

ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ИСХОДА ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СИТУАЦИИ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА

PREDICTION OF THE OUTCOME OF AN EXAM'S SITUATION: A PSYCHOLOGICAL PORTRAIT OF THE FUTURE EXPERT

O. Zhuchenko

Annotation

The article is devoted to research personality characteristics of people adequately predicting the outcome of the stressful situation (for example exam in high school). Identification and development these characteristics provides increase competitiveness of the future professional.

Keywords: examination stress, students, prediction of the outcome of an exam's situation, personal characteristics.

Жученко Ольга Александровна

*ФГБОУ ВО "Ижевская
государственная сельскохозяйственная
академия", г. Ижевск*

Аннотация

Статья посвящена изучению личностных характеристик людей, адекватно прогнозирующих исход стрессогенной ситуации (на примере экзамена в ВУЗ-е). Выявление и развитие этих особенностей обеспечивает повышение конкурентоспособности будущего профессионала.

Ключевые слова:

Экзаменационный стресс, студенты, прогнозирование исхода экзаменационной ситуации, личностные характеристики.

В процессе обучения в вузе у человека наряду с профессиональными формируются еще и общекультурные компетенции, среди которых, например, способность находить организационно-управленческие решения в нестандартных ситуациях и готовность нести за них ответственность, способность к саморазвитию. В связи с этим становится актуальным изучение и развитие прогнозирования исхода стрессогенной ситуации как ресурса стрессоустойчивости будущего профессионала [1].

Наиболее часто встречающейся ситуацией, вызывающей повышенный уровень психической напряженности, в жизни студента является экзамен, в связи с чем наше исследование связано именно с данным испытанием.

Исследователями [2; 3; 4; 5; 6 и др.] выявлены объективные (форма проведения экзамена, жесткий лимит времени, повышенная статическая нагрузка) и субъективные (конфликтные ситуации с преподавателем, субъективная значимость экзамена, угроза самооценке, интенсивная умственная деятельность, эмоциональная нагрузка) экзаменационные стресс-факторы.

Наряду с этим важную роль играют стрессоры неопределенности и значимости [7].

◆ Стрессоры внутренней неопределенности возникают, когда студент не уверен в своих силах.

◆ Стрессоры внешней неопределенности возникают из-за неполной ясности в условиях проведения экзамена, сложности прогнозирования возможного поведения экзаменатора (в случае устного экзамена).

◆ Стрессоры внутренней значимости появляются в опасениях возникновения субъективно неприятных переживаний в ходе экзамена или его неудачного исхода, возможности не сдать экзамен.

◆ Стрессоры внешней значимости могут явиться следствием вероятности неосуществления целевых установок, возможного впоследствии материального ущерба.

Так как интенсивность адаптационной реакции зависит от личностного действия стрессора, то один и тот же экзамен у разных студентов может приводить к разным психофизиологическим и соматическим проявлениям. Данный аспект стрессорных реакций на социогенные факторы подчеркивает необходимость личностного подхода к данной проблеме.

Л.А. Регуш [8] определяет прогнозирование как познавательную психическую деятельность человека, приводящую к знанию будущего с учетом вероятности его наступления и различной временной перспективы при определенных условиях, к коим относятся "создание оснований прогнозирования; преобразование оснований и соотнесение их с конкретными данными о прогнозируемом объекте (учет текущей информации, условий проявления закономерностей и т.п.; форма получения знаний о

будущем ("понятие", "образ", "предположение" и пр.)" [8, 17 – 18].

Личностные характеристики наряду с представлением субъекта о среде, в которой он действует, с уровнем правильности и полноты знаний о прогнозируемом явлении определяют успешность прогноза. [8; 9; 10]. Индивидуальные различия в целеполагании, проявляющиеся в низкой осмысленности личного будущего, негативном отношении к прошлому, неудовлетворенности настоящим, способствуют отрицательной модальности прогнозирования. "Люди с высокой выраженностью отрицательного прогноза не склонны опираться на себя, прислушиваться к себе в ситуации выбора, они недостаточно хорошо осознают собственные побуждения, для них характерна низкая гибкость в поведении, слабая спонтанность и контактность, сниженный уровень самоуважения и самопринятия личности, невысокая креативность.

Такие особенности, по-видимому, затрудняют самоактуализацию людей, склонных к отрицательному прогнозу в общении и деятельности" [9].

Е.В. Битюцкая [11] выявила, что прогнозируемость ситуации значимо коррелирует с активным копингом: более точный прогноз о развитии событий стимулирует планирование собственных действий, обдумывание способов реагирования на возникшие обстоятельства.

Контрольно-оценочная ситуация является субъект-субъектной при любой форме экзамена, что определяет специфику прогнозирования указанных стрессогенных условий. В России в системе высшего образования чаще всего используются три варианта формы проверки компетенций: устная (непосредственная беседа студента с преподавателем), письменная (письменные ответы на вопросы при отсутствии педагогического общения), тестирование, широко применяемое и в других странах. В настоящей работе изучались именно эти формы экзамена как по одному и тому же предмету, так и по различным дисциплинам. При этом задействованы все блоки дисциплин, изучаемые при получении высшего образования в России: общие гуманитарные и социально-экономические, математические и общие естественнонаучные, общепрофессиональные и специальные дисциплины.

Для изучения личностных особенностей студентов – будущих профессионалов использовались психодиагностические методики (всего 47 показателей): личностный опросник (16 PF) Р. Кеттелла; тест "Стиль саморегуляции поведения" (ССП-98) В.И. Моросановой; тест "Опросник структуры темперамента" (ОСТ) В.М. Русалова; тест "Уровень субъективного контроля" (УСК) Дж. Роттера, адаптированный Е.Ф. Бажиным; анкета на выявление компонентов прогноза исхода экзаменационной ситуации (желаемая оценка, ожидаемая оценка, оценка себе, исходя из

уровня компетенции). Студент заполнял анкету на определение прогнозируемых оценок по пятибалльной системе, перед тем, как взять билет, или перед началом тестирования, так как стрессовое состояние вызывается в большей степени отношением к ситуации, чем объективными факторами ситуации, и возникает порой задолго до начала действия стрессора.

Для обработки эмпирических данных применялись методы математической статистики: описательная статистика, критерий хи-квадрат К. Пирсона, линейная корреляция Пирсона.

Выборку составили 667 студентов вторых – четвертых курсов агропромышленных, гуманитарных, технических специальностей вузов г. Ижевска (Удмуртская Республика).

Адекватность прогнозирования исхода ситуации изучалась нами через выявление сдвига между реальной оценкой, поставленной преподавателем на экзамене, и прогнозируемыми (оценками, определяемыми учащимися перед началом контроля). В данной работе представлены личностные характеристики людей, адекватно прогнозирующих исход экзаменационной ситуации, и лиц с адекватными ожиданиями и оценкой себе и завышенным желаемым результатом ("адекватные Ож,С").

С точки зрения будущего итогового результата экзамена, разница между этими двумя группами в совпадении / несовпадении желаемого результата с действительностью. Группу лиц с адекватными ожиданиями, оценкой себе и завышенным желаемым результатом отличает от людей с адекватностью всех компонентов прогноза исхода ситуации более низкий уровень самостоятельности, самоконтроля и предметной эргичности. Другими словами, тех, у кого желаемое и реальное согласованы, характеризует социальная точность, следование "Я" образу, активность и способность ее организовывать.

Общительность, уравновешенность, низкая чувствительность к расхождению между ожидаемым и реальным результатом как при выполнении предметной деятельности, так и в сфере общения, уверенность в себе, интернальный локус контроля над значимыми событиями детерминируют совпадение прогнозируемого и реального исхода стрессогенной ситуации. Они считают, что большинство событий – результат их собственных действий. Уверенность в себе позволяет регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям, что увеличивает вероятность адекватности прогноза исхода ситуации. Субъектов с таким отношением к себе отличают решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать [12].

Студентов, адекватно прогнозирующих исход ситуации, отличает от других корреляция оценки и коррекции результатов с программированием (как процессов саморегуляции), то есть продумывание способов действий с критическим отношением к ним, что обеспечивает согласованность прогнозируемых результатов с реальными в ситуации, связанной с межличностным взаимодействием. В стрессогенных условиях с отсутствием партнера по деятельности обстоятельства заранее продумываются, анализируются, строгое следование разработанным планам избавляет от неожиданностей и случайностей и делает будущий ход событий более предсказуемым.

Спокойствие и уверенность в себе в процессе социального взаимодействия, быстрота вербализации, легкость и плавность речи помогают субъектам контролировать эмоционально положительные события в своей жизни, влиять на межличностные отношения, добиваться достижений и ставить себе все более высокие цели, что проявляется в завышенной желаемой оценке в нашем исследовании. Желание большего результата порождает активность и инициативность как регуляторы личностного роста. Завышение желаемой оценки – механизм подталкивания человека быть лучше, но при этом учащиеся из данной группы адекватно себя оценивают и не впадают в дистресс, так как знают, что реальность может отличаться от идеала. Эмоциональная устойчивость прямо коррелирует с интернальностью в области семейных отношений и общим локусом контроля.

Социальная смелость, стремление испытывать новые

вещи обеспечивает и слабое эмоциональное реагирование при расхождении между планируемым и реальным результатом в учебе или на работе.

Примечательно, что в этой группе сильнее выражена связь моделирования с гибкостью и оценкой и коррекцией результатов по сравнению с другими группами. Это говорит о способности гибко изменять модель значимых условий, что особенно значимо при обстоятельствах, вызывающих повышенный уровень психической напряженности.

В психологическом портрете будущего специалиста, адекватно прогнозирующего исход экзаменационной ситуации, следует отметить его общительность, уравновешенность, низкую чувствительность к неудачам в социальной и предметной сфере, уверенность в себе, интернальность. Оценка и коррекция результата деятельности, коррелирующая с моделированием и программированием как процессами саморегуляции.

Группы людей с адекватностью всех компонентов прогноза исхода ситуации и завышенным только желаемым результатом различаются уровнем самостоятельности, самоконтроля и предметной эргичности. Для второй группы также свойственны уверенность в себе, уравновешенность, эмоциональная устойчивость, социальная смелость, связь программирования с гибкостью и моделированием. При этом низкая чувствительность при межличностном взаимодействии связана с интернальным локусом контроля над достижениями.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жученко О.А. Адекватность прогнозирования исхода стрессогенной ситуации как ресурс стрессоустойчивости личности // *Alma mater. Вестник высшей школы*, 2013. – № 7. – С. 117 – 119.
2. Дьяченко М.И., Кандыбович С.Л. *Психология высшей школы*. – Мн., 2006. – 416 с.
3. Кучина З.Б. Психолого-акмеологические аспекты совладающего поведения студентов вуза на экзаменах разного типа // *Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова*. – 2010. – Т.6. – № 4. – С. 189 – 195.
4. Соловьев В.Н. Адаптация студентов к учебному процессу как методологическая и теоретическая проблема педагогики. – Ижевск, 2005. – 850 с.
5. Щербатых Ю.В. Экзаменационный стресс: диагностика, течение и коррекция. – Воронеж, 2000. – 168 с.
6. Яковлев, Б.П., Литовченко, О.Г. Теоретические аспекты исследования психической нагрузки в условиях учебной деятельности. // *Alma mater. Вестник высшей школы*. – 2005. – № 6. – С. 3 – 6.
7. Мильман В.Э. Стресс и личностные факторы регуляции деятельности // *Стресс и тревога в спорте / сост. Ханин Ю.Л.* – М., 1983. – С. 24 – 46.
8. Регуш, Л.А. *Психология прогнозирования: успехи в познании будущего*. – СПб., 2003. – 352 с.
9. Сычев О.А. Личностная обусловленность прогнозирования: дис. ... канд. псих. наук. – Бийск, 2009. – 196 с.
10. Фейгенберг И.М. Вероятностное прогнозирование в деятельности человека и поведении животных. – М., 2008. – 192 с.
11. Битюцкая Е.В. Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях: автореф. дис. ... канд. псих. наук. – М., 2007. – 26 с.
12. Столин В.В. *Самосознание личности*. – М., 1983. – 284 с.