

Стратегии совладания с тревогой перед экзаменами у студентов разных курсов / Малькевич Анна Сергеевна; Факультет философии и социальных наук, Кафедра психологии; науч. рук. Фролова Ю.Г.

Дипломная работа 47 с., 11 табл., 58 источников.

СТРАТЕГИИ СОВЛАДАНИЯ С ТРЕВОГОЙ ПЕРЕД ЭКЗАМЕНАМИ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ КУРСОВ

Ключевые слова: стратегии совладания, тревога, экзамен, студенты, копинг.

Объект исследования: стратегии совладания с тревогой.

Предмет исследования: стратегии совладания с тревогой перед экзаменами у студентов 1-го, 3-го и 5-го курсов.

Гипотеза исследования: у студентов 1-го, 3-го и 5-го курсов перед экзаменами преобладают неконструктивные стратегии совладания.

Цель исследования: выявить актуальные стратегии совладания с тревогой перед экзаменами для студентов разных курсов.

Метод проведения работы: опросный метод.

Совладание с тревогой и стрессом перед и во время экзаменов является одной из актуальных тем в современной психологии и имеет важное прикладное значение при организации учебного процесса, работы преподавателей и студентов.

Исследование, проведённое в рамках дипломной работы, позволило продемонстрировать ряд способов и стратегий, позволяющих справиться с тревогой перед экзаменами (на примере студентов 1-го, 3-го и 5-го курсов). Благодаря использованным в исследовании методикам, были выделены основные актуальные для студентов в период перед экзаменами стратегии совладания с тревогой. Анализ результатов данного исследования позволил показать, как образом изменение уровня тревоги влияет на выбор стратегий совладания. Данная работа может быть использована при проведении дальнейших исследований в области изучения совладающего поведения.

Strategies for coping with anxiety before exams of students from different courses
/ Malkevic Anna; Scientific director Yuliya G. Frolova –Candidate of Psychology,
Associate Professor

Thesis 47 p., 11 table, 58 sources.

COPING WITH ANXIETY BEFORE EXAMS AMONG STUDENTS OF
DIFFERENT COURSES

Key words: coping, anxiety, exams, students.

Object of research: coping with anxiety.

Subject of research: coping with anxiety before exams among students of
the 1st, 3rd and 5th courses.

Aim of work: identify the best strategy for coping with anxiety before exams
for students from different course..

Method of the research: questionnaire method..

Coping with anxiety and stress before and during exams is one of the topical
issues in contemporary psychology and has great practical importance in the
educational process and the work of teachers and students.

The research demonstrated the a range of methods and strategies to cope
with anxiety before exams (for example, students of the 1st, 3rd and 5th courses).

Methods of research identified the main relevant for students coping with
anxiety before the exams. Analysis of the results of this research demonstrated to
show how a change in the level of anxiety influences the choice of coping
strategies. This thesis can be used in further researches of coping with anxiety.