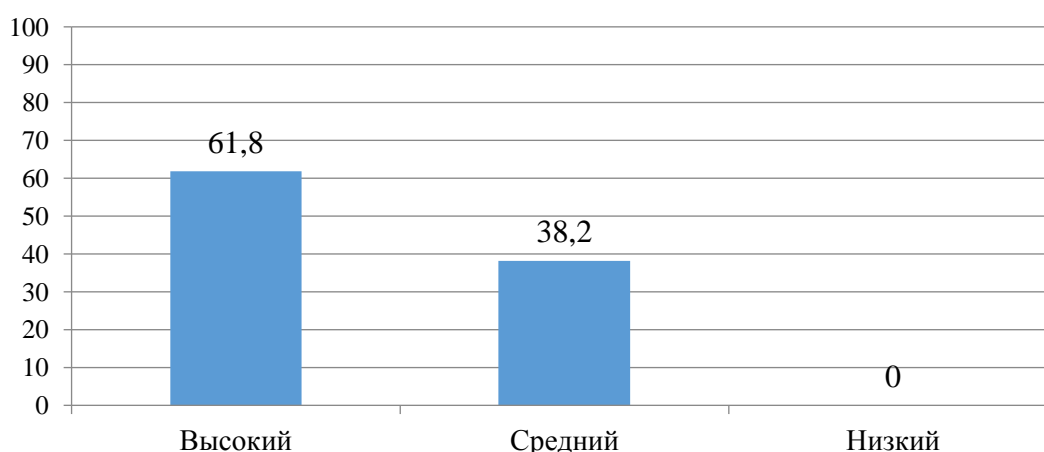


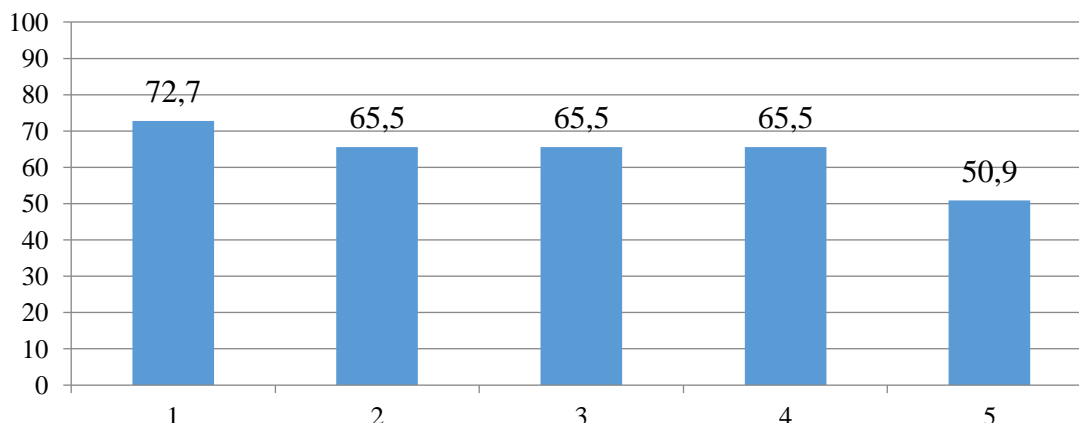
Рисунок 1. Особенности уровня готовности к профессии старшеклассников (в %)

Для анализа экзаменационной тревожности были проанализированы опасения подготовки к ЕГЭ выпускников образовательных организаций. Под способствующими опасениями, мы понимаем утверждения, которые подталкивали старшеклассников на активность в подготовке к ЕГЭ, способствовали положительным эмоциональным реакциям и действиям. К тормозящим утверждениям относятся утверждения «блокирующие» оптимистический настрой на подготовку и сдачу экзамена.

Было установлено, что выпускники в равной степени ориентируются на способствующие и тормозящие опасения. Отметим, что возникновение у старшеклассников чувства тревоги и беспокойства, как показывают результаты, несет не только отрицательный эффект, но и положительный, способствующий успешной сдаче предстоящих экзаменов. В любом случае, эти показатели могут меняться в зависимости от приближения экзаменов, а также от изменения внешних и внутренних факторов, которые также влияют на результат экзамена.

