

– необходимы средства адаптации электронного учебного пособия к конкретному учебному процессу, поскольку невозможно предсказать, каким именно образом разработка будет использоваться во время обучения;

– электронное учебное пособие должно предоставлять возможности разработки дополнительных компонентов самого разного назначения и их интеграции в среду пособия.

В то же время использование электронных учебных пособий тем же способом, что и обычных, вряд ли возможно как по техническим (для работы с ними требуется специальное оборудование), так и по эргономическим соображениям (соблюдение санитарных норм).

Деятельность, связанная с информационными технологиями, привлекательна для студентов своей новизной и перспективностью, помогает преподавателю эффективно готовить студентов к будущей профессиональной деятельности с применением компьютерной техники.

УДК 15.Е.74

Васильева И.А.

ИЗУЧЕНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научный руководитель: преподаватель Афанасьева Н.А.

Проблема тревожности у школьников в процессе обучения

Проблема тревожности занимает особое место в современном научном знании. Ей посвящено значительное количество исследований, причем не только в психологии, но и в медицине, физиологии, философии, социологии.

Определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной деятельной личности. У каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности – это так называемая полезная тревожность.

Проблема преодоления тревожности, по существу, распадается на две: проблему овладения состоянием тревожности, снятия его отрицательных последствий и проблему устранения тревожности как относительно устойчивого личностного образования. Работа по преодолению тревожности может осуществляться на трех взаимосвязанных и взаимовлияющих уровнях:

1) обучение школьника приемам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью;

2) расширение функциональных и операциональных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и т.п., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности»;

3) перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации. Одновременно необходимо проводить работу с семьей школьника и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть коррекции [4].

Школьная тревожность выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности собственного поведения, своих решений.

Таким образом, у школьников тревожность возникает вследствие фрустрации потребности в надежности, защищенности со стороны ближайшего окружения и отражает неудовлетворенность именно этой потребности, которую можно рассматривать как ведущую.

В школьном возрасте тревожность возникает и закрепляется в качестве устойчивого личностного образования на основе ведущей в этот период потребности в удовлетворяющем, устойчивом отношении к себе. Внутренний конфликт, отражающий противоречия в «Я-концепции», отношении к себе, продолжает играть центральную роль в возникновении и закреплении тревожности и в дальнейшем, причем на каждом этапе в него включаются те аспекты «Я», которые наиболее значимы в этот период [1].

Большая часть страхов учащихся лежит в области учебной деятельности: боязнь «быть не тем», страх сделать ошибку, боязнь получить плохую отметку, боязнь конфликта со сверстниками. Школьные страхи не только лишают ребенка психологического комфорта, радости учения, но и способствуют развитию детских неврозов [2].

Тревожность является универсальным понятием, описывающим психическое состояние, способное проявляться в различных ситуациях в ответ на опасность. Тревожность, проявляющаяся в одной ситуации, совсем необязательно будет испытываться индивидом в другой ситуации. Тревожность является эмоциональной реакцией, возникающей в ответ на переживание приближающейся опасности и сопровождается физиологической реакцией [6].

Эмпирическое исследование уровня тревожности у школьников.

Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение субъекта. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние является методика, предложенная Ч.Д. Спилбергером. На русском языке его шкала была адаптирована Ю.Л. Ханиным. Она позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство (уровень личностной тревожности), и как состояние (уровень ситуативной тревожности).

Бланк шкал самооценки Ч.Д. Спилбергера включает в себя инструкции и 40 вопросов-суждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной тревожности (СТ) и 20 — для оценки уровня личностной тревож-

ности (ЛТ). На каждый вопрос возможны четыре варианта ответа по степени интенсивности [5].

При помощи методики «Шкала реактивной и личностной тревожности Спилберга-Ханина» мы можем наблюдать соотношение уровня личностной и ситуативной тревожности. Результаты оцениваются в градациях:

- До 30 баллов - низкая тревожность;
- 31 – 44 баллов - средняя тревожность;
- 45 и более баллов - высокая тревожность.

В исследовании принимали участие 17 школьников старших классов, в возрасте 13-14 лет средней школы № 83 г. Минска.

Уровень ситуативной тревожности	Уровень личностной тревожности
низкий – 18% – 3 человека	низкий – 0% – 0 человека
умеренный – 47% – 8 человек	умеренный – 30% – 5 человек
высокий – 35% – 6 человек	высокий – 70% – 12 человек

Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающих, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения. Ситуативная или реактивная тревожность как состояние 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.

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 [5].

Итак, можно сделать вывод, что ученики с приемлемым уровнем знаний, их неудачи происходят от высокой степени тревожности, которую они оправдывают объективными причинами. Эти ученики страдают обычно от неуверенности в себе и своих способностях, при этом они стремятся достичь высоких результатов, и от этого у них возникает тревожность действия. Родители, преподаватели и сами ученики проявляют слишком высокий уровень притязаний (ожиданий), что приводит к тому, что во время экзамена, ответа ученик занят не решением учебной задачи, а решением вопроса, насколько он оправдает возложенные на него надежды (будет соответствовать ожиданиям). От

рассеянности у него появляется тревожность, состояние, которое сказывается на результатах деятельности, и может приводить к неудачам.

Ученики, уровень знаний которых низок, несмотря на достаточно высокий потенциал. Проблема таких учеников исходит из самого учебного материала, и конечно их тревожность "оправдана". Тревожность перед неудачей проявляется в заниженной самооценке относительно учёбы и отрицательной установке по отношению к изучаемым предметам. У таких учеников проблема не только в тревожности, но и в самом учебном процессе. В такой ситуации возникает длительный процесс, в результате которого уровень знания таких учеников не достаточен для того, чтобы соответствовать учебным требованиям. Данный факт, вместе со склонностью к избеганию различных учебных ситуаций создает и мешает самому учебному процессу [3].

ЛИТЕРАТУРА

1. Астапов, В.М. Тревожность у детей / В.М. Астапов. – М.: ПЕРСЭ, 2001. – 160 с.
2. Зайцева, И.А. Коррекционная педагогика / И.А. Зайцева [и др.] // под ред. В.С. Кукушина. Серия «Педагогическое образование». – Ростов н/Д: Март, 2002. – 304 с.
3. Микляева, А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2004. – 248 с.
4. Прихожан, А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. 2-е изд. / А.М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
5. Психологические тесты для профессионалов / авт.-сост. И.Ф. Гребень. – Современная школа, 2007. – 496 с.
6. Психолого-педагогический словарь / Сост. Рапацевич Е.С. – Минск: Современное слово, 2006. – 928 с.

УДК 378.026.9

Витушко Д.И.

СОЗДАНИЕ ТЕСТОВ В EXCEL

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научный руководитель: ст. преподаватель Зуёнок А.Ю.

Возможности Excel не ограничиваются созданием расчетных таблиц и сложных графиков. Применение электронных таблиц упрощает работу с данными и позволяет получать результаты без проведения расчетов вручную. Электронные таблицы можно использовать для: