

ОЮУТНУУДЫН ШАЛГАЛТЫН ҮЕИЙН СТРЕССИЙГ ТЭСВЭРЛЭХ ЧАДВАРЫН СУДАЛГАА

(1-р курсын оюутнуудын жишээн дээр)

Я.Жанар

Ховд Их сургууль

janarsw@gmail.com

Хураангуй:

Шинжлэх ухаан, технологи асар их хурдацтай хөгжиж, хотжилт хүн амын нягтрал ихэссний улмаас хүний амьдралын хэв маягт ихээхэн өөрчлөлтүүд гарч, стэгэл санааны хувьд тогтворгүй болох, зовних, түгших, зэрэг стрессийн хэлбэр улам бүр ихсэх болсон.

Түлхүүр үг: бие даах чадвар, зорилго, дасан зохицох

Оршил:

Манай орны хувьд стрессийн талаар судалж, зохиол бүтээлүүдээ хэвлүүсэн байна. Анагаах ухаан талаас нэлээд олон бүтээлүүд гарсан байгаа боловч боловсролын салбарт тэр дундаа стресс үүсгэх хамгийн тохиромжтой үе болох оюутны шалгалтын үеийн стрессийн талаар судалсан бүтээлүүд одоогоор ховор байна.

Иймд сургалтын үйл ажиллагаан дахь оюутны стрессийг тэсвэрэх чадварыг төлөвшүүлэх асуудал судлагдаагүй, санаанууд тодорхой болоогүй байгаа энэ үед оюутны стрессийг тэсвэрлэх чадварын сэтгэл зүйн үндсийг судлах, төлөвшүүлэх практик арга болон онолын үндэслэлүүд боловсруулах хэрэгцээ шаардлага байсаар байна.

Үндсэн хэсэг:

Судалгааг МУБИС, ОУУБИС, ХИС 1-р курсын 400 оюутнуудаас шалгалтанд бэлтгэх явцад стрессийг даван туулах зан үйлийг судлах зорилгоор С.Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер нарын боловсруулсан стрессийн нөхцөл дэхь даван туулах зан үйлийг судлах тестийг Т.А. Крюковын хялбаршуулсан асуулгын хувилбар тестээр судалсан болно. (Р.В. Куприянов, Ю.М. Кузьмина, 2012, х23) Т.А. Крюковын стрессийн нөхцөлд оюуны болон зан байдлын үйлдлийн агуулга бүхий хялбаршуулсан асуулгын хувилбар нь судалгаанд оролцогчид өөрт давамгайлж буй стрессийг даван туулах стратегийг тодорхойлох боломжийг олгодог.

Дүгнэлт:

Стрессийг даван туулах стратегийг Монгол улсын нийт их сургуулиудаас түүвэрлэн 1-р курсын 400 оюутнуудаас судлан авч үзэхэд стрессийн нөхцөл дэхь даван туулах стратегийн дундаж утгын хувьд хамгийн их утгыг асуудалд чиглэсэн даван туулах стратеги (44.6 оноо), зайлсхийх даван туулах стратеги (40.1 оноо) байгаа бөгөөд стрессийг даван туулахын тулд ихэнх оюутнууд тухайн стрессийг үүсгэж буй асуудлийг шийдвэрлэх нь чухал гэж үзэж байгаа боловч нөгөө талаас стрессийг үүсгэж буй хүчин зүйлээс залсхийх стратеги их утгатай гарч ирсэн нь оюутнуудын хувьд шалгалтын үед стрессийг үүсгэгч үндсэн хүчин зүйлээс зайлсхийх стратегийг баримтлах тайлтай байгаа нь харагдаж байна.

Abstract

Stress and coping with it have long been one of the most important issues in the science of psychology. Although stress management strategies are defined in many different ways, they have not yet reached a common definition, either in terms of content or patterns. Stress and coping have long been one of the most important issues in the science of psychology. Although there are many theoretical definitions of stress management strategies, they have not yet reached a common definition, either in terms of content or patterns.

Learning is a process of acquiring knowledge and skills and plays an important role in an individual's goals, tools, and future life. Students are exposed to academic stress due to social values, lack of time to prepare for class, health problems, fear of failure (fear of failing an exam), and low self-esteem. Learning is a process of acquiring knowledge and skills and plays an important role in an individual's goals, tools, and future life. Students are exposed to academic stress due to social values, lack of time to prepare for class, health problems, fear of failure (fear of failing an exam), and low self-esteem.

Зохиогчийн тухай:

Я.Жанар (боловсрол судлалын магистр) Ховд Их сургууль, БСАЗ-н тэнхимийн багш боловсрол судлал, оюутны сурах чадвар, сурах чиг хандлагын талаар судалгааны ажил хийж удаа дараалан судалгааны ажлын үр дүнг хэлэлцүүлдэг