

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ ТА АГРЕСИВНОСТІ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТУДЕНТІВ**

Останнім часом проблема агресивності та тривожності є надзвичайно актуальною серед студентства, адже панування такої величезної кількості несприятливих факторів так чи інакше провокують їх до абсолютно непередбачуваних дій. Соціально-економічні чинники, занижена самооцінка, невпевненість у власних силах та розчарування у професійному виборі негативно впливає на майбутнє самопочуття студентів, й річ іде не тільки про занепад фізичного здоров'я, а й про психологічну складову, яка є ще більш уразливою.

Саме етап професійного самовизначення завжди був важливим не тільки тому, що полягав у виборі професії, а й тому, що у такому процесі пошуку формується мотиваційна готовність, усвідомлення причин та розвиток особистісних якостей щодо конкретної професійної діяльності.

На етап формування професійних намірів істотний вплив має баланс факторів професійного самовизначення, а саме: життєві перспективи, що реалізовані в уявленнях про майбутні професійні досягнення, минулий досвід особистості, рівень розвитку її спеціальних здібностей, об'єктивні потреби у різних видах праці, зміст освіти, престижність професії чи спеціальності, рівень первинного орієнтування у різних сферах професійної діяльності, тощо. Деякі з них продовжують впливати на професійне самовизначення особистості і на наступних етапах її професійного становлення.[1]

Підвищена тривожність стає проблемою не тільки самих студентів, а й найближчого їх оточення та суспільства в цілому. Адже, такий невинна на перший погляд властивість призводить до цілої низки психологічних порушень розвитку особистості, таких як: труднощі у спілкуванні, замкненість, зниження працездатності та

продуктивності. Часто ці чинники сприяють виникненню агресії у студентів, через наявний бар'єр спілкування та брак комунікативних навичок.

Не зважаючи на те, що було проведено величезну кількість досліджень та доведено, що часто підвищена тривожність переростає у відкриту агресію, ми у своєму дослідженні ще й хотіли показати, що не завжди цей процес носить суто негативний характер.

Виходячи з результатів нашого дослідження, майже 80% респондентів відповіли, що вбачають в агресивній поведінці певний негативного відтінок. Решта, 20% мали більш ліберальний характер. Вони наголошували на тому, що її можна використовувати як стимулятор для ідей, думок, що допомагає в розвитку і кращому розумінню своєї особистості.

Цікавим виявився, ще й той факт, що подекуди опитувані не могли розрізнити стан агресивності та форму поведінки - агресію. Проте, все ж значний коефіцієнт студентів вважає, що якщо вдало переформатовати свою агресію на благо, то вона може привести до значних досягнень.

В ході дослідження, було важливим знайти способи, які б змогли допомогти подолати прояви дезадаптації у студентства, усвідомити причини тривожності та агресивності, задля того, щоб особистість мала змогу ефективно самовизначитись та самостійно впливати на свій подальший розвиток професійний. Серед головних, можна виділити такі: зменшення кількості критичних зауважень; оцінка конкретних результатів кожного учня; збільшення рівня довіри та підтримки; створення приємного емоційного мікроклімату. Тому, важливість корекції та подолання таких тривожних станів має стати першопочатковим завданням для молодого покоління, яке б змогло повноцінно розвиватися та бути професіоналами у своїй справі.

#### **Список використаних джерел:**

1. Кудрявцев Т.В., Шегурова В.Ю. Психологический анализ динамики профессионального самоопределения личности // Вопросы психологии. - 1983. № 2. - С. 51-59.