



УДК 37.016:81'243]364.624.6

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14\(28\)-945-953](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14(28)-945-953)

Горбач Наталія Віталіївна старший викладач кафедри іноземних мов, Харківський національний університет внутрішніх справ, проспект Льва Ландау, 27, м. Харків, 61000, тел.: (050)323-75-57, <https://orcid.org/0000-0002-1965-902X>

Кальченко Тетяна Михайлівна старший викладач кафедри іноземних мов, Харківський національний університет внутрішніх справ, проспект Льва Ландау, 27, м. Харків, 61000, тел.: (050) 300-17-21, <https://orcid.org/0000-0003-2153-5883>

Бортник Юлія Миколаївна викладач кафедри іноземних мов, Харківський національний університет внутрішніх справ, проспект Льва Ландау, 27, м. Харків, 61000, тел.: (068) 110-14-09, <https://orcid.org/0000-0002-4569-9885>

Савченко Ольга Олександрівна доцент, професор кафедра іноземних мов, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, тел.: (066) 9996-46-81, <https://orcid.org>, <https://orcid.org/0000-0003-0085-7189>

ПРИЧИНИ ТА ВИДИ ІНШОМОВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ДРУГОЇ МОВИ

Анотація: Іншомовна тривожність, також відома як ксеноглософобія, - це відчуття неспокою, занепокоєння, нервозності та побоювання, що виникають при вивченні або використанні другої чи іноземної мови. Дослідження показали, що іншомовна тривожність є значною проблемою частіше серед дорослих ніж серед дітей, особливо з точки зору її тісного зв'язку з навичками говоріння іноземною мовою. Мотивація студентів вищих навчальних закладів до вивчення іноземних мов залишається важливою для вітчизняних та зарубіжних вчених. Особливість цієї проблеми криється в тому, що вона включає в себе як індивідуальні особливості, так і емоційну сферу особи. Серед найпоширеніших проблем - страх спілкування іноземною мовою, страх виглядати смішним через помилки у мовленні, а також страх забути потрібні слова під час розмови. Науковці пов'язують цей страх з особистістю учня, викладача, а також з умовами та організацією навчального процесу.

Метою статті є виявлення причини іншомовної тривожності у студентів та зазначені способи її подолання, установлені найпоширеніші види діяльності, які викликають іншомовну тривожність серед студентів. Проаналізовано знижка почуття тривожності тих, хто навчається, під час



спонтанної мовленнєвої діяльності іноземною мовою. Якщо заняття включають один спонтанний мовленнєвий захід, почуття тривожності різко йде на спад. Це може бути гра, або дебати. Аудіювання є одним із найсильніших спалахів тривожності і це заважає отриманню інформації. Вчені виявили, що існує кілька основних джерел тривоги під час прослуховування: брак упевненості; відсутність стратегій аудіювання, якій мають навчити викладачі; особливості розуміння мови на слух; характеристики матеріалів для прослуховування.

Тривожність є ефективним фільтром, який змушує слухачів із вищим рівнем тривожності блокувати отримання зрозумілого матеріалу, і це змушує їх отримувати справді погані досягнення. подолати почуття тривожності під час вивчення другої мови. Також в статті розглядається подолання почуття тривожності під час вивчення другої мови та взаємозв'язок між тривожністю та іншими мовними навичками: читанням, аудіюванням і письмом.

Ключові слова: іншомовна тривожність, побоювання, нервозність, тривожність при аудіюванні, тривожність при говорінні, тривожність при тестуванні, мовленнєва активність, зниження тривожності.

Gorbach Nataliia Vitaliivna Senior Lecturer at the Department of Foreign Languages, Kharkiv National University of Internal Affairs, Lva Landau Ave., Kharkiv, 61000, tel: (050) 323-75-57, <https://orcid.org/0000-0002-1965-902X>

Kalchenko Tetiana Mykhailivna Senior Lecturer at the Department of Foreign Languages, Kharkiv National University of Internal Affairs, , Lva Landau Ave., Kharkiv, 61000, tel: (050)300-17-21 , <https://orcid.org/0000-0003-2153-5883>

Bortnyk Yuliia Mykolaivna Lecturer at the Department of Foreign Languages, Kharkiv National University of Internal Affairs, 27, Lva Landau Avenue, Kharkiv, 61000, tel. : (068)110-14-09, <https://orcid.org/0000-0002-4569-9885>

Savchenko Olga Alexandrovna Associate Professor, Professor, Department of Foreign Languages, Kharkiv National Air Force University named afteri Ivan Kozhedub, tel.: (066) 996-46-83, <https://orcid.org/0000-0003-0085-7189>

CAUSES AND TYPES OF FOREIGN LANGUAGE ANXIETY WHEN LEARNING A SECOND LANGUAGE

Abstract. Foreign language anxiety, also known as xenoglossophobia, is a feeling of uneasiness, apprehension, nervousness, and fear that arises when learning or using a second or foreign language. The research has shown that foreign language anxiety is a significant problem more often among adults than among children, especially in terms of its close connection with foreign language speaking skills.



