

шении профилактики ИППП среди студенческой молодежи, уровень знаний которой не соответствует ожидаемым требованиям. Основными направлениями просветительской работы должны стать: распространение медицинских и гигиенических знаний; воспитание санитарно-гигиенических навыков с целью сохранения и укрепления здоровья; повышение санитарно-гигиенической культуры.

Библиографический список

1. Анализ положения детей в Российской Федерации: на пути к обществу равных возможностей: Совместный доклад Независимого института социальной политики и Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.unicef.ru/upload/iblock/b6e>. (дата обращения: 20.09.2013 г.).

2. Молодежь в России. 2010. – М.: ФСГС, 2011.

3. Российский статистический ежегодник. 2010. – М.: Росстат, 2010.

Харченко Е.С.

Белгородский государственный национально-исследовательский университет, Белгород, Россия

ЛИЧНОСТНАЯ И СИТУАТИВНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ У СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ ПРИ АДАПТАЦИИ К УЧЕБНЫМ НАГРУЗКАМ

Проблема адаптации студентов к началу новой жизни в условиях вуза остается актуальной. Актуальность данной проблемы обусловлена тем, что напряженная адаптация сказывается на здоровье, работоспособности и, в конечном счете, на успешности и психологическом благополучии студента. По данным разных исследователей параметры адаптации высоко коррелируют с тревожностью. Чем напряженнее процессы адаптации, тем выше и личностная, и ситуативная тревожность.

Проблеме тревожности посвящено значительное количество исследований и в психологии, и в медицине, физиологии, философии, социологии. Тревожность рассматривается как показатель «преневротического» состояния [1, 2, 3].

Оценка уровня тревожности отражает способность студентов адаптироваться к новым условиям жизни, и, прежде всего, к основному виду деятельности, к учебным нагрузкам. При этом низкий уровень тревожности характеризует нормальное психоэмоциональное состояние человека и его хорошие адаптивные возможности. Умеренная тревожность означает воздействие на организм некоторых стресс факторов, что не позволяет полностью приспособиться к новой обстановке. Высокая тревожность свидетельствует о плохой адаптации, наличии эмоциональных и поведенческих признаков хронического стресса, которые нередко приводят к соматическим расстройствам и нервным срывам [4].

Изучали личностную и ситуативную тревожность у студентов логопедов первого курса в самом начале учебного года. В исследовании приняли участие 28 студентов. Оценивали личностную и ситуативную тревожность по шкалам самооценки Спилбергера и Ханина.

Личностная тревожность – это устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией.

Ситуативная тревожность характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

По полученным результатам можно определить у испытуемого один из трех уровней тревожности – низкий (Н), умеренный (У), высокий (В) в зависимости от количества набранных баллов.

В ходе исследований были получены следующие результаты, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1

Ситуативная и личностная тревожность у студентов-первокурсников

Группы	Тревожность				
	Ситуативная			Личностная	
	Низкий	Умеренный	Высокий	Умеренный	Высокий
1	32.1%	53.6%	14.3%	35.7%	64.3%

Ситуативная тревожность – это оценка состояния человека в конкретной ситуации. Было установлено, что уровень ситуативной тревожности у студентов был в основном низким и умеренным. Если проанализировать ситуацию, в которой проводился эксперимент, то следует отметить, что исследование проводилось в четверг на третьей паре. Это время достаточно высокой работоспособности. Среда и четверг – наиболее благоприятные дни для учебной деятельности. Третья пара – время, когда утомление еще не наступило.

Остальные студенты имели высокий уровень ситуативной тревожности, что вызывает определенные опасения.

Оценка личностной тревожности показала, что более половины студентов имели высокий уровень, это свидетельствует о наличии эмоциональных и поведенческих признаков хронического стресса и плохой адаптации к учебным нагрузкам. Около 40% студентов имели умеренный уровень личностной тревожности. Можно предположить, что такой уровень тревожности не позволит им полностью приспособиться к новой обстановке.

Таким образом, изучение личностной и ситуативной тревожности у студентов-первокурсников дает основание сделать вывод о том, что основная масса студентов адаптируется к учебным нагрузкам с напряжением функциональных механизмов организма.

Библиографический список

1. Бусловская, Л.К. Нарушения адаптации у студентов первокурсников университета / Л.К. Бусловская, Ю.П. Рыжкова, Т.В. Дралкина // Адаптационная физиология и качество жизни: проблемы традиционной и инновационной медицины: Материалы Международного симпозиума. – М.: РУДН, 2008. – С. 71-73.
2. Подольский А. И. Психоэмоциональное благополучие современных подростков / А.И.Подольский, О.А. Идобаева // Национальный психологический журнал. М. - №1 (2). - 2007.
3. Рыжкова, Ю.П. Состояние здоровья и адаптивные особенности студентов первого курса университета / Ю.П. Рыжкова // Материалы V Всероссийской научно - практической конференции «Здоровье ребенка и пути его формирования и защиты» – Липецк. – 2006. – С. 75-76.
4. Спилбергер Ч., Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте. М., 1983. С. 12–24.