

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

2020, №3, Том 8 / 2020, No 3, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-3-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/85PDMN320.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Панкратова И.А. Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №3, <https://mir-nauki.com/PDF/85PDMN320.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Pankratova I.A. (2020). The relationship of professional representations and mental states in the learning activities of high school students with varying degrees of anxiety. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 3(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/85PDMN320.pdf> (in Russian)

УДК 37

Панкратова Ирина Анатольевна

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет», Ростов-на-Дону, Россия
Академия психологии и педагогики
Доцент кафедры «Организационной и прикладной психологии образования»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: Ckags_student@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=669137

Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования проблемы Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности. Автором обосновывается актуальность исследования проблем профессиональных представлений, а также психических состояний старшеклассников и их взаимосвязи у школьников с разным уровнем тревожности. Автор отмечает, что проблема исследования является чрезвычайно актуальной, т. к. именно старшеклассники часто испытывают состояние тревожности, что зачастую мешает их образовательной деятельности. Автор отмечает, что исследование взаимосвязи профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности. Является весьма актуальным, так как позволяет разработать рекомендации, направленные на снижение тревожности и формирование профессиональных представлений у старшеклассников. Автором используются опросник Е.И. Рогова «Профессиональные представления»; модифицированная анкета Мензул Типичные психические состояния в учебной деятельности; шкала самооценки уровня тревожности (Ч.Д. Спилберг, Ю.Л. Ханин). Исследование проводилось на базе МБОУ № 24 имени героя России Андрея Орлова г. Ростов-на-Дону. Всего в исследовании приняли участие 78 подростков обоего пола, в возрасте от 16 до 17 лет. Автором представлен обширный эмпирический материал, что позволило сделать следующие выводы: психические состояния и профессиональные представления различны у старшеклассников с различным уровнем тревожности, а также различны взаимосвязи профессиональных представлений и психических состояний у старшеклассников с различным уровнем тревожности. Использование полученных автором данных позволят эффективно выстраивать стратегию развития каждого учащегося.

Ключевые слова: старшеклассники; школьная тревожность; психические состояния; профессиональные представления; профессиональная ориентация; школьники; старший подростковый возраст

Введение

Старший школьный возраст – это период поэтапного перехода от детства к зрелости. Период, когда формируются свои взгляды, мысли, характер и понимание своего места в жизни. Старший школьный возраст – это период самоутверждения, приобщения к культурному наследию, формирования способностей, благодаря которым сможет работать и будет выполнять социальное и общественное назначение.

На данный момент можно найти огромное количество вариаций возрастных периодизаций разных ученых. Рассматривая старший школьный возраст, Л.С. Выготский, выделил следующие возрастные рамки 14–17 лет. Называя его пубертатным периодом. В пубертатный период начинает формироваться чувство взрослости. У ребенка появляется понимание того, что он собой представляет. Падает умственная продуктивность из-за того, что происходит переход на высший уровень интеллектуальной человеческой деятельности [1].

Д.Б. Эльконин выделил возраст от 14–17 лет. В основе его периодизации лежат ведущие деятельности. В старшем школьном возрасте ведущей становится учебно-профессиональная деятельность. В этот период у старшеклассников появляется познавательная активность и профессиональный интерес, появляется осознание самого себя и желание строить планы на будущее [2].

Социальное самоопределение старшеклассников тесно связано с их представлениями о своем будущем.

По мнению В.Н. Обносова профессиональные представления стоит считать особой индивидуальной системой знаний, умений и эмоциональных волнений человека, возникающих из-за какой-то профессии, понимая под этим «совокупность имеющейся у субъекта информации о той или другой специальности, его компетентность о мире профессий, их оценка по шкале престижности и привлекательности; это динамическое информационное образование, структура и содержание которого зависит от его целевого назначения; это отображение человеческого «Я» через профессию [3].

Профессиональные представления служат главным фактором развития будущего специалиста, профессионала в своей области, так как они лежат в основе профессионального мировоззрения.

В настоящее время сложилась такая ситуация, что в современном образовательном пространстве с каждым годом требования к подготовке специалистов растут. Увеличивается требования не только к знаниям будущих специалистов, но и к сформированности их компетентностей и компетенций.

Профессиональные представления, которые формируются на начальном этапе профессионального самоопределения, в будущем определяют направление человека в профессии. Неадекватные представления о профессии мешают дальнейшему профессиональному становлению. Как и наоборот адекватные представления о профессии служат залогом успешного профессионального роста [4]. Представления имеют свои характеристики. Основными характеристиками являются наглядность, фрагментарность, неустойчивость и непостоянство [5].

Итак, профессиональные представления служат главным фактором развития будущего специалиста, профессионала в своей области, так как они лежат в основе профессионального мировоззрения.

Однако в нынешнее время старшеклассники к моменту принятия решения о выборе профессии проявляют признаки незрелости, отказываются самостоятельно делать выбор, легкомысленно относятся к планированию жизненного пути и целей. В связи с этим, интерес к проблеме выбора профессии значительно обострился.

Так же, исследования проблем психических состояний в литературе представлены достаточно обширно. Однако, на данный момент времени данная проблема остаётся изученной не в полном мере и считается относительно новым психическим явлением.

Первым кто затронул проблему психических состояний был Н.Д. Левитов. Исследованиями Н.Д. Левитова, Ю.Е. Сосновиковой, А.Н. Леоновой, Л.Г. Дикой, Е.П. Ильиным и др. были установлены ряд важнейших закономерностей и механизмов, касающихся феноменологии, структуры, функций, динамики психических состояний. Наряду с достижениями в изучении психических состояний имеется ряд областей психологии и, прежде всего, в педагогической и психологии развития, где исследования единичны [6].

Проблема психических состояний изучена достаточно глубоко. Тем не менее, по сей день остаётся изученной не в полной мере. Н.Д. Левитов отмечает, что психическое состояние зависит от значимости ситуации для человека; является как переживанием, так и деятельностью [7].

Для нас особо важным является исследование детей подросткового возраста, которое было проведено Ю.Е. Сосновиковой, где было определено, что подростки хорошо понимают и свои психические состояния, и своих сверстников, даже могут охарактеризовать их [8]. Наиболее значимыми состояниями в подростковом возрасте рождаются в результате учебной деятельности и межличностного отношения с учителями, одноклассниками, родителями [9].

По мнению Е.П. Ильина психические состояния, которые испытываются индивидом в подростковом возрасте взаимосвязаны с общением. Именно общение с людьми главным образом влияет на психическое состояние. Ученый говорит о том, что из-за негативного общения с окружающими подросток часто бывает в плохом настроении и может быть склонен к депрессии [10].

Старшеклассники могут находиться, по сути, в таких же психических состояниях, как и подростки. Отличие состоит лишь в интенсивности этого состояния и времени. В трудах А.М. Прихожана исследовано состояние тревоги, которое появляется во время учебы, которую автор обозначил школьной тревогой, было обнаружено, что такое состояние больше всего выражено у школьников 9 классов. Небольшой спад приходится на 10 классы, но уже в 11, школьная тревога проступает с новой силой. Следствием такого колебания являются возрастные особенности и события в учебной деятельности [11].

Старший школьный возраст отличается от других возрастных периодов своей неравномерностью развития, то есть, если один сверстник уже достиг определенной зрелости, то второй и третий может отставать от него. Так же, как биологическая, социальная, когнитивная и эмоциональная зрелости у одного и того же человека могут не совпадать. Так же появляется способность к самопознанию и рефлексии.

Скудная информация о психических состояниях не дает в полном мере их диагностировать, предвидеть дальнейшее развитие, затрудняет оценить состояние и его влияние на поведение и межличностные отношения.

Также одной из самых важных проблем является проблема тревожности. В научной литературе глубоко изучена проблема тревожности, но и в наши дни существуют пробелы в изучении данного явления. Особенно актуально изучение тревожности как психического состояния старшеклассников, так как данный возрастной период богат на разные эмоциональные переживания, одним из которых тревожность является одним из самых деструктивных.

Школьная тревожность – это понятие, в которое входят различные составляющие школьного неблагополучия. Школьная тревожность проявляется в виде взволнованности, беспокойства, в ожидании отрицательного отношения к себе со стороны сверстников, а также педагогов. Ребенок живет с ощущением собственной ненормальности, в постоянных сомнениях и с чувством нерешительности. То есть, школьная тревожность это итог взаимодействия индивида с ситуацией. Это вид тревожности, для которой свойственна взаимосвязь ребенка с всевозможными составляющими школьной деятельности.

Старший школьник, находящийся в состоянии душевного комфорта, психологического комфорта в школьном коллективе – это социально адаптированный человек, у которого все в порядке с психическими функциями, то есть это психически здоровый человек. Проблемы старших школьников возникают чаще всего из-за страхов и тревог, связанных с самоутверждением среди сверстников, с проблемой выбора профессии, а также с учебной деятельностью. В момент тревожности наступает сильное психоэмоциональное напряжение и как следствие высокая тревожность у старшеклассников является фактором риска. Тревожность рождает различные нарушения невротического характера, расстройства психики и здоровья. Поэтому так важно педагогам владеть информацией о эмоциональном состоянии старших подростков.

Таким образом исследование взаимосвязи профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности. Является весьма актуальным, так как позволяет разработать рекомендации, направленные на снижение тревожности и формирование профессиональных представлений у старшеклассников.

Методы исследования

Целью нашего исследования явилось изучить взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний учеников в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности.

Используемые методы позволили нам достичь цель исследования: опросник Е.И. Рогова «Профессиональные представления»; модифицированная анкета Мензул Типичные психические состояния в учебной деятельности; шкала самооценки уровня тревожности (Ч.Д. Спилберг, Ю.Л. Ханин).

Исследование проводилось на базе МБОУ № 24 имени героя России Андрея Орлова г. Ростов-на-Дону. Всего в исследовании приняли участие 78 подростков обоего пола, в возрасте от 16 до 17 лет.

Результаты исследования

В соответствие с поставленными эмпирическими задачами нами были выявлены уровни ситуативной и личностной тревожности старшеклассников с помощью методики Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина).

Результаты распределения старшеклассников по уровню ситуативной тревожности представлены в таблице 1.

Таблица 1

Распределение старшеклассников по уровню ситуативной тревожности (в %)

Уровень ситуативной тревожности	% от общего количества испытуемых
Низкий	26
Умеренный	38
Высокий	36

По данным таблицы 1 мы можем сказать, что 38 % испытуемых имеют умеренный уровень ситуативной тревожности; у 36 % старшеклассников – высокий уровень ситуативной тревожности; 26 % испытуемых с низким уровнем ситуативной тревожности.