Motivation of university students to learn foreign languages remains important for domestic and foreign scholars. The peculiarity of this problem lies in the fact that it involves both individual characteristics and the emotional sphere of a person. Among the most common problems are the fear of communicating in a foreign language, the fear of looking ridiculous because of mistakes in speech, and the fear of forgetting the right words during a conversation. Scientists attribute this fear to the personality of the student, the teacher, and the conditions and organization of the learning process.

The aim of the article is to identify the causes of students' foreign language anxiety and to indicate the ways to overcome it, to identify the most common activities that cause foreign language anxiety among students. The reduction of students' anxiety during spontaneous speech activities in a foreign language is analyzed. If the class includes one spontaneous speaking activity, the feeling of anxiety goes down sharply. It can be a game or a debate. Listening is one of the most powerful triggers of anxiety and it interferes with information retrieval. Scientists have found that there are several main sources of listening anxiety: lack of confidence; lack of listening strategies that teachers should teach; peculiarities of listening comprehension; characteristics of listening materials.

Anxiety is an effective filter that causes learners with higher levels of anxiety to block comprehension, and this causes them to perform really poorly. overcome anxiety while learning a second language. The article also discusses overcoming anxiety while learning a second language and the relationship between anxiety and other language skills: reading, listening, and writing.

Keywords: foreign language anxiety, apprehension, nervousness, listening anxiety, speaking anxiety, test anxiety, speaking activities, reducing anxiety.

Постановка проблеми. Найчастіше робота викладача іноземної мови та психолога перетинаються, оскільки існує низка психологічних чинників, що впливають на ефективність вивчення другої мови. Одним із них є іншомовна тривожність (xenoglossophobia). За останні десятиліття мовна, вона ж іншомовна тривожність, стала предметом серйозних досліджень і суперечок.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теорія іншомовної тривожності Хорвіца і Коупа підкреслює її специфічну природу. Вони встановили три чинники тривожності, пов'язані з конкретною ситуацією: комунікативне сприйняття, тестова тривожність, боязнь негативної оцінки. Вони ж дали визначення терміна "мовна тривожність" як суб'єктивне відчуття напруження, побоювання, нервозності та занепокоєння, пов'язане зі збудженням вегетативної нервової системи. Поняття "тривожність під час опанування іноземної мови" вони іноді заміщують поняттям "мовна тривожність", що підкреслює зв'язок тривожності під час опанування іноземної мови з тривожністю, яка могла супроводжувати процес становлення рідної мови.



Хорвітц і Янг наводять дані, що більш ніж половина студентів, які вивчають іноземну мову, переживають такий рівень мовної тривожності, за якого спостерігається істотне зниження інтелектуальних можливостей. Риси тривожності належать до "стійкої схильності до виникнення тривожності в широкому діапазоні ситуацій". Шпільбергер у своїх роботах із проблем психології зазначав, що стан тривоги належить до негайного, скороминущого емоційного переживання з негайними когнітивними наслідками.

Термін "ситуаційно-специфічна тривожність" був введений Макінтайром і Гарднером і відноситься до різноманітного характеру деяких видів тривоги. Згідно з Гарднером (1979) і Хорвіцем та ін. тривожність під час вивчення другої мови слід розуміти, як тривожність, специфічну для конкретної ситуації, що дає можливість дослідникам побачити, яким чином тривожність, викликана конкретними умовами навчання, впливає на саме вивчення мови. Однак більшість досліджень, присвячених тривожності, зосереджені на пошуку кореляцій між тривожністю та усним мовленням. Це пов'язано з тим, що багато дослідників вважають, що усне мовлення викликає найбільшу тривогу. Воно вимагає від студентів ризикованих дій, і учні насилу можуть розкрити свої, можливо, недостатні мовні знання перед аудиторією.

Мета статті – виявити причини іншомовної тривожності у студентів та створити способи подолання, установити найпоширеніші види діяльності, які викликають іншомовну тривожність серед студентів.

Виклад основного матеріалу. Початок досліджень тривожності збігся зі злетом інтересу до комунікативного навчання мови, наголосивши на усно-орієнтованій діяльності в аудиторії. Тому прояв інтересу до говоріння здавався природним. Однак останнім часом дедалі більше дослідників почали вивчати взаємозв'язок між тривожністю та іншими мовними навичками: читанням, аудіюванням і письмом. І, як не парадоксально, найменше досліджень було присвячено виникненню тривожності під час письма.

