

УДК 81'42:811.111

***ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ, ОКАЗЫВАЮЩИХ ВЛИЯНИЕ НА
БОЯЗНЬ ПЕРЕД ПУБЛИЧНЫМИ ВЫСТУПЛЕНИЯМИ ПРИ ОНЛАЙН
ОБУЧЕНИИ У СТУДЕНТОВ, ИЗУЧАЮЩИХ АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК,
КАК ИНОСТРАННЫЙ***

Лебедева С.П.

Старший преподаватель кафедры иностранных языков неязыковых направлений

Вятский государственный университет

Россия Киров

Аннотация

Как и во многих других странах, университеты в Индонезии были закрыты с марта 2020 из-за локдауна, связанного с пандемией COVID-19, и преподавателям учебных заведений пришлось адаптироваться к онлайн обучению. Студенты, которых обучали онлайн, признавались, что чувствовали беспокойство и тревогу, когда им приходилось выступать публично. Данное описательное, количественное исследование нацелено на анализ потенциальных факторов (устное владение английским языком, личностные особенности, критерии оценки студентов преподавателем, реакция одногруппников, произношение, атмосфера в аудиториях, тема обсуждения, готовность студентов к занятиям, знание английской грамматики, словарный запас), воздействующих на тревожность студентов при публичных выступлениях на четырех различных стадиях. Респондентами исследования стали 60 студентов бакалавриата. Был использован адаптированный опросник McCroskey (1970) [с.269-277], данные анализированы с использованием описательной статистики IBM SPSS statistics программного обеспечения 26. Результаты исследования показали, что факторы, воздействующие на тревожность студентов при публичных выступлениях во время обучения онлайн, варьировались по стадиям. Во время онлайн обучения, владение устной речью и знакомые темы стали самыми сильными факторами, влияющими на тревожность студентов при публичных выступлениях. Результаты исследования полезны для преподавателей, обучающих студентов английскому языку как иностранному

преодолеть тревогу перед публичными выступлениями и дать им возможность лучше выступать публично.

Ключевые слова: Факторы тревожности, covid-19, публичные выступления, боязнь публичных выступлений, онлайн обучение

INVESTIGATING PUBLIC SPEAKING ANXIETY FACTORS AMONG EFL UNIVERSITY STUDENTS THROUGH ONLINE LEARNING

Lebedeva S.P.

Senior Teacher of the Chair of foreign languages of non linguistic specialties

Vyatka State University

Russia Kirov

Abstract

As in many other countries, universities in Indonesia have been closed since March 2020 due to the COVID-19 pandemic lockdown, and lecturers have been forced to adapt to online learning. Students in this online course admitted to feeling anxious when studying public speaking. This descriptive quantitative study aims to analyze the potential factors (English oral proficiency, personality, lecturer's scoring criteria, classmates' responses, pronunciation, audience familiarity, unfamiliar speech topic, preparedness, English grammar, vocabulary) affecting the students' public speaking anxiety at four different stages. The respondents of this study were 60 undergraduate students. A questionnaire adapted from McCroskey (1970) was used, and data were analyzed using descriptive statistics of IBM SPSS statistics 26 software. The findings of this study revealed that the factors affecting the students' public speaking anxiety through online learning varied by stages. Through online learning, English oral proficiency and topic familiarity could be the most influential factors on students' public speaking anxiety. The findings of this study are useful for educators in helping EFL students overcome their public speaking anxiety and enabling them to perform better in public speaking.

Keywords: Anxiety factors, covid-19, public speaking, public speaking anxiety, online learning/

Введение

Для справки, пейрафобия, страх сцены (*страх публичных выступлений, страх аудитории*) — патологическая боязнь выступить на публике. Является одним из распространённых социальных страхов. Симптомами страха сцены являются сильное сердцебиение, потливость, дрожание голоса, тремор губ и конечностей, зажатость голосовых связок, подташнивание и др. В некоторых случаях страх сцены может быть частью более общих психологических проблем (фобий), но многие люди испытывают страх сцены, при этом не имея иных психологических проблем. В психологии боязнь публичных выступлений называется глоссофобией. По оценкам психиатров, испытывают страх перед выступлением 95 % людей. [10, 5]

С начала всемирной эпидемии COVID-19, все обучение, включая публичные выступления, проводилось онлайн в высшей школе и в колледжах. При этом обучении, студенты выглядели встревоженными, когда им приходилось говорить перед виртуальной аудиторией во время онлайн обучения. Когда студенты должны сделать выступление или презентацию в классе или на публике, они очень тревожатся (Krannich, 2004). Они стараются не появляться или не говорить на публике разными способами, а если этого не избежать, они чувствуют давление, смущение, дрожание в голосе, учащенное сердцебиение, дискомфорт и опасность (Behnke & Sawyer, 2001; Sikandar, 2017). Более того, из-за страха говорить на публике, подвергается воздействию личная, социальная и эмоциональная жизнь любого человека (Brown, 2004). Отсутствие практики говорения, плохое владение вопросом или низкая самооценка являются причинами всего этого. (Goberman, Hughes, & Haydock, 2011).

Тревожность перед выступлениями на публике вызывается для говорящего разными обстоятельствами, как внешними так и внутренними. Разные исследователи публиковали данные о том, как нехватка хорошо сформированных навыков выступления, владение иностранным языком и способность контролировать свое эмоциональное состояние, являются, по видимому причинами тревожности (Pribyl, Keaten, & Sakamoto, 2001). Вдобавок, студенты боятся осуждения другими (Coelho & Balaban, 2015) или смущаются их присутствия, пытаясь говорить публично (Panayiotou et al.,

2017). Тревожность также может обосновываться уровнем знанием языка и недостаточностью сформированным навыком говорить публично (McNatt, 2019).

Действительно, умение выступать публично очень востребованы для студентов в наше время и во время обучения и после получения работы. С давних времен, умение выступать публично является решающим для достижения студентами успехов в учебе и профессии (Johnson & Szczupakiewicz, 1987). Владея этим навыком, студенты могут жить и развиваться в атмосфере открытости, толерантности и общения, что и является целью глобального образования в наше время (Ivanova, Gubanova, Shakirova, & Masitoh, 2020). В этом случае они могут эффективно донести свои идеи на разных встречах, собраниях, семинарах, конференциях, на рабочем месте, чтобы продвинуться по карьерной лестнице. Кроме того, что они будут эффективно и систематически делиться своими идеями, эффективный, систематический обмен идеями является насущной потребностью для получения хороших перспектив в профессиональной среде (Pandey & Pandey, 2014).

Хотя было много исследований, которые касались тревожности при публичных выступлениях (Bartholomay & Houlihan, 2016; Goberman et al., 2011; Hancock, Stone, Brundage, & Zeigler, 2010; Kalra & Sarit Siribud, 2020; McNatt, 2019; Rajitha & Alamelu, 2020; Shaquille, 2017; Sikandar, 2017; Yaikhong & Usaha, 2012), исследований темы тревожности, при выступлениях на публике все еще недостаточно и эта тема требует дальнейшего изучения. Например, Shaquille (2017) провел анализ, в котором попытался оценить страх девушек и юношей студентов перед публичными выступлениями онлайн в привычных аудиториях. Этот анализ не касался факторов, воздействующих на тревожность на разных стадиях публичных выступлений. Более того, в данный момент нет исследований анализирующих факторы, вызывающие тревожность при публичных выступлениях при обучении онлайн, особенно во времена Covid-19 на уровне университетов Индонезии.

Цели и задачи исследования

Признавая наличие тревожности при публичных выступлениях и многочисленные преимущества навыков публичных выступлений в жизни студентов, университетам следует стремиться решить эти проблемы. В конечном итоге, университеты должны выявить тех, кто страдает тревожностью перед публичными выступлениями и внедрить программы ее противодействию. Данное исследование имеет цель анализировать потенциальные факторы, воздействующие на тревожность студентов перед публичными выступлениями в местном университете во время онлайн обучения. Данное исследование является критическим для улучшения качества образования путем устранения проблем в аудиториях и повышения эффективности образовательного процесса и его результатов. Студенты должны понимать какие факторы воздействуют на тревожность при публичных выступлениях, иметь полное представление о них и средства по избеганию тревожности и максимизации их потенциала.

Чтобы достичь этой цели, студентам, которые боятся выступать публично, требуется всесторонняя помощь в этом виде деятельности и подготовки к ней (Grieve, Woodley, Hunt, & McKay, 2021).

Более того, Cilela (2007) добавил, что человек должен готовить свое выступление, а группа слушать его не перебивая. Публичные выступления очень сильно отличаются от обычных разговоров, так как требуют как физической, так и умственной подготовки (Fujishin, 2018). Как следствие, выступающему требуется физическое здоровье, здравомыслие и умение сконцентрироваться, знание составных частей публичного выступления, его содержания, тщательность при изложении, а также опыт и практика.

С точки зрения составных частей публичного выступления, они включают в себя оратора, речь, слушателей и источники при подготовке речи для публичного выступления (Gallo, 2014; German, Gronbeck, Ehninger, & Monroe, 2016). Более того, содержание и культурная ценность речи также оказывают огромное влияние на выступление. Культурная ценность это собрание общих социальных понятий и манеры поведения внутри отдельно взятой группы или географической локации (Edvardsson, Tronvoll, & Gruber, 2011). Поэтому,

глубокое понимание компонентов публичного выступления поможет говорящему оценить всю пользу этого коммуникационного навыка.

Умение выступать публично это требование рынка в наши дни, когда каждому нужно продвинуться и показать с лучшей стороны себя, свои идеи, точку зрения, мысли и решение специфических проблем. Навык выступления на публике это важная составляющая некоторых профессий и карьере, так как нацелена на создании устойчивых связей, решение конфликтов и даже проведение переговоров при подписании контрактов (Wörtwein et al., 2015).

Основная часть

Обучение онлайн

Из за пандемии covid-19, система образования и методы обучения должны были быстро адаптироваться путем введения онлайн обучения (König, Jäger-Biela, & Glutsch, 2020; Rajhans, Memon, Patil, & Goyal 2020). Тем не менее, программы онлайн обучения на уровне университетов это обычная практика (Heeger, 2007). Из за доступности компьютера и интернета, онлайн обучение может показаться очень похожим на оффлайн обучение. Компьютерные технологии и интернет обеспечивают вербальную и невербальную коммуникацию с возможностью увидеть собеседника лицом к лицу благодаря видео конференциям через Skype, Zoom, Google Chat, Whatsapp и т.п. Чтобы удовлетворить потребности студентов, учреждения высшего образования применяют самые разнообразные технологии, включая традиционные занятия, гибридные вебкурсы, и онлайн курсы обучения (Xin, Kempland, & Blankson, 2015).

Обучение онлайн дает преимущества, такие как выбор локации (Fedynich, 2014), гибкое расписание, организованную коммуникацию (Magalhães, Ferreira, Cunha & Rosário 2020). Другим преимуществом онлайн обучения, является возможность усовершенствовать свои технические навыки и получить опыт онлайн обучения из первых рук (Green & Wagner, 2011). В заключение, онлайн обучение позволяет не прерывать обучение и преподавание и поддерживать прогресс студентов в учебе и дистанционном обучении без преград.

Тревожность перед публичными выступлениями

Тревожность перед публичными выступлениями описывают как страх перед выступлениями перед группой людей. Наиболее часто встречающаяся тревожность это тревожность перед публичными выступлениями (Bartholomay & Houlihan, 2016) является самой распространенным психологическим нарушением (Ruscio et al., 2008). Тревожность, это самое частое ментальное расстройство, испытываемое при публичных выступлениях. Как результат, изучение публичных выступлений и их типов осуществлялось в западном мире в полной мере.

Cllela (2007) выделяет два типа тревожности при выступлениях: тревожность во время подготовки и тревожность во время выступления. Тревожность во время подготовки относится к беспокойству выступающего во время подготовки речи, а именно ее написания, организации или проведения исследования. В противоположность, тревожность во время выступления относится к беспокойству выступающего в тот момент, когда он говорит, и боится забыть детали речи во время выступления. O'Hair, Rubenstein, and Stewart (2007), с другой стороны, считают, что их следует классифицировать на более точные фразы, а не на тревожность во время подготовки и во время выступления. По их словам, произнося речь, говорящий может почувствовать волнение в любой момент. Тревожность может возникнуть на четырех разных стадиях: 1). Тревожность предподготовки, когда выступающий осознает, что ей или ему придется выступать публично; 2). Тревожность подготовки, она относится к периоду, когда говорящий начинает готовиться к речи; 3). Тревожность предвыступления, она бывает, когда выступающий репетирует свою речь; 4). Тревожность выступления, наступает в момент публичного выступления.

Уровень тревожности при публичных выступлениях

Каждый выступающий испытывает тревожность разной степени, в зависимости от внутренних и внешних факторов. Существует три вида тревожности (Cizek & Burg, 2006). Первый, тревожность низкого уровня, относится к тем, кто не испытывает страха и тревожности совсем. В кампусе у такие люди совсем не тревожатся перед предстоящими экзаменами. Второй уровень средней степени тревожности, т.е. у тех, кто слегка волнуется перед тестом. И третий, высокий уровень тревожности. Люди, обладающие

высоким уровнем тревожности будут демонстрировать обеспокоенность и страх перед какими то тестами.

Basavanthappa (2007) классифицировал тревожность по трем категориям: легкая тревожность, средняя тревожность и паническая тревожность. Студентов, которые испытывают легкую тревожность, нужно подталкивать к проявлению активности и помогать им добиваться поставленных целей в учебе. Далее, студенты казалось нервничали со средней степенью тревожности и испытывали трудности при попытке сосредоточиться при выполнении учебных задач. И, наконец, тревожность панического уровня случается, когда студенты не способны выполнять что либо, даже если им помогают.

Независимо от уровня тревожности при публичных выступлениях, роль преподавателя помочь студентам минимизировать их страх. Однако, если преподаватель не знает об уровне их тревожности, курс, где нужно выступать публично, может быть бесполезен (Gutgold & Grodziak, 2013). Когда студенты записываются на курс, где надо выступать публично, очень важно насколько комфортно им выступать перед аудиторией. Преподавателям, обучающим публичным выступлениям, возможно, придется менять методику преподавания в зависимости от уровня боязни коммуникации у студентов.

Факторы, влияющие на тревожность публичных выступлений

Студенты имеют тревожность перед публичными выступлениями по разным причинам, включающим отсутствие способностей выступать публично, недостаточное владение иностранным языком, неспособность контролировать свое эмоциональное состояние, выступая публично (Pribyl et al., 2001). Студенты боятся суждений и критики со стороны товарищей, когда они выступают публично (Coelho & Balaban, 2015; Panayiotou et al., 2017). Кроме того, тревожность перед публичными выступлениями тесно связана с другими страхами, такими как внешний вид, несовместимость социальных обстоятельств и статуса, проблемы с властями, неясные причины и тревожность ожидания тревожности (Rossi & Seiler, 1989). Базируясь на всем вышеперечисленном, различные факторы содействуют тревожностью перед публичными выступлениями, включая личностные черты, уровень владения вторым или иностранным языком, знакомая аудитория, критерии оценивания

знаний преподавателем, уровень подготовки к занятию. Эти факторы влияют на тревожность перед публичными выступлениями и похоже описаны в McCroskey's (1970) Personal Report of Public Speaking Anxiety framework, который в дальнейшем использовался в данном исследовании. Изучая литературу, выводы, упомянутые ранее, касались тревожности студентов перед публичными выступлениями на разных уровнях. Полученные данные, однако, нельзя объяснить специфичностью Индонезийских студентов, особенно во время covid-19. В результате, так и остался без ответа вопрос каковы потенциальные факторы, влияющие на тревожность студентов во время онлайн обучения.