Анализ наиболее распространенных способствующих опасений показал, что, старшеклассники в состоянии успешно готовиться к экзаменам в непосредственной близости

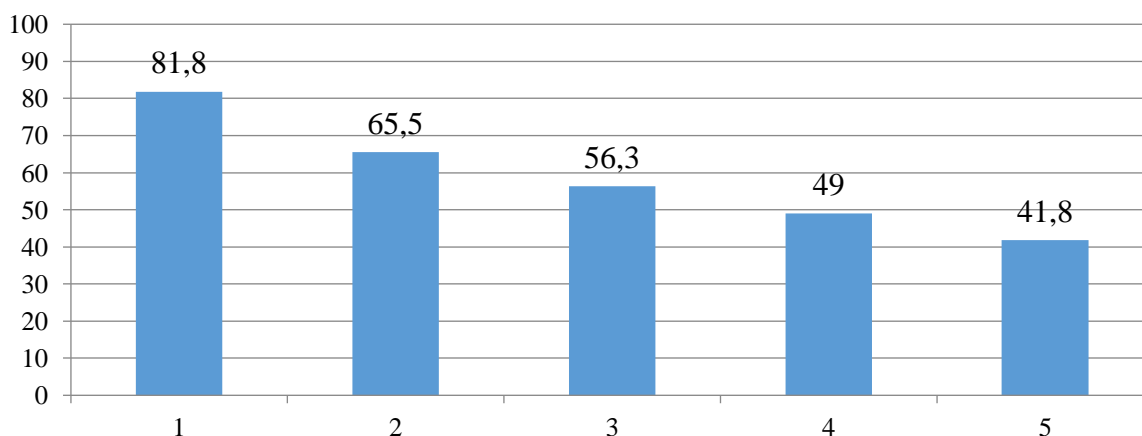
ко дню его сдачи, при этом, так же его сдать, как если бы готовились к нему намного дольше (рис. 2).



1 – Я в состоянии успешно готовиться к экзаменам в непосредственной близости ко дню его сдачи; 2 – Плодотворнее всего я работаю тогда, когда решаемая задача имеет большое для меня значение; 3 – Если я знаю, что оценка на уроке или экзамене решающим образом повлияет на четверную оценку, я работаю значительно лучше, чем другие; 4 – Чем важнее экзамен или тест, тем лучше, как мне кажется, я над ним работаю; 5 – Даже если исход экзамена меня беспокоит, когда он начинается, я сохраняю спокойствие

Рисунок 2. Преобладающие способствующие опасения при подготовке к ЕГЭ старшеклассников (в %)

Анализ наиболее распространённых тормозящих опасений показал, что старшеклассникам часто на экзамене бывает сложно сконцентрироваться и приходится читать один и тот же вопрос несколько раз, чтобы понять, о чем идет речь и как на него ответить (рис. 3).



1 – Часто на экзамене я читаю вопрос и не могу понять его формулировку, так что приходится его читать снова; 2 – Беспокойство на экзамене мешает мне хорошо работать; 3 – К началу экзамена я чувствую, что моя голова совершенно пуста, и мне нужно несколько минут, чтобы включиться в работу; 4 – На экзамене или тестировании я теряюсь при ответе на вопросы, на которые в спокойной обстановке я легко нахожу ответ; 5 – Ограничение во времени на экзамене меня сбивает больше, чем других

Рисунок 3. Преобладающие тормозящие опасения при подготовке к ЕГЭ старшеклассников (в %)

Для выявления взаимосвязи готовности к профессии и опасений экзаменационной тревожности был использован корреляционный анализ r-Спирмена. Проведенный статистический анализ позволяет сделать вывод, что высокая готовность к профессии, ориентация на конкретную сферу профессиональной деятельности и сознательный выбор

одного направления подготовки понижает влияние способствующих опасений к сдаче единого государственного экзамена (рис. 4).

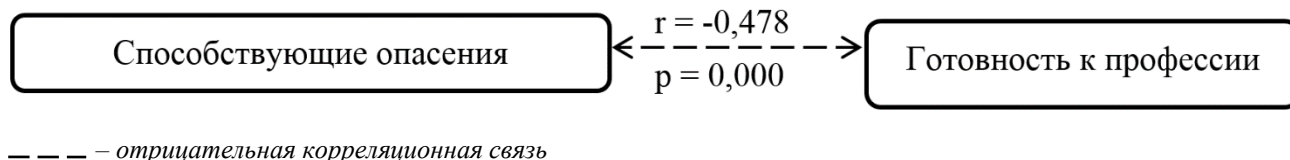


Рисунок 4. Корреляционная плеяда значимых корреляционных связей готовности к профессии и опасений экзаменационной тревожности

Это, в свою очередь, означает, что, чем выше готовность к будущей профессии, тем меньше старшеклассники опираются на способствующие опасения, что говорит о том, что они представляют себе свою дальнейшую деятельность и понимают для чего им нужна успешная сдача экзаменов и поэтому больше полагаются не на удачу или быструю подготовку к тому или иному экзамену, а на свои знания и умения. В данном случае их мотивация не зависит от четвертной оценки и сложности экзаменов, а, в большей степени, от умения готовиться в последние дни перед ними для них не является преимуществом, так как они структурировано готовились достаточное количество времени.