Примерно одинаковое количество подростков с высоким и умеренным уровнем ситуативной тревожности. Количество испытуемых с низким уровнем ситуативной тревожности в полтора раза меньше. Очевидно, полученные результаты связаны с предстоящей сдачей экзаменов в форме ЕГЭ.

Результаты выявления старшеклассников с разным уровнем личностной тревожности представлены в таблице 2.

Таблица 2

Распределение старшеклассников по уровню личностной тревожности (в %)

Уровень ситуативной тревожности	% от общего количества испытуемых
Низкий	10
Умеренный	62
Высокий	28

По данным таблицы 2 мы можем сказать, что у 62 % старшеклассников – средний уровень личностной тревожности; 28 % испытуемых с высоким уровнем личностной тревожности; 10 % испытуемых имеют низкий уровень личностной тревожности. Преобладающим среди старшеклассников является умеренный уровень личностной тревожности (62 %). Количество испытуемых с высоким уровнем личностной тревожности в три раза больше, чем испытуемых с низким уровнем личностной тревожности. Очевидно, полученные результаты связаны со спецификой возрастного развития. Высокий уровень личной тревожности характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам. Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Полученные результаты позволили нам сформировать три группы испытуемых по преобладающему уровню личностной тревожности: старшеклассники с преобладанием высокого уровня тревожности, старшеклассники с преобладанием среднего уровня тревожности, старшеклассники с преобладанием низкого уровня тревожности. Полученное распределение использовалось для дальнейшего количественного и качественного анализа.

С целью исследования особенностей профессиональных представлений и психических состояний старшеклассников с разным уровнем тревожности нами был проведен сравнительный анализ полученных данных. Данные представлены на рисунке 1.

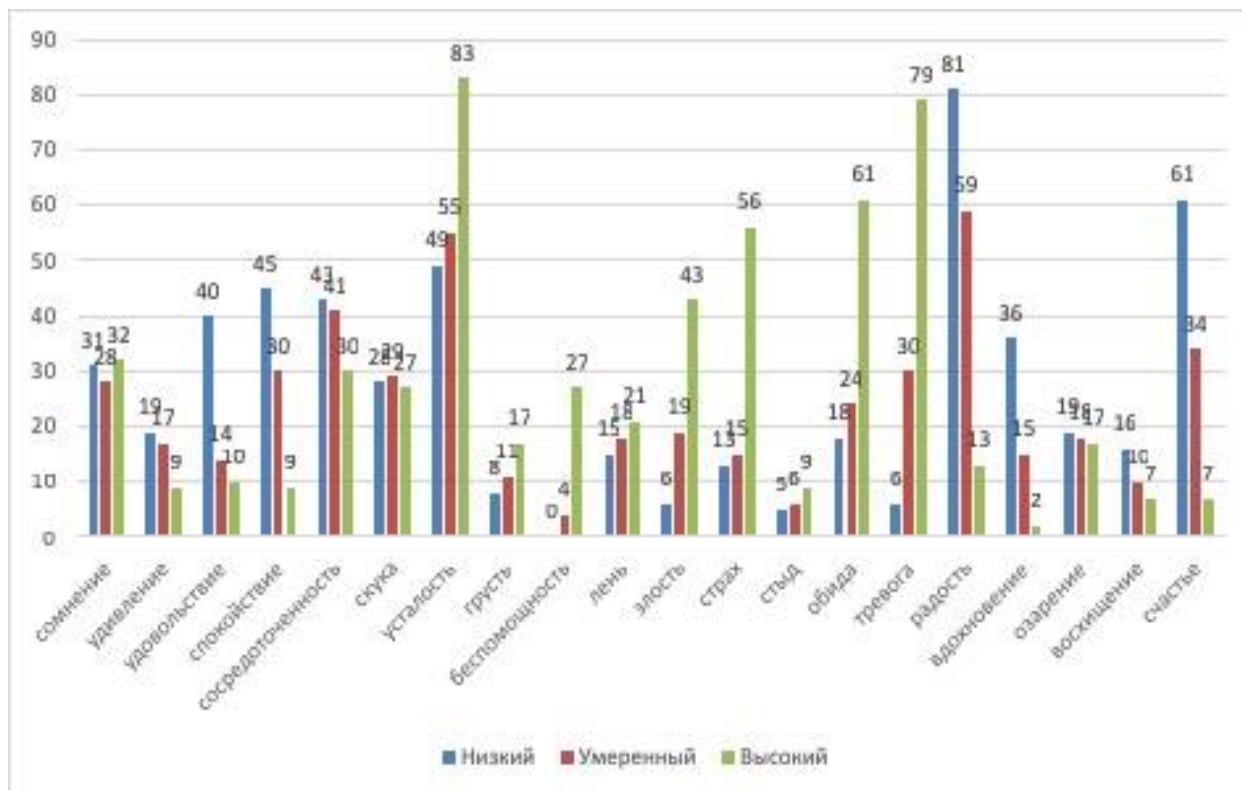


Рисунок 1. Особенности психических состояний старшеклассников с разным уровнем тревожности, %

Различия были обнаружены в показателе удивление у высокотревожных и не тревожных старшеклассниках. Возможно, это связано с тем, что у тревожных школьников чаще возникают ситуации, связанные с пониманием материала, несмотря на то что у них есть определенный опыт и знания ожидания не всегда оправдываются. Возможно, они воспринимают материал как не понятный.

Высокотревожные старшеклассники редко выбирают состояние удовольствия в отличие от школьников с низким уровнем тревожности. Состояние удовольствия для школьников с низкой тревожностью, соответствует их положительному эмоциональному тону впечатлений, является характерным для испытуемых. Для высоко тревожных респондентов школьная жизнь не изобилует положительными и приятными впечатлениями, ходят в школу не ради удовольствия, потому что это необходимо.

Состояние спокойствия у учеников с низкой тревожностью встречается в 5 раз чаще чем у высокотревожных и в полтора раза чаще чем у учащихся со средней степенью тревожности. Спокойные школьники как правильно не испытывают тревогу, спокойствие и тревожность это два противоположных психологических состояниях. Состояние не тревожных

старшеклассников характеризуется нормальным тонусом, уравновешенностью, достаточной критичностью.

У высокотревожных школьников часто встречается состояние усталости, у школьников со средним и низким уровнем тревожности также встречается часто, различия не значимы.

Очень часто учащиеся с высоким уровнем тревожности испытывают состояние беспомощности. Данное состояние очень схоже с состоянием тревоги, возникает в ситуации, когда, имея нужные знания, умения и навыки для решения поставленной задачи в силу ряда причин когнитивного характера, учащийся не в состоянии самостоятельно их применить. В группе не тревожных старшеклассников данное состояние не встречается.

Ученики с высоким уровнем тревожности часто испытывают злость. Злость часто это проявление аутоагрессии. Провоцировать злость могут незаслуженные оскорбления, обман, особенно если они неожиданны, резкая критика, упреки, обвинения. В ситуации опроса рассерженность, совмещающая в себе гнев, обиду, досаду, чаще возникает в фрустрационной ситуации, связанной с невозможностью достижения цели, в данном случае правильного ответа, получения положительной отметки и т. д. Ученики со средним уровнем тревожности испытывают злость почти в два раза реже, а старшеклассники с низкой тревожностью крайне редко испытывают злость.

Тревожные старшеклассники часто испытывают состояние страха. Состояние страха у них связано с учебным процессом, что повышает тревожность и переживания учащихся. При этом школьники со средним и низким уровнем тревожности страх испытывают гораздо реже, учебная деятельность не воспринимается как угрожающая и пугающая.

Состояние обиды испытывает большинство тревожных школьников. Наше исследование демонстрирует, что школьники переживают обиду в учебной деятельности, она связана, в первую очередь, с общением со сверстниками и с учителем. Крайне тяжелое деструктивное психологическое состояние, вызывающее колоссальное торможение во всех жизненных сферах. Школьники с низкой и средней тревожностью испытывают состояние обиды довольно редко.

Большинство школьников с низким уровнем тревоги испытывают состояние радости и счастье часто, свое пребывание в школе могут охарактеризовать как приятным и приносящим удовольствие. При этом следует отметить, что школьная жизнь воспринимается в целом учащимися позитивно, что, безусловно, положительно сказывается на их психологическом благополучии. Однако тревожные школьники данные состояния испытывают крайне редко, высокая тревога не позволяет им испытать состояние радости и счастья.

Все ученики редко испытывают состояние восхищения, хотя ученики с высокой тревожностью испытывают данное состояние в два раза чаще. В целом же низкие показатели по состоянию восхищения, как высшей степени проявления удовлетворения, говорят о том, что школьная жизнь не изобилует яркими впечатлениями, способными не только удивить, но и восхитить учеников.

Старшеклассники с высокой тревожностью крайне редко испытывают состояние вдохновения. Вдохновение характеризуется высшей степенью концентрации внимания, резким увеличением производительности в действиях. Возможно, повышенная тревожность мешает ученикам сосредоточиться.

Сравнительный анализ профессиональных представлений у старшеклассников выявил некоторые различия показателя факторов представлений о работе. Данные полученные представлены на рисунке 2.

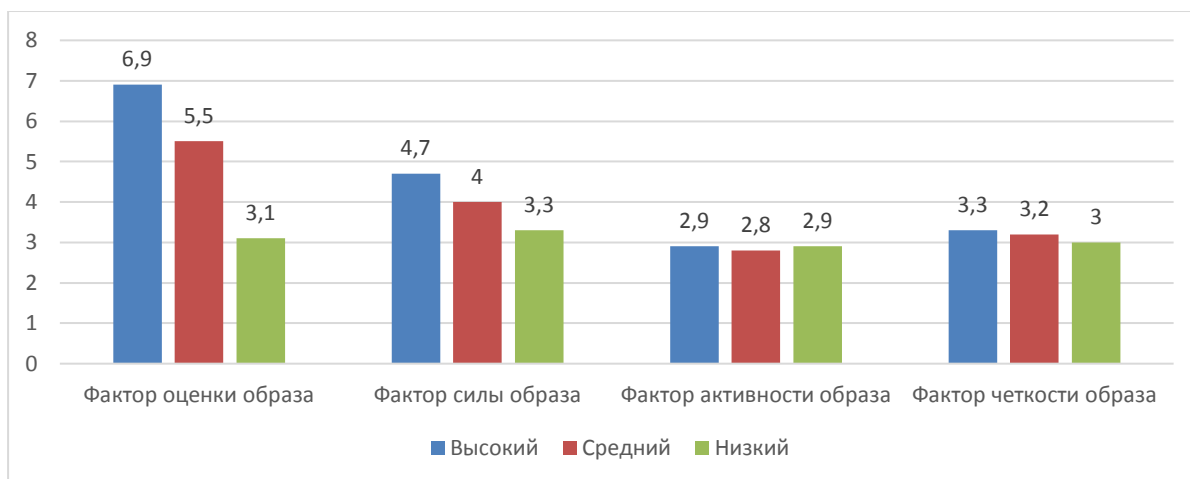


Рисунок 2. Сравнительная таблица профессиональных представлений старшеклассников с разным уровнем тревожности

