

## ВЗАИМОСВЯЗЬ КОГНИТИВНЫХ ОШИБОК С УРОВНЕМ ТРЕВОЖНОСТИ УЧАЩИХСЯ

*А.Ю. Гириная  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Когнитивные ошибки, затрудняющие учебную и спортивную деятельность школьников, представляют собой результат искажений, нарушений когнитивной сферы: attentionной, мнемической и моторной (А. Бек, Дж. Ризон и другие), но в то же время являются следствием правильно организованной познавательной деятельности (В.М. Аллахвердов и другие). К ним относят (Д.Э. Бродбент и другие): ошибки внимания, памяти и действия. Проявляются ошибки в виде тенденций не замечать людей, предметы, вещи; совершать повторно те или иные действия (перечитывать книгу, повторять уже сказанное); забывать имена, намерения; игнорировать выполнение действий по причине нарушения когнитивного контроля.

Когнитивные процессы человека тесно связаны с эмоциональными состояниями, например, с переживанием беспокойства, чувством беспомощности и неопределенности. Такую индивидуальную чувствительность к стрессу называют тревожностью. Как черта личности, она в той или иной степени выражает склонность испытывать опасения, страх в большинстве ситуаций. Реактивная тревожность (часто наблюдаемая у спортсменов) связана с ожиданием социальных последствий успеха или неудачи в конкретных ситуациях [1].

Проявление тревожного состояния возможно на двух уровнях: соматическом и когнитивном. Соматическая сфера реагирует на стресс физиологической активацией (учащенное сердцебиение, потоотделение), а когнитивная – характеризует степень волнения и негативные мысли [2].

Таким образом, целью исследования является изучение когнитивной ошибочной деятельности учащихся, занимающихся спортом, во взаимосвязи с личностной и реактивной тревожностью.

**Материал и методы.** С целью выявления индивидуальных особенностей проявления когнитивных ошибок учащихся, занимающихся спортом, использовался опросник для изучения когнитивных ошибок (Д.Э. Бродбент, адаптация А.Ю. Гириной) [3]. Диагностика состояния личностной тревожности проводилась с помощью шкалы соревновательной личностной тревожности Р. Мартенса и шкалы реактивной тревожности Ч.Д. Спилбергера [4; 5]. Полученные данные были обработаны с помощью математических методов. Было исследовано 40 учащихся, занимающихся спортом, в возрасте от 14 до 16 лет.

**Результаты и их обсуждение.** В результате исследования было установлено, что соревновательная личностная тревожность находится на высоком уровне и составляет  $21,1 \pm 3,7$  балла, что позволяет говорить о склонности юных спортсменов видеть в стрессовых ситуациях угрозу своей самооценке и жизнедеятельности и реагировать наиболее выраженным состоянием тревожности.

Показатель реактивной тревожности учащихся, занимающихся спортом, соответствует высокому уровню и составляет  $10,6 \pm 3,1$  балла. В этом случае учащиеся-спортсмены склонны к появлению навязчивых мыслей о неудаче в предстоящих соревнованиях. В стрессовых ситуациях (например, перед экзаменом) высокое состояние тревоги вызывает у школьников мысли о неготовности к экзамену.

Значимая корреляционная связь личностной тревожности с ошибками внимания ( $r=0,572$  при  $p \leq 0,05$ ), памяти ( $r=0,765$ ) и действий ( $r=0,684$  при  $p \leq 0,01$ ) показывает частоту проявления когнитивных ошибок у подростков в зависимости от уровня тревожности. Учащиеся с высокой тревожностью демонстрируют напряжение и беспокойство, возможны нарушения внимания, памяти, иногда нарушение тонкой координации.

Положительная взаимосвязь выявлена между реактивной тревожностью и ошибками памяти ( $r=0,558$  при  $p \leq 0,05$ ), ошибками действий ( $r=0,618$  при  $p \leq 0,01$ ), что говорит о прямо пропорциональной зависимости этих показателей. Повышенная возбудимость нервной системы, мышечная зажатость высоко тревожных лиц способствуют появлению нарушений в моторике и ошибочных действий. Из-за тщательной перепроверки своих поступков и слов, «болезненной»

реакции на малейшие неудачи и ошибки подростки, с высокими показателями тревожности, подвержены тенденции совершать ошибочные действия моторного и мнемического характера.

**Заключение.** Таким образом, у учащихся, включенных в спортивную деятельность, были выявлены высокие значения показателей соревновательной личностной тревожности и реактивной тревоги. Исследование позволило проследить особенности проявления когнитивных ошибок во взаимосвязи с тревожностью, что дает основание говорить о значимости сопроводительной, коррекционной работы психолога и тренера с учащимися-спортсменами при переживании тревоги для предупреждения ошибочной деятельности.

Для предупреждения когнитивных ошибок у юных спортсменов рекомендуется проводить мероприятия по оптимизации тревожности:

1. Формировать чувства уверенности и успеха с опорой на разработанные тактические действия на соревнованиях.

2. Снижать значимость соревнования через перенаправление внимания спортсмена на осмысление самого процесса предстоящей соревновательной деятельности. Это позволит думать не о результате соревнования, а о своих действиях.

3. Информировать учащихся-спортсменов о когнитивных и соматических особенностях проявления соревновательной тревожности.

Результаты исследования могут быть полезны педагогам-психологам в учреждениях образования, спортивным психологам, тренерскому составу спортивных школ, училищ олимпийского резерва.

#### Список литературы

1. Гогонов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартынов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.
2. Воскресенская, Е.В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика): метод. рекомендации / Е.В. Воскресенская, Е.В. Мельник, Н.В. Кухтова. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2015. – 53 с.
3. Гириная, А.Ю. Адаптация опросника «Когнитивные ошибки» в белорусских социокультурных условиях / А.Ю. Гириная // Вестник Минского гос. лингвистического ун-та. Серия 2. Педагогика, психология, методика преподавания иностранных языков. – 2016. – № 1(29). – С. 33–43.
4. Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983 – 287 с.
5. Сопов, В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В.Ф. Сопов. – М.: Академический Проект, 2005. – 206 с.

## ОБ ЭТНИЧЕСКОЙ САМОИДЕНТИФИКАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

*Е.В. Давлатова*

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Вопрос этнической самоидентификации в последние десятилетия значительно обострился. Это связано с современными процессами глобализации, усилением влияния средств массовой коммуникации и информации, нарушением привычных культурных связей и стандартизацией социокультурной сферы. Важным маркером этничности является язык, который позволяет человеку идентифицировать себя как члена той или иной этнической группы.

Цель исследования – провести анализ этнической самоидентификации студенческой молодежи на основе различных, в том числе и языковых признаков, выявить динамику идентификационных изменений за последние годы.

**Материал и методы.** Материалом исследования явились данные социологических опросов, полученных при реализации научных проектов «Образы России и Белоруссии в контексте приграничья» договор № Г12РП-004 и «Ценностные ориентации и историческое сознание населения белорусско-российского приграничья как основополагающие факторы приграничного сотрудничества» договор № Г15-130 при поддержке БРФФИ. Социологические исследования проводились среди студентов и магистрантов ВГУ имени П.М. Машерова. Использованы общесоциологические методы сбора, обобщения и анализа полученного эмпирического материала. Методологическую базу составляют общенаучные методы исследования: анализ, синтез, сравнение, обобщение.

**Результаты и их обсуждение.** Социологические данные показали, что национальная принадлежность для большого количества респондентов не является значимым фактором. Вместе с