Методика проведения исследования

Исследование использовало количественно описательный метод, данные представлены описательно. Исследование проводилось с мая по август 2021 года, объектом исследования стали индонезийский студенты, изучающие английский язык как иностранный. Методика предполагала преобразование ответов в цифровые данные для описания результатов.

Участники

Руководитель исследования выбрал целевых респондентов, используя технологию случайного выбора. Было отобрано 60 студентов четвертого семестра из двух разных групп с одним уровнем знания английского языка (intermediate level), факультет Педагогики Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Респондентами стали 45 девушек и 15 юношей в возрасте 20-21 года.

Инструменты

Тест, адаптированный из Персонального доклада о тревожности перед публичными выступлениями McCroskey's (1970) использовался для определения факторов, воздействующих на тревожность студентов перед публичными выступлениями на четырех разных стадиях. Тест был предназначен для публичных выступлений, чтобы выяснить новые взгляды на социальный мир (Kalra & Siribud, 2020). Тест был опробован и имеет оценку 0.80 по шкале а Cronbach Alpha's Reliability. Два преподавателя исследователя использовали электронную копию теста для проверки. В

результате, тест был оценен как достаточно надежный для проведения исследования. Все разделы теста рекомендованы для использования в данном исследовании. Тест был разделен на две части. Первая включала личную информацию о респондентах, такую как имя, пол и возраст. Второй раздел исследовал факторы, влияющие на уровень тревожности у студентов перед публичными выступлениями. Был получен список из десяти факторов, влияющих на уровень тревожности. Студентов просили выбрать три доминирующие фактора, которые вызывали тревожность на каждой стадии. Тест был написан как на английском, так и на индонезийском языке, чтобы избежать недопонимания.

Сбор данных

Перед сбором данных, исследователи проводили наблюдения за студентами во время занятий с публичными выступлениями. Когда преподаватель предлагал студентам высказываться публично через приложение zoom, многие начинали тревожиться и нервничать, а примерно 20% выглядели уверенно. Кроме того, преподаватель спрашивал чувствуют ли они страх, выступая публично и все студенты соглашались с тем, что они испытывают тревожность, выступая публично.

В этом исследовании, данные были собраны путем рассылки ссылки на интернет анкету (в Google) респондентам на WhatsApp. Данные собирались 8 недель в июне-июле 2021. О ссылке респондентам постоянно напоминали. Данные интернет анкеты были загружены в формате .xlsx и проверены преподавателями перед анализом данных.

Метод анализа данных

Данные были проанализированы с использованием описательной статистики IBM SPSS 26, с применением частотного подсчета и простого процентного соотношения для нахождения факторов, влияющих на тревожность перед публичными выступлениями в четырех стадиях: предподготовки, подготовки, предвыступления и выступления. Этот метод анализа позволяет просто интерпретировать данные и легко их воспринимать.

Результаты и обсуждение

Ключевые выводы проведенного исследования были представлены согласно данным, собранным у респондентов. Таблица 1 показывает факторы, воздействующие на тревожность студентов перед выступлениями в четырех различных стадиях.

Таблица 1 [3, 30]

		Четыре разных стадии публичных выступлений							
		Предподгото		Подгото		Предвыступле		Выступле	
		вка		вка		ние		ние	
		F	%	F	%	F	%	F	%
Устное									
владение	3	16.6							
английским	0	7	30	16.67	28	15.56	37	20.56	
языком									
Личностные	2	13.3							
качества	4	3	10	5.56	22	12.22	11	6.11	
Критерии									
рейтинга	1	8.89	12	6.67	8	4.44	18	10	
преподавателя	6								
Реакция									
одногоруппник	1								
ов во время	5	8.33	22	12.22	25	13.89	25	13.89	
выступления									
Произношени									
е	8	4.44	9	5	10	5.56	20	11.11	
Знание									
аудитории	1	6.67	15	8.33	16	8.89	7	3.89	
Незнакомая									
тема	3								
выступления	6	20	28	15.56	32	17.78	30	16.67	

ЭЛЕКТРОННЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ «ДНЕВНИК НАУКИ»

Уровень подготовленности	2 0	11.1 1	15	8.33	15	8.33	8	4.44
Грамматика английского языка	8	4.44	20	11.11	15	8.33	10	5.56
Словарный запас	1 1	6.11	19	10.56	9	5	14	7.78

Анализируя таблицу, приведенную выше, доминирующим фактором, вызывающим тревожность перед выступлениями у студентов, стало владение устной английской речью как на стадии подготовке к выступлению, так и при самом выступлении, что подтверждено 30(16.67%) и 37 (20.56%) студентами соответственно, за ними следуют незнакомая тема выступления, подтвержденная 28 (15.56%) и 30 (16.67%) студентами. Однако, на этапе предподготовки и предвыступления, основным фактором, воздействующим на тревожность студентов стала незнакомая тема выступления, на которую указали 36 (20%) and 32 (17.78%) студентов. Кроме того, фактор владения английским языком, на который сослались 30 (16.67%) and 28 (15.56%) студентов при предподготовке и предвыступлении, был вторым доминантным фактором, влияющим на тревожность студентов при виртуальных публичных выступлениях. Удивительным оказался факт, что реакция одноклассников во время выступления стала третьим по важности фактором, влияющим на тревожность во время выступления, что подтвердили 22 (12.22) студента, на стадии предвыступления подтвердили 25 (13.89%) студента, и на стадии выступления подтвердили 25 (13.89%) студента. И наконец, самым незначительным фактором, влияющим на уровень тревожности студентов и отличающимся на всех стадиях, включая произношение и уровень владения английской грамматикой на стадии предподготовки, причем не было предварительных исследований, которые обсуждали факторы, воздействующие на тревожность студентов перед выступлениями при онлайн обучении. Тем не менее, владение устным языком стало источником тревожности the Thai context (Yaikhong & Usaha, 2012),

даже для многих преподавателей (Liu & Wu, 2021). Более того, незнакомая тема выступления стала официальным фактором, воздействующим на тревожность студентов при устных презентациях на английском языке, как иностранном (Hanifa, 2018; Kazemi & Zarei, 2015).

Первоначальные выводы этого количественного исследования-описания, ясно показывали, что факторы, влияющие на тревожность выступлений студентов при онлайн обучении были разными на разных стадиях. Эти выводы демонстрировали, что первоначальная тревожность студентов при публичных онлайн выступлениях была связана с владением устным английским языком, незнакомыми темами для выступлений и боязнью реакции одноклассников. Это исследование также явно указывало на то, что устное владение английским языком стало решающим фактором, влияющим на уровень тревожности при онлайн обучении на всех стадиях. Как было установлено, устное владение английским языком стало самым важным фактором, влияющим на уровень тревожности публичных выступлений при онлайн обучении на этапах подготовки и самих выступлений. Этот фактор стал вторым по значимости на этапах подготовки и этапах предваряющих выступления. Отсюда, очевидно, что устное владение английским языком является существенной частью самих публичных выступлений и главной причиной тревожности студентов при публичных выступлениях. Данный вывод можно объяснить, основываясь на целом ряде возможных причин. Когда студенты выступали, они старались сфокусироваться на всех навыках устной речи, таких как словарный запас, произношение, ударение в словах и смысловом ударении, интонации и грамматике, чтобы речь была лучше. Эти выводы схожи с выводами Бигате Вугате's (2005), которые показывают, что студенты, готовящиеся сдать тест EFL (English as a Foreign Language), также сосредотачиваются на правильном использовании произношения, грамматики и словарного запаса, по сравнению с теми, для кого английский язык является родным. Более того, компетенция изучения английского языка зависит от их способности использовать языковые формы корректно (Saunders & Obrien, 2006).

На двух стадиях публичного выступления, предподготовки и предвыступления, незнакомая тема выступления стала самым важным фактором, влияющим на тревожность студентов. Самым поразительным

фактором при анализе данных, касающихся незнакомой темы выступления, стало то, что этот фактор стал доминирующим на обеих стадиях как подготовки, так и предвыступления. В результате, тот факт, является ли тема выступления знакомой, является решающим при формировании тревожности перед публичными выступлениями. Одной возможной причиной является то, что когда студентам дают письменное задание по языку, и тема им незнакома, они чувствуют себя не комфортно и волнуются при выполнении задания, что может влиять на уровень их тревожности. Когда студентам дали задание выступить без подготовки, Kazemi and Zarei (2015) обнаружили, что незнакомые темы оказали влияние на уровень тревожности студентов, готовящихся к тесту EFL. Такое происходит потому что эти студенты должны были оценивать уровень лингвистики и культурные аспекты сложного коммуникативного процесса на английском языке и они должны были ознакомиться с контекстом. Начиная со знакомых тем, студенты будут чувствовать себя более комфортно говоря на иностранном языке и более подготовлены при переходе к более сложным темам (He, 2013).

Оценка выступления одноклассниками была еще одним фактором в формировании тревожности перед публичными выступлениями, особенно на стадиях подготовки, предвыступления и выступления. Реакция одноклассников во время выступления может оказывать очень сильное влияние на показатель тревожности студентов. Такое может случиться потому что студенты боятся опозориться перед одноклассниками, боятся быть осмеянными, особенно если они не уверены в навыках владения английским языком. Необходимость говорить без ошибок, без пауз, страх потерять лицо все это является элементами тревожности, являющихся особенностью культуры народов Востока (Cheng, 2000). Другой возможной причиной стало то, что студенты верили, что их товарищи превосходят их в чем то или что они хуже их в чем то, потому что они постоянно сравнивают себя с ними. Такой страх препятствовал их лингвистическому и когнитивному развитию, приводя к большому заиканию на своих недостатках. В результате, они испытывали страх, когда их просили продемонстрировать свои способности. На своих занятиях по иностранному языку (Bekleyen, 2004; Young, 1991) обнаружили, что студенты очень нервничают, сравнивая себя друг с другом. Этот вывод совпадает с выводом

(Bekleyen, 2004; Young, 1991), который заметил, что студенты теряют уверенность в себе при публичных выступлениях из-за страха, что со товарищи будут судить их предвзято и они будут чувствовать себя неудачниками. Для многих студентов это был первый опыт выступления перед публикой. Некоторые студенты откладывают публичные выступления до последних лет обучения.

Самые меньшие по значимости причины, вызывающие тревожность во время четырех фаз публичных выступлений были различными: произношение и знание английской грамматики на стадии предподготовки, произношение на стадии подготовки, критерии оценки мастерства преподавателя на стадии предваряющей выступление и знание аудитории, перед которой выступаешь на стадии выступления. Все эти факторы связаны с самими студентами и полученные результаты показали разные факторы, способствующие возникновению тревожности при публичных выступлениях (Bekleyen, 2004; Young, 1991). Подобное происходит в связи с тем, что разные факторы, такие как общество, культура, параметры обучения и сами обучаемые могут оказывать влияние на уровень тревожности. Такой вывод подтверждает результаты исследования Rajitha and Alamelu (2020), что на волнение перед выступлением оказывают влияние многие внутренние и внешние факторы.

Выводы

Данное исследование внесло свой вклад в доказательство того, что ряд студентов, особенно при публичных выступлениях онлайн, боятся говорить перед аудиторией. В этом эксперименте были исследованы факторы, влияющие на боязнь перед публичными выступлениями на занятиях в противовес обучению онлайн. Результаты исследования показывают, что факторы, влияющие на публичные выступления студентов варьировались. Тревожность проявилась на четырех стадиях: стадия предподготовки, подготовки, предвыступления и выступления. Владение устной английской речью стало доминирующим фактором, который вызвал боязнь перед публичными выступлениями как на стадии подготовки, так и на стадии самого выступления. А незнакомая тема стала доминирующим фактором на стадиях предподготовки и предвыступления.

Делая выводы из результатов данного эксперимента, мы предлагаем педагогам прилагать максимум усилий по нахождению стратегий, снижающих тревожность студентов и поощряющих их попытки выступать публично (Hanifa, 2018). Например, преподаватели могут задавать студентам больше заданий по говорению, практике речи, чтобы они чувствовали себя более комфортно, выступая перед своими однокурсниками, друзьями, педагогами и разной аудиторией. Кроме того, преподаватели могут предложить студентам оттачивать их навыки выступлений, создавая Клубы любителей английского языка или подобные курсы (Kalra & Sarit Siribud, 2020; Schiller, 2021).

Очень важно с точки зрения поощрения публичных выступлений студентов, что вопрос о том как студенты воспринимали поддержку не был затронут в данном исследовании. На качество атмосферы в коллективе и вытекающие отсюда последствия оказывает влияние целый ряд факторов, таких как время, содержание занятий, ресурсы, учебный план, СМИ, личности преподавателя и студентов и взаимоотношения между ними. Качества личности, особенно взаимное влияние и близость, очень сильно влияют на качество межличностных отношений (Khodamoradi, Talebi, & Maghsoudi, 2020). Кроме этого, сотрудничество между учебными заведениями, работа различных служб поддержки, библиотек, академических служб, руководителей и частных инициатив будет необходима для оказания помощи студентам в развитии навыков выступать публично. Добавим, что было исследовано только шестьдесят студентов юношей и девушек. Поэтому, выводы не могут касаться всех студентов, изучающих английский язык, как иностранный. Можно предположить, что дальнейшие исследования коснутся большего количества студентов, которые испытывают или не испытывают страх перед публичными выступлениями, чтобы результаты были более объективными. Последующие исследования также рекомендуются для анализа эффективных способов по преодолению студентами страха перед публичными выступлениями.

Заключение

Полагаем, что исследование подходов по снижению уровня тревожности у студентов, выступающих публично, оказалось полезным.

Библиографический список:

1. Behnke R., & Sawyer, C. R. (2001a). Patterns Of Psychological State Anxiety in Public Speaking as a Function of Anxiety Sensitivity. *Communication Quarterly*, 49, 84-94. <http://dx.doi.org/10.1080/01463370109385616>
2. Joan M. Brehm, Brian W. Eisenhauer, Richard S. Krannich Dimensions of Community Attachment and Their Relationship to Well-Being in the Amenity-Rich Rural West*<https://doi.org/10.1526/0036011041730545>
3. R Ekayati, H Hasibuan, ID Manurung Investigating public speaking anxiety factors among EFL university students through online learning /R Ekayati, H Hasibuan, ID Manurung // *Applied Research on English Language* 11 (1), 21-38
4. McCroskey, J. C. Measures of communication-bound anxiety. *Speech Monographs*, 37, 269-277.
5. Ананьев Б.Г. Задачи психологии в искусстве. Человек, как предмет познания // Психология художественного творчества. — Л.: «Музыка», 1980, 1968. — 784 с. — 20 000 экз.
6. Волков А.А. Основы риторики. - Москва: Академический проект 2003
7. Дейл Карнеги. Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. — Москва: Лабиринт-Пресс, 2000
8. Логинова Н.А. О творческом пути Ананьева. Человек, как предмет познания // в сб. «Психология художественного творчества». — Л.: «Музыка», 1983. — С. 253.
9. Мышкина В.Т. Психологическая готовность к художественно-творческой деятельности (на примере музыкально-исполнительского искусства) / к. филолов. н. Воробьев А.А., к. псих.н. Вербицкий А.А.. — НИИ Театр и Музыки. МХТ им. Горького. — «Искусство», 30.12.1986. — 136 с. — 500 экз.
10. Лидия Новикова. Хибла Герзмава и Даниил Крамер. — Интервью для газеты «Культура», 09.09.2009. Архивная копия от 23 октября 2020 на Wayback Machine
11. К.С.Станиславский. «Искусство представления» // «Статьи.Речи.Беседы.Письма». — НИИ Театр и Музыки. МХТ им.Горького. — «Искусство», 1953. — 784 с. — 20 000 экз.
12. Фаина Раневская: «Судьба-шлюха» = (дневник) / автор-составитель Д.Щеглов. — АСТ. — «Астрель», 2004. — 203 с.

Оригинальность 75%