

A TANULÁSI SZOKÁSOK ÉS A TESZTSZORONGÁS ÖSSZEFÜGGÉSEI 9. ÉS 12. ÉVFOLYAMOS DIÁKOK KÖRÉBEN

T-3

Roszik Dóra *, D. Molnár Éva **

* Szegedi Tudományegyetem

** Szegedi Tudományegyetem, Neveléstudományi Intézet

Kulcsszavak: tanulási szokások; tesztszorongás; tanulási eredményesség

A korunkra jellemző progresszív társadalmi változások megkövetelik a rugalmas tanulási készségek kialakítását, ezért fontos, hogy az oktatási rendszer bármely szintjén tanuló diákok tisztában legyenek erősségeikkel, gyengeségeikkel, saját tanulási szokásaikkal, hiszen mindez hozzájárulhat az iskolai sikerességükhöz. A hatékony tanulás alapfeltétele a szükséges alapkészségek fejlettsége, a helyes tanulási szokások kialakítása, valamint a konkrét tanulási technikák és módszerek, amelyek a mindennapi tanulási tevékenység során működnek (Oroszlány, 1996). A nem megfelelő tanulás (nem hatékony tanulási szokások, stratégiák használata) bizonyítottan együtt jár a tanulmányi eredmények romlásával (Habók, 2004). Ugyanakkor mindezeket túl a tanulási eredménytelenség hátterében állhat a tanuló motivátlansága, érdektelensége, de rizikófaktoroként említhető a teljesítményszorongás is, hiszen rövid távon a produktivitást gátolhatja, hosszabb fennállása esetén akár az egészségi állapotot is negatívan befolyásolhatja (Schnell et al., 2015).

Kutatásunk célja a tanulási szokások és a tesztszorongás közötti kapcsolat mélyebb feltárása volt.

Vizsgálatunkat összesen 116 fő, 9. (N=61 fő, 52,6%) és 12. (N=55 fő, 47,4%) évfolyamos középiskolai tanuló körében végeztük. A mintavételre 2018 októberében került sor papíralapú, személyes adatfelvétellel, szülői beleegyező nyilatkozat alapján.

A tanulási szokások feltárására Hartwig & Dunlosky (2012) *Study Strategies of College Students* kérdőívét adaptáltuk. A kérdőív 11 itemből áll, zárt kérdéseket tartalmaz. A kérdések a tanulás körülményeire, a felkészülés módjára, a tanulás tanulására, valamint különböző tanulási technikákra vonatkoznak. A tesztszorongást a 2015-ös PISA vizsgálat tanulói kérdőívének alskálájával vizsgáltuk (öt item, ötfokozatú Likert-skála). Ezen kívül kérdéseket fogalmaztunk meg egyéb háttérváltozókkal (szülők iskolai végzettsége, tanulás szeretete, tanulmányi átlag stb.) kapcsolatosan is.

Eredményeink szerint gyenge és közepesen erős összefüggések adódtak a vizsgált tényezők között. A legerősebb összefüggés a tesztszorongás és tanulmányi átlag között mutatkozott ($r=0,45$, $p<0,01$). A tanulási szokások közül az órai aktív jelenlét/kérdések feltevése mutatott pozitív összefüggést a tanulmányi átlaggal ($r=0,30$, $p<0,01$), valamint a jegyzetek újraírása ($r=0,22$, $p<0,05$) és a jegyzetkészítés ($r=0,18$, $p<0,05$). A számonkérés előtti „biflázás” negatív összefüggést mutatott a tanulmányi átlaggal ($r=-0,37$, $p<0,01$) és a tesztszorongással ($r=-0,27$, $p<0,05$). Továbbá eredményeink szerint a lányokra szignifikánsan jobban jellemző a tesztszorongás, mint a fiúkra ($t=-2,934$, $p<0,01$).

Kutatásunk alátámasztotta, hogy a tanulási szokások, tanulmányi átlag és tesztszorongás közötti összefüggések vizsgálata fontos kutatási terület. Az egyéni tanulási szokások ismerete hozzájárulhat a tudatos tanulási tevékenység felépítéséhez, amely megalapozza a hatékonyabb tudáselsajátítást.