Шкала тревожности студента

Модификация Г. Ш. Габдреевой опросника Ж. Тейлор

Цель: определение личностной тревожности студентов.

Инструкция: Вам предлагается согласиться с рядом положений опросника или отвергнуть их, поставив рядом с соответствующим но­мером протокола знак «+» или «-».

1. Мне с трудом удается сосредоточить внимание на лекции.
2. Отступление преподавателя от основной темы лекции сильно отвлекает меня.
3. Меня постоянно тревожат мысли о предстоящем зачете или экзамене.
4. Временами мне кажется, что мои знания по тому или иному предмету ничтожны.
5. Отчаявшись выполнить какое-либо задание, я обычно «опус­каю руки».
6. Я не успеваю усваивать материал лекций, и это вызывает чув­ство неуверенности в себе.
7. Я очень болезненно реагирую на критические замечания пре­подавателя.
8. Неожиданный вопрос преподавателя приводит меня в заме­шательство.
9. Положение в нашей учебной группе сильно беспокоит меня.
10. Я безвольный человек, и это отражается на моей успеваемости.
11. Я с трудом сосредоточиваюсь на выполнении какого-либо задания, и это раздражает меня.
12. Несмотря на уверенность в своих знаниях, я испытываю страх перед зачетом и экзаменом.
13. Порой мне кажется, что я не смогу усвоить всего учебного материала, и меня пугает возможность «отсева».
14. Во время ответа на семинарах, зачетах, экзаменах меня сму­щает необходимость выступать перед аудиторией.
15. Возможность неудачи на сессии очень тревожит меня.
16. Во время выступления на семинарах или ответах на экзаме­нах от волнения начинаю заикаться.
17. Мое настроение во многом зависит от успешного выполне­ния учебных заданий.
18. Я часто ссорюсь с товарищами по группе из-за пустяков и потом об этом жалею.
19. «Микроклимат» в группе очень влияет на мое настроение.
20. После горячего спора или ссоры я долго не могу успокоиться.
21. У меня редко бывают головные боли после длительной и напряженной умственной деятельности.
22. Меня ничто не может вывести из хорошего расположения духа.
23. Неудачи в учебе не очень волнуют меня.
24. Я не волнуюсь и не испытываю сильного сердцебиения пе­ред экзаменом, если уверен в своих знаниях.
25. Я захожу на экзамен в числе первых и не задумываюсь над выбором билета.
26. Мне не требуется времени на обдумывание дополнительного вопроса.
27. Насмешки однокурсников не портят мне настроения.
28. Я спокойно сплю в период сессии, и мне не снятся экзамены.
29. В коллективе я чувствую себя легко и непринужденно.
30. Мне легко организовать свой рабочий день, я всегда успеваю сделать то, что запланировал.

Обработка. Утверждения 1-20 - учитываются ответы «да» (+), 21-30 - учитываются ответы «нет» (-). Ответы «не знаю» не учитыва­ются. За каждый ответ в соответствии с ключом начисляется 1 балл. Чем больше набранная сумма баллов, тем больше эмоциональная не­устойчивость (тревожность) у обследованного студента.

99