Детальный анализ полученных значимых взаимосвязей показал, что высокая готовность к профессии влияет на сохранение спокойствия выпускника во время экзамена, даже при осознании его значимости и важности (где $r = 0,310$, при $p = 0,010$). Понимание выпускником значимости текущих оценок по предмету на итоговую четвертную и годовую также повышает его работоспособность и желание получить наиболее высокий балл по предмету (где $r = 0,260$, при $p = 0,049$). Так старшеклассники, которые четко представляют свою будущую профессию и перспективу поступления, испытывают меньшее беспокойство и могут быстро сконцентрироваться на самом экзамене, даже если есть чувство тревоги, а также, будучи уверенными, что успешная сдача экзаменов поможет при поступлении, они будут больше замотивированы и более активно работать в течение четверти и года, ориентируясь на желаемую годовую оценку (рис. 5).

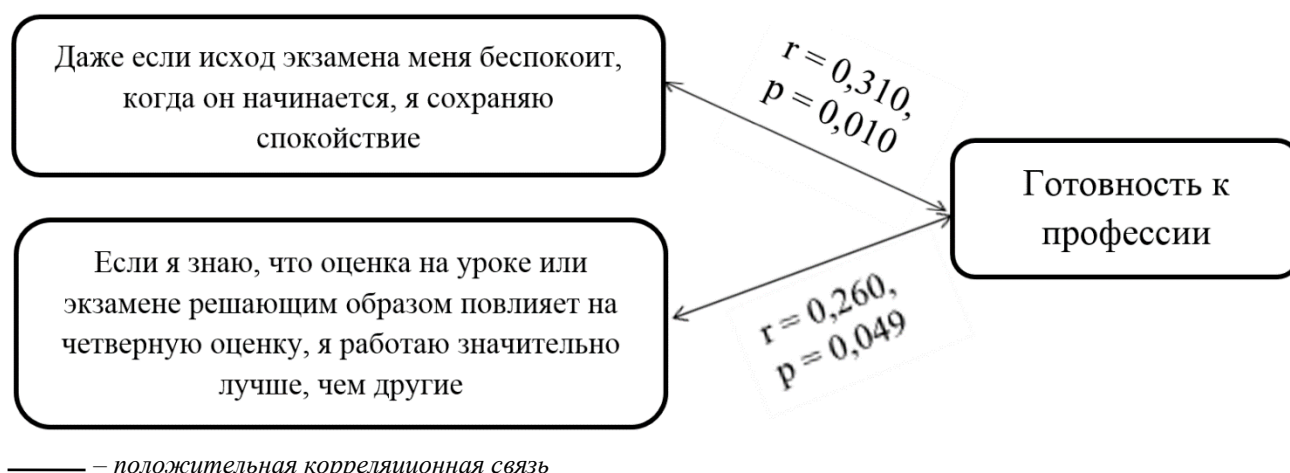


Рисунок 5. Положительная корреляционная плеяда значимых корреляционных связей готовности к профессии и способствующих опасений экзаменационной тревожности

Отрицательная корреляционная связь выявлена между «готовностью к профессии» и утверждением, что в ситуации экзамена старшеклассники сохраняют уверенность в себе ($r = -0,339$, $p = 0,009$), а также между «готовностью к профессии» и тем, что важность экзамена или теста, по их мнению, влияет на качество выполняемой работы – чем важнее экзамен, тем больше ученики стараются сдать его хорошо ($r = -0,262$, $p = 0,048$). Это, в свою очередь,

означает, что, чем выше готовность к будущей профессии, тем менее уверены в себе на экзамене будут старшеклассники, так как они очень ответственно к нему подходят и для них важно написать его успешно, проявив все свои знания и навыки. Также можно отметить, что важность экзамена, по их мнению, может плохо сказаться на конечном результате, так как с важностью повышается и ответственность (рис. 6).

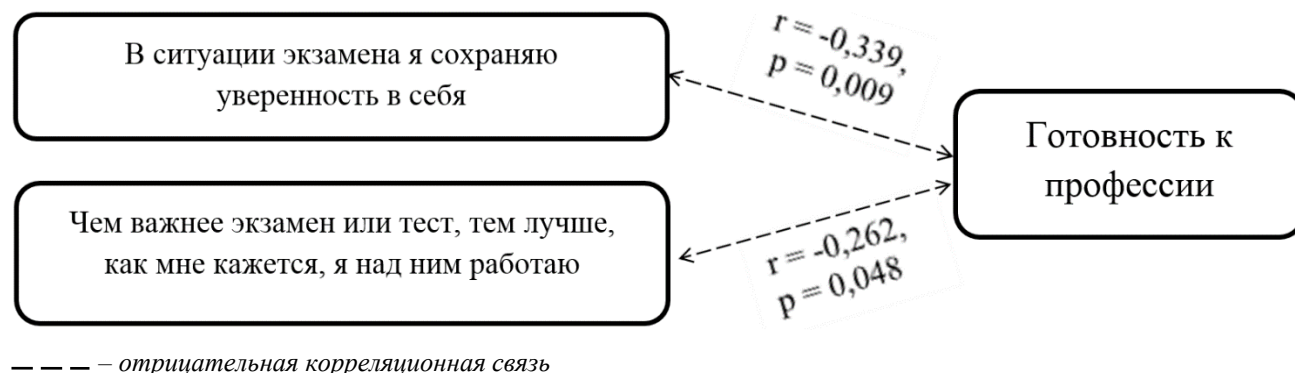


Рисунок 6. Отрицательная корреляционная плеяда значимых корреляционных связей готовности к профессии и способствующих опасений экзаменационной тревожности

Далее с помощью корреляционного анализа г-Спирмена была выявлена взаимосвязь готовности к профессии и тормозящих опасений.

Положительная корреляционная связь выявлена между «готовностью к профессии» и утверждением того, что заботы при подготовке к экзамену так нагружают выпускников, что им становится все равно, каким будет его исход, где $r = 0,275$, при $p = 0,037$, а также между «готовностью к профессии» и тем, что чем важнее экзамен, тем менее успешно, по их мнению, они выполняют задания, где $r = 0,313$, при $p = 0,017$. Так у старшеклассников при высокой готовности к будущей профессии может больше проявляться безразличие к исходу экзамена и им начинает казаться, что, чем он важнее, тем менее успешно они справятся с заданиями. Это происходит в связи с тем, что выпускники долгое время уделяют подготовке к экзамену и их эмоциональное и психологическое состояние истощается, из-за большой нагрузки и ответственности их тревожность и напряжение может возрастать, при этом они продолжают держать все под контролем как при подготовке, так и во время экзамена (рис. 7).

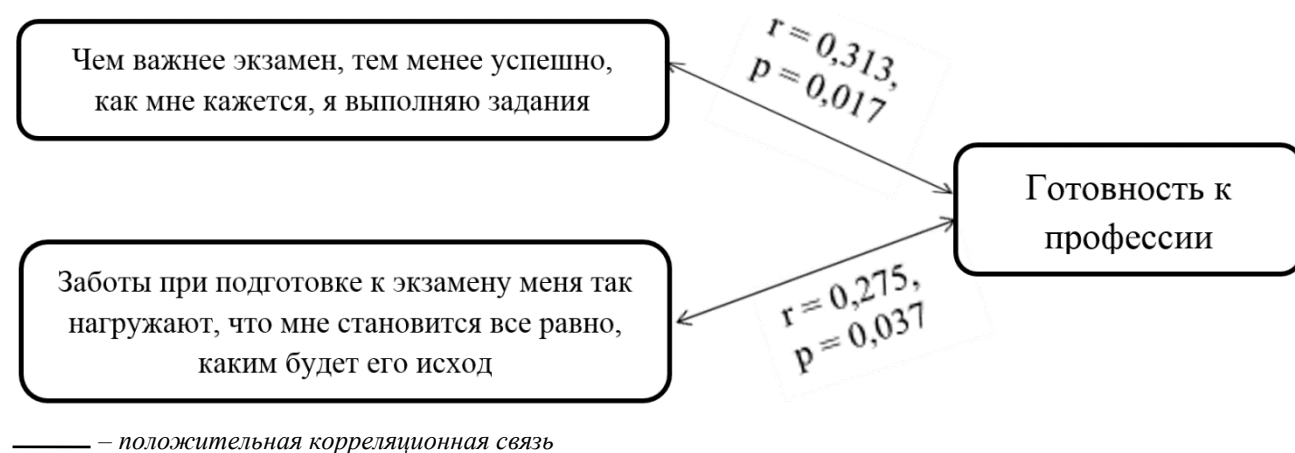
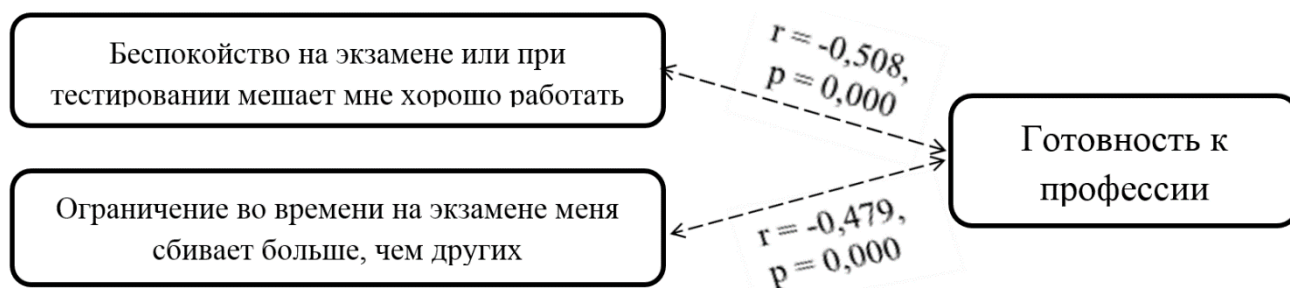


Рисунок 7. Положительная корреляционная плеяда значимых корреляционных связей готовности к профессии и тормозящих опасений экзаменационной тревожности

Отрицательная корреляционная связь выявлена между «готовностью к профессии» и утверждением того, что беспокойство на экзамене мешает старшеклассникам хорошо работать, где $r = -0,508$, при $p = 0,000$, а также между «готовностью к профессии» и тем, что ограничение

во времени на экзамене сбивает их больше, чем других, где $r = -0,479$, при $p = 0,000$. Это, в свою очередь, означает, что, чем выше готовность к будущей профессии, тем меньше беспокойство мешает старшеклассникам хорошо работать во время экзамена и их меньше сбивает ограничение во времени, чем других, так как они изначально рассчитывают затрачиваемое время на все задания и свои силы на их выполнение, они могут организовать свою работу на высоком уровне, не смотря на тревожность, и использовать свои знания по максимуму (рис. 8).



— — — — отрицательная корреляционная связь

Рисунок 8. Корреляционная плеяда значимых корреляционных связей готовности к профессии и тормозящих опасений экзаменационной тревожности

Таким образом, мы можем сделать следующие выводы:

- старшеклассники меньше опираются на способствующие опасения, что говорит о том, что они представляют себе свою дальнейшую деятельность и понимают для чего им нужна успешная сдача экзаменов и поэтому больше полагаются не на удачу или быструю подготовку к тому или иному экзамену, а на свои знания и умения. В данном случае их мотивация не зависит от четвертной оценки и сложности экзаменов, а умение готовиться в последние дни перед ними для них не является преимуществом, так как они структурировано готовились достаточное количество времени;
- старшеклассники, у которых высокий уровень готовности к будущей профессии, менее уверены в себе на экзамене, так как они очень ответственно к нему подходят. Однако, даже если исход экзамена их беспокоит, когда они приступят к нему, беспокойство намного меньше будет мешать им хорошо работать, чем другим, а также, будучи уверенными, что успешная сдача экзаменов поможет при поступлении, они будут больше замотивированы и начнут работать еще усерднее;
- у старшеклассников при высокой готовности к будущей профессии может больше проявляться безразличие к исходу экзамена и им начинает казаться, что, чем он важнее, тем менее успешно они справятся с заданиями. Это происходит в связи с тем, что выпускники достаточно долгое время уделяют непосредственно подготовке к экзамену и их эмоциональное и психологическое состояние истощается, из-за большой нагрузки и ответственности их тревожность и напряжение может возрастать, при этом они продолжают держать все под контролем как при подготовке, так и во время экзамена, ко всему их не будет сбивать и ограничение во времени, так как они изначально рассчитывают затрачиваемое время на все задания и свои силы на их выполнение.

Полученные данные могут быть использованы педагогами, родителями, учениками в качестве ознакомительного материала и в качестве непосредственного использования методических рекомендаций при подготовке к сдаче единого государственного экзамена, педагогами-психологами для профилактической работы и правильной организации учебной деятельности при психологическом сопровождении самоопределения и подготовки к единому государственному экзамену, а также для консультативных работ с группой лиц, имеющих трудности при подготовке.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жолудева С.В. Особенности формирования профессиональных представлений на разных этапах профессионального пути // Современная парадигма исследования профессиональных представлений, Антипова И.Г., Жолудева С.В., Науменко М.В., Панкратова И.А., Рогов Е.И., Рогова Е.Е., Скрынник Н.Е., Шевелева А.М. Ростов-на-Дону, 2014. С. 27–63.
2. Васильева, М.В. Единый государственный экзамен: как подготовиться / М.В. Васильева // Эксперимент и инновации в школе. – 2012. – № 4. – С. 49–54.
3. Граница В.Г. (Волгоград) Диагностика экзаменационной тревожности старшеклассников // Студенческий электронный журнал «СТРИЖ». №1(01). Апрель 2015 ■ www.strizh-vspu.ru.
4. Прихожан, А.М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. – М.: Питер, 2013. – 192 с.
5. Ромицина, Е.Е. Методика «Многомерная оценка детской тревожности» / Е.Е. Ромицина – СПб.: Речь, 2006. – 112 с.
6. Лихачева, А.Ю. Психологическая готовность старшеклассников к сдаче единого государственного экзамена / А.Ю. Лихачева // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2016. – № 42. – С. 121–126.
7. Шилова Е.В., Савченко О.В. Профессиональное самоопределение подростков: Учебное пособие. [Электронный ресурс] – Владивосток, МГУ, 2012. – 83 с.
8. Артюхова, И.С. Проблема выбора профиля обучения в старшей школе // Педагогика. – 2004. – №2. – С. 28–33.
9. Батасова, Т.Г. Задачи и содержание курса «Самоопределение и технология трудоустройства» для незанятых несовершеннолетних // Школьные технологии. – 2000. – № 4. – С. 73–83.
10. Мальцева Л.В. Теоретические подходы к изучению сущности профессионального самоопределения в отечественной и зарубежной – Учебное пособие. – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та 2008. – 115 с.
11. Улыбышева И.Н. Профессиональные предпочтения подростков разных групп профессиональных направленностей // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №6, <https://mir-nauki.com/PDF/98PSMN618.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

Zholudeva Svetlana Vasil'evna

Southern federal university, Rostov-on-Don, Russia
E-mail: svzholudeva@sfedu.ru

Temirbulatova Rufia Faikovna

Southern federal university, Rostov-on-Don, Russia
E-mail: rtemirbulatova@mail.ru

Interrelation of readiness for a future profession and manifestations of exam anxiety for passing a unified state exam

Abstract. In high school, schoolchildren think about their future activities in one way or another. At the same time, there remain those that cannot be determined up to the beginning of examinations. It is very important at this age to have a reference point in the preferences of a particular profession, as professional self-determination is an integral part in choosing a further activity.

The authors present an analysis of the relationship between the readiness for the future profession of graduates of educational organizations and the manifestation of examination anxiety for passing the unified state examination. The study was based on the following methods: "Activating career guidance methodology" (according to N. Zepzhnikov) and "Test of examination anxiety" R. Elpert and R.N. Heiber, Respondents were young men and girls of the 11th grade aged 16–18.

First of all, the level of readiness of graduates for the future profession of the educational institution was assessed, then, for the study of examination anxiety, the proposed in the second method contributing and inhibiting fears of preparation for the EGE were analyzed, which, in turn, show their contribution to the successful passing of examinations. After the work done and the study of certain components of fears, the authors studied the direct relationship between readiness for the future profession and the manifestation of examination anxiety for the acceptance of the EGE. The level of readiness for the profession was found to have an impact on both the result and anxiety for the upcoming exams. At the same time, anxiety to pass examinations is directly related to understanding and awareness of the choice of further professional activity.

Keywords: profession; career guidance; professional self-determination; high school students; graduates; anxiety; exam; unified state exam