При интерпретации полученных данных по опроснику были выявленные различия в показателя факторов оценки и силы образа. Учащиеся с высоким уровнем тревожности представляют профессиональную деятельность как не приятную, печальную, плохую, возможно именно тревожность оказала такое влияние на восприятие работы. При особо низких результатах необходимо отметить возможное наличие невротических или иных проблем, связанных с ощущением малой ценности будущей профессии.

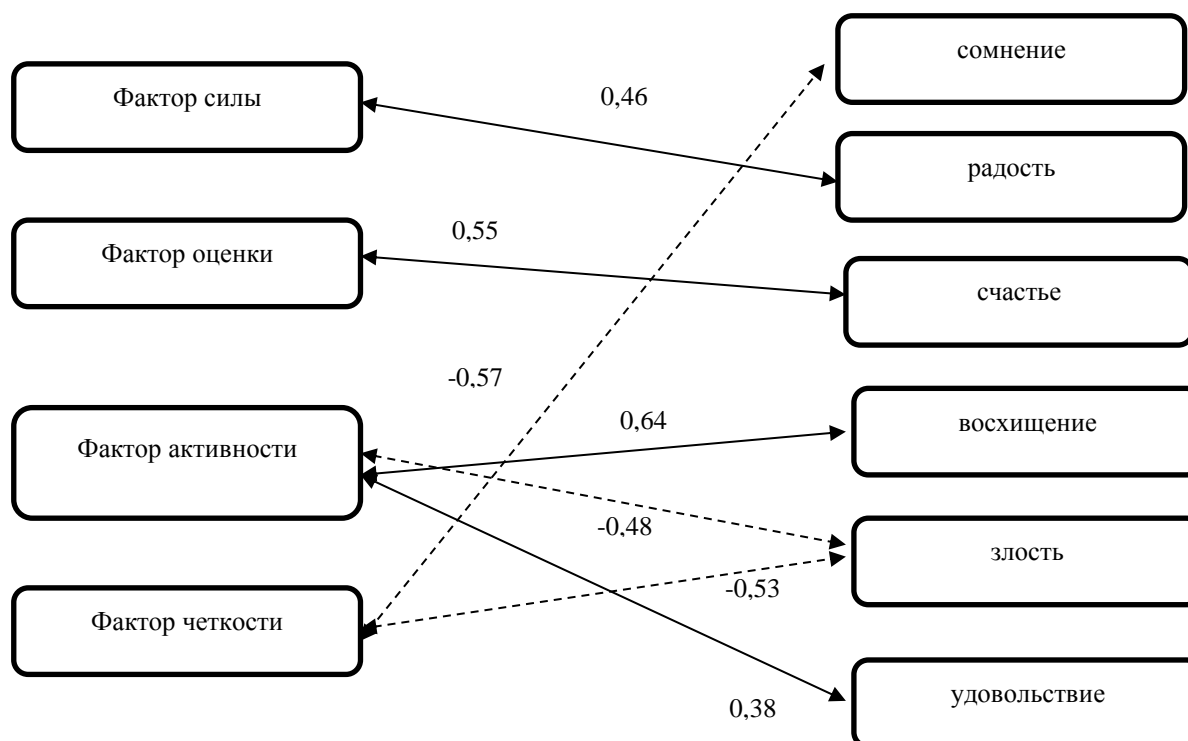


Рисунок 3. Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний школьников с низким уровнем тревожности

Учащиеся с высокой тревожностью воспринимают будущую работу как трудную, тяжелую и трудную. При получении особо низких оценок необходимо отметить наличие астенизации и тревожности. Низкие значения по шкале фактора силы указывают на неуверенность, склонность рассчитывать на не на собственные силы в трудных ситуациях, при этом низкие результаты говорят о недостаточном самоконтроле объекта, неспособности

держаться принятой линии поведения, зависимости от внешних обстоятельств и оценок, неспособности добиваться желаемого, контролировать ситуацию, настаивать на своем.

Для выявления особенностей взаимосвязи профессиональных представлений и психических состояний старшеклассников с разным уровнем тревожности нами был проведен корреляционный анализ в каждой подгруппе испытуемых, позволивший выявить значимые взаимосвязей (все приведенные ниже корреляционные взаимосвязи значимы на уровне $p \leq 0,05$). Данные наглядно представлены на рисунках 3–5.

Были выявлены положительные сильные корреляционные взаимосвязи «Фактора силы» с «счастьем». Таким образом у старшеклассников с низким уровнем тревожности, если представления о работе характеризуются как легкие и простые тем более они ощущают состояние счастья. Мы считаем это обусловлено тем, что старшеклассникам в целом чаще свойственны позитивные эмоции и представления о работе в целом характеризуются как позитивные. «Фактор оценки» связан с состоянием радости. На наш взгляд, данный факт указывает на то, что чем выше оценка работы, тем больше старшеклассник склонен радоваться, думая о своей будущей профессии. «Фактор активности» имеет сильные положительные взаимосвязи с состояниями «восхищение», «удовольствие», чем более активны представления о работе, тем более учащие чувствуют удовлетворение в процессе учебы.

Были выявлены отрицательные взаимосвязи между «фактором активности» и злостью. Это свидетельствует о том, чем более представления активны, импульсивны, тем менее свойственено чувство злости. Между «фактором четкости», сомнением и злостью были выявлены сильные отрицательные взаимосвязи, чем более четкие представления о работе, тем реже возникают состояния сомнения и злости.

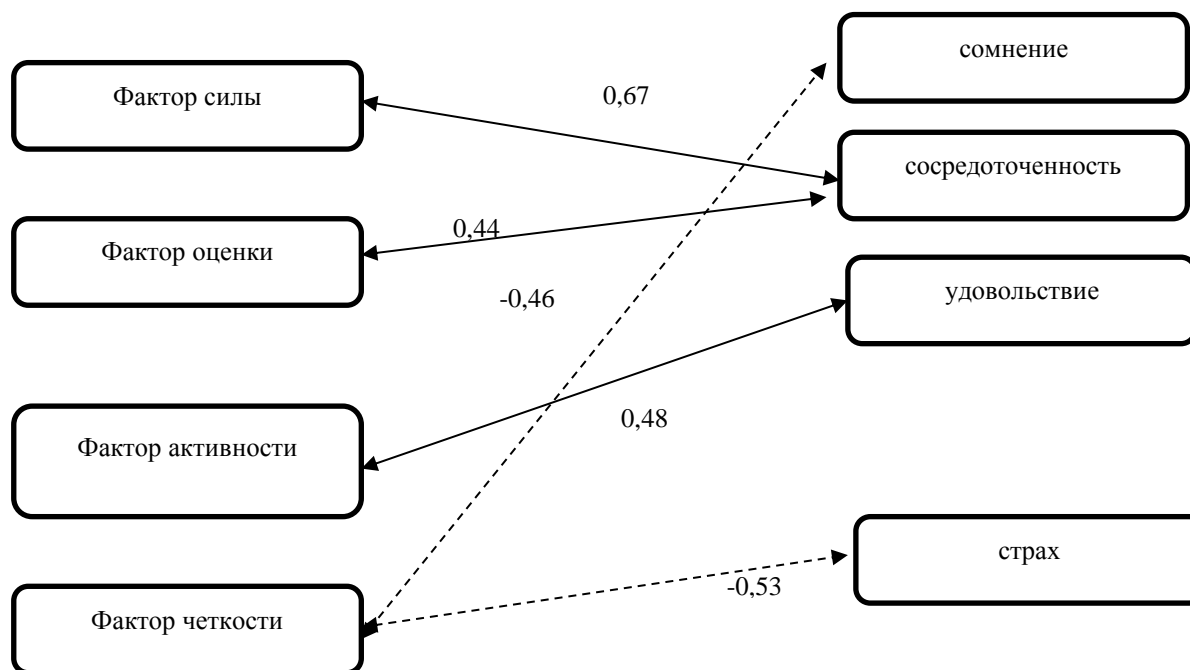


Рисунок 4. Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний школьников со средним уровнем тревожности

Корреляционный анализ позволил выявить сильные взаимосвязи между профессиональными представлениями и психическими состояниями у старшеклассников со средним уровнем тревожности. Были выявлены положительные сильные взаимосвязи «Фактора силы» с «сосредоточенностью». Старшеклассники со средней тревожностью, испытывающие сосредоточенность, у них активизируются процессы внимания, восприятия,

памяти, мышления, воли и эмоций человека представления о работе у таких школьников характеризуются легкостью и простотой, они уверены в себе и своем выборе. «Фактор оценки» связан так же с состоянием «сосредоточенности», на наш взгляд это обусловлено тем, что старшеклассники со средним уровнем тревожности стабильны в переживании своих психических состояниях. «Фактор активности» взаимосвязан с состоянием «удовольствие», чем более представления о работе экстровеертированы, активны и открыты, тем чаще старшеклассники чаще испытывают удовольствие в процессе обучения, возможно это связано с тем, что позитивные представления о будущей профессии позволяют получить больше позитивных эмоций в процессе получения новых знаний.

«Фактор четкости» имеет отрицательные взаимосвязи с состояниями «сомнение» и «страх». Четкие представления о работе снижают уровень тревожности и сомнение, а также страх и неуверенность в настоящем и будущем.

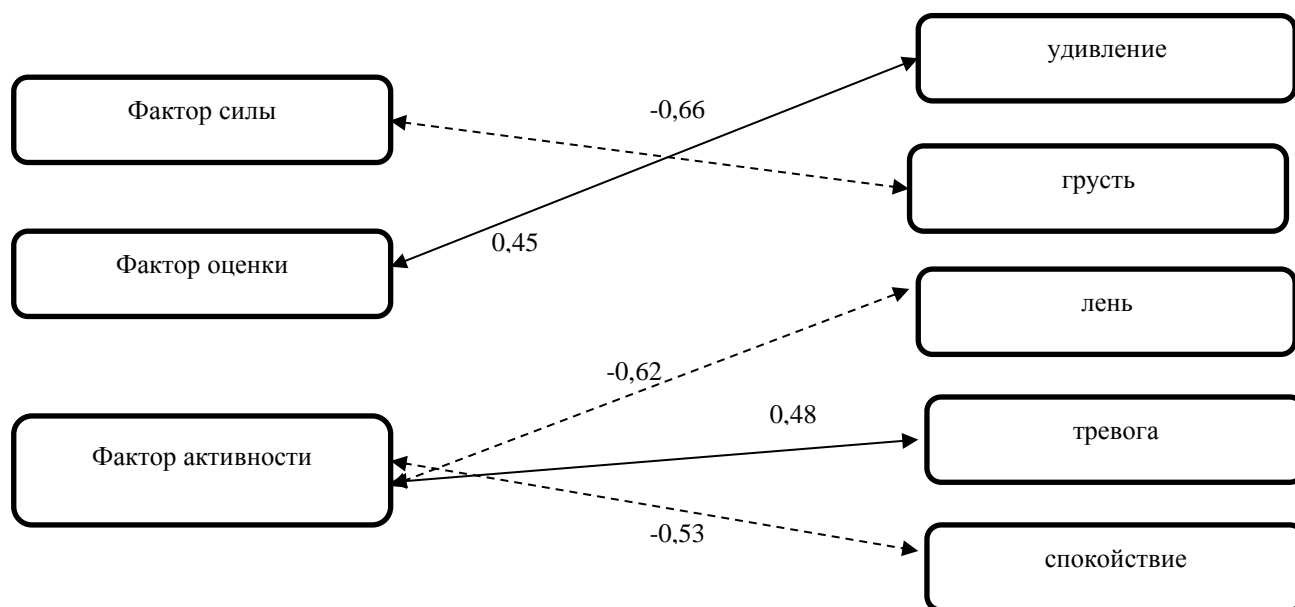


Рисунок 5. Взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний школьников с высоким уровнем тревожности

Нами были выявлены значимые взаимосвязи между профессиональными представлениями и психическими состояниями у старшеклассников с высоким уровнем тревожности. В отличие от групп старшеклассников с высоким и средним уровнем тревожности в группе с высоким уровнем тревожности взаимосвязь фактора четкости с психическими состояниями выявлена не была. Существует обратная взаимосвязь между «фактором силы» и «грустью». Старшеклассники, испытывающие грусть, воспринимают окружающий мир серым, чужим, жестким и неудобным, окрашенным в красивые прозрачно-серые и минорные тона, образ работы воспринимается как печальный, грязный, противный.

«Фактор оценки» связан с состоянием «удивление». При оценки будущей работы как положительной, хорошей, тем чаще они испытывают состояние удивления. Удивление может быть неприятным, приятным или тем и другим одновременно. Удивление как состояние «сброса», при котором разум на долю секунды очищается от мыслей. Возможно, это связано с тем, что чем позитивнее представления о работе, состояние тревожности замещается состоянием удивлением.

«Фактор активности» имеет сильные отрицательные взаимосвязи с состоянием «лень» и «спокойствие». По своему проявлению состояния «лени» и «спокойствия» схожи,

старшеклассники, воспринимающие будущую работу, как активную, импульсивную, экстровеитированную, тем реже испытывают недостаток трудолюбия, предпочтение свободного времени, однако повышается состояние тревожности. «Фактор активности» имеет прямую взаимосвязь с состоянием «тревоги», на наш взгляд это обусловлено тем, что представление о работе как активной вызывает некоторое беспокойство.

Эмпирическое исследование позволило выявить взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности, таким образом гипотеза была доказана.

Обсуждения

Актуальность современных исследований проблемы тревожности обусловлена нестабильностью жизни общества, вызывающей переживания эмоциональной напряженности и тревоги. Тревожность является предметом исследования отечественных (Ю.Л. Ханин, А.М. Прихожан, М.М. Кравцова и др.) и зарубежных (К. Хорни, Ж. Тейлор и др.) специалистов. Однако анализ многочисленных исследований характеризуется отсутствием четкости определения и единого понимания понятий «тревожность», «тревога» и «страх». Особенно остро встает вопрос изучения тревожности в подростковом возрасте. Подростковый возраст является «эмоционально насыщенным» и поэтому изучение эмоционального развития подростков является актуальным. Эмоциональные нарушения, в частности, тревожность, могут стать причиной негативного личностного развития и дезадаптации подростков.

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе исследования мы выявляли подростков с разным уровнем тревожности с использованием методики Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина на выявление личностной и ситуативной тревожности. На втором этапе эмпирического исследования мы изучали особенности профессиональных представлений и психических состояний старшеклассников. На третьем этапе эмпирического исследования мы сравнили выявили взаимосвязь профессиональных представлений и показателей психических состояний старшеклассников с разной степенью тревожности.

Эмпирическое исследование позволило сделать следующие выводы:

1. Различия были обнаружены в показателе удивление у высокотревожных и не тревожных старшеклассниках. Высокотревожные старшеклассники редко выбирают состояние удовольствия в отличии от школьников с низким уровнем тревожности. Состояние удовольствия для школьников с низкой тревожностью, соответствует их положительному эмоциональному тону впечатлений, является характерным для испытуемых.

Состояние спокойствия у учеников с низкой тревожностью встречается в 5 раз чаще чем у высокотревожных и в полтора раза чаще чем у учащихся со средней степенью тревожности.

У высокотревожных школьников часто встречается состояние усталости, у школьников со средним и низким уровнем тревожности также встречается часто, различия не значимы. Очень часто учащиеся с высоким уровнем тревожности испытывают состояние беспомощности. Ученики с высоким уровнем тревожности часто испытывают злость. Тревожные старшеклассники часто испытывают состояние страха. При этом школьники со средним и низким уровнем тревожности страх испытывают гораздо реже, учебная деятельность не воспринимается как угрожающая и пугающая. Состояние обиды испытывает большинство тревожных школьников. Школьники с низкой и средней тревожностью испытывают состояние обиды довольно редко.

Большинство школьников с низким уровнем тревоги испытывают состояние радости и счастье часто, свое пребывание в школе могут охарактеризовать как приятным и приносящим удовольствие.

2. При интерпретации полученных данных по опроснику были выявленные различия показателя факторов оценки и силы образа.

3. В группе с высоким уровнем тревожности были выявлены положительные сильные корреляционные взаимосвязи «Фактора силы» с «счастьем». Были выявлены отрицательные взаимосвязи между «фактором активности» и злостью.

4. Корреляционный анализ позволил выявить сильные взаимосвязи между профессиональными представлениями и психическими состояниями у старшеклассников со средним уровнем тревожности. Были выявлены положительные сильные взаимосвязи «Фактора силы» с «сосредоточенностью». «Фактор оценки» связан так же с состоянием «сосредоточенности», на наш взгляд это обусловлено тем, что старшеклассники со средним уровнем тревожности стабильны в переживании своих психических состояниях. «Фактор активности» взаимосвязан с состоянием «удовольствие». «Фактор четкости» имеет отрицательные взаимосвязи с состояниями «сомнение» и «страх».

5. Нами были выявлены значимые взаимосвязи между профессиональными представлениями и психическими состояниями у старшеклассников с высоким уровнем тревожности. В отличие от групп старшеклассников с высоким и средним уровнем тревожности в группе с высоким уровнем тревожности взаимосвязь фактора четкости с психическими состояниями выявлена не была. Существует обратная взаимосвязь между «фактором силы» и «грустью». «Фактор оценки» связан с состоянием «удивление». «Фактор активности» имеет сильные отрицательные взаимосвязи с состоянием «лень» и «спокойствие».

Эмпирическое исследование позволило выявить взаимосвязь профессиональных представлений и психических состояний в учебной деятельности у старшеклассников с разной степенью тревожности, таким образом нами были разработаны некоторые рекомендации на основании нашего исследования: с целью снижения уровня тревожности старшеклассников следует развивать профессиональные представления школьников; так как старшеклассникам с высоким уровнем тревожности свойственны отрицательные психические состояния то безусловно различные техники саморегуляции позволят снизить состояние тревожности, а освоение технологий совладающего поведения позволит повысить собственную эффективность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т.6 – Москва: Директ-Медиа, 2008. – 537 с.
2. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии – 1971 – № 4.
3. Обносов В.Н. Динамика профессиональных представлений учащихся ПТУ при разных способах введения в профессию // Вопросы психологии. – 1986. – №6. – С. 28–32.
4. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. – СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
5. Маклаков А.Г. Общая психология. – Издательство: Питер, 2015. – 592 с.
6. Куликов Л.В. Психические состояния. – СПб.: Питер, 2001. – 512 с.
7. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. – М.,1964. – с. 387.
8. Сосновикова Ю.Е. Повышение эффективности учебно-воспитательного процесса в школе. – Горький: Горьковский ГПИ им. А.М. Горького, 1975. – С. 113–116.
9. Сосновикова Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика. – Горький: Горьковский ГПИ им. А.М. Горького, 1975. – С. 78–84.
10. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. – СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
11. Прихожан А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. – 1998. – №2. – С. 11–18.

Pankratova Irina Anatolievna

Southern federal university, Rostov-on-Don, Russia

E-mail: Ckags_student@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=669137

The relationship of professional representations and mental states in the learning activities of high school students with varying degrees of anxiety

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the problem The relationship of professional ideas and mental states in educational activities in high school students with varying degrees of anxiety. The author substantiates the relevance of the study of the problems of professional representations, as well as the mental states of high school students and their relationship in schoolchildren with different levels of anxiety. The author notes that the research problem is extremely urgent, because it is high school students who often experience a state of anxiety, which often interferes with their educational activities. The author notes that the study of the relationship of professional representations and mental states in the learning activities of high school students with varying degrees of anxiety. It is very relevant, as it allows you to develop recommendations aimed at reducing anxiety and the formation of professional ideas among high school students. The author uses the questionnaire E.I. Rogova "Professional Performance"; modified form Menzul Typical mental states in educational activity; self-assessment scale of anxiety level (Ch.D. Spilberg, Yu.L. Khanin). The study was conducted on the basis of MBOU number 24 named after the hero of Russia Andrei Orlov, Rostov-on-Don. In total, the study involved 78 adolescents of both sexes, aged 16 to 17 years. The author presented extensive empirical material, which allowed us to draw the following conclusions: mental states and professional perceptions are different for high school students with different levels of anxiety, as well as the relationship between professional ideas and mental states in high school students with different levels of anxiety. Using the data obtained by the author will effectively build a development strategy for each student

Keywords: high school students; school anxiety; mental conditions; professional representations; vocational guidance; schoolchildren; older teens