Згідно з Дейлі побоювання з приводу письма є "ситуативною і суб'єктивною індивідуальною відмінністю" (стор. 10), і деякі учні мають тенденцію уникати цієї діяльності. У підсумку вони демонструють досить низькі результати в письмовому мовленні. Фейглі, Дейлі та також зазначили, що подібні люди пишуть коротше і повільніше.

Хоча деякі дослідники згодні з тим, що існує значна негативна кореляція між мовною тривожністю та результатами письмового мовлення. Інші дослідники стверджують, що основну увагу слід приділяти не тривожності як такий, а переконанням студентів стосовно їхніх власних можливостей або компетентності, що й призводить до різних результатів у реальній письмовій діяльності студентів (наприклад, Rajares & Johnson,). Інакше кажучи, ці дослідники стверджують, що тривожність є "загальним механізмом", на який значною мірою впливає впевненість або самоефективність, що можуть бути в учнів при виконанні завдань, і в кінцевому підсумку впливають на



академічний результат. Хоча вони визнають, що існує взаємозв'язок між тривожністю і письмовим мовленням студентів, вони вважають, що тривожність під час письма не має прямого впливу на успішність студентів.

З усіх чотирьох навичок (аудіювання, говоріння, читання і письмо) говоріння видається найбільш важливим, оскільки багато хто, якщо не більшість тих, хто вивчає іноземні мови, насамперед зацікавлені в тому, щоб навчитися говорити.

Проаналізуємо, чи знижує спонтанна мовленнєва діяльність почуття тривожності тих, хто навчається, під час говоріння іноземною мовою. Заняття зазвичай включають хоча б один спонтанний мовленнєвий захід. Їх можна розділити на ігри, рольові ігри та дебати. Однією з рольових ігор, що проводяться в аудиторії на першому курсі поліцейського вишу, доречною є гра "Вбивство". Студентам пропонується сценарій, згідно з яким вони мають провести розслідування і знайти вбивцю, ставлячи один одному запитання, намагаючись знайти докази. Студенти діляться на три групи, у кожній групі чотири персонажі: детектив, два свідки та потенційний убивця, провину якого потрібно довести. Час підготовки обмежений 3 хвилинами. Групи формуються таким чином, щоб до них входили студенти від найменш схильних до тривожності до тих, які найбільш схильні до тривожності. Результати такого групування показують, що студенти почуваються комфортніше, бо допомагають одне одному і тим самим формують почуття солідарності. Ще однією перевагою групової роботи є більш активна взаємодія між студентами та більш розкута атмосфера в аудиторії. Також важливим моментом є те, що почуття успіху має великий вплив на тривожність. Чим більше курсанти домагаються успіху у виконанні завдань, тим більш розслабленими вони стають. Більше того, можна припустити, що почуття успіху призводить до зниження рівня тестової тривожності, яка є одним із важливих видів тривожності.

Практика спонтанного говоріння допомагає учням у процесі подолання страху. Групова робота також порушує монотонність звичайної схеми "запитання-відповідь-зворотний зв'язок" і спричиняє менше страху в учнів, оскільки, перебуваючи в групі, вони почуваються в більшій безпеці, ніж перебуваючи тет а тет с викладачем. Загалом, було помічено, що рольові ігри як спонтанні види мовленнєвої діяльності відіграють значну роль у зниженні тривожності під час говоріння.

Тривога під час аудіювання - це термін, що описує проблему, яка заважає студентам досягти найкращого розуміння іншомовної мови.

Коли студент відчуває тривогу під час прослуховування, він схильний проявляти несподівану реакцію на завдання, наприклад, не може виконати або навіть прослухати аудіозапис належним чином. Як стверджують Тахсільдар і Юсофф, тривожність під час аудіювання - це психологічна реакція людини на



завдання аудіювання, що визначається впливом почуттів, переконань і поведінки.

Іноді тривожність під час аудіювання класифікують як "страх слухача неправильно витлумачити, неадекватно опрацювати або не зуміти психологічно адаптуватися до повідомлення, що передається іншими".

На думку Чжай, існує кілька основних джерел тривоги під час прослуховування. Перше з них - брак упевненості. Чим вища впевненість людини, тим більша ймовірність того, що вона отримає користь від занять з аудіювання. Чжай далі пояснює, що студенти схильні відчувати тривогу під час сприйняття мовлення на слух, тому що вони не дуже впевнені в собі та від початку мало знають про методiku аудіювання.

Другим джерелом тривоги під час аудіювання є відсутність стратегій аудіювання, якій мають навчити викладачі.

Третє джерело тривоги під час прослуховування - це особливості розуміння мови на слух. Через складний процес, який відбувається протягом короткого часу, слухачі не можуть повернутися до того, що вони пропустили і повторити сказане. Під час сприйняття промови на слух слухачі повинні вловити основну думку виступу, але якщо вони упускають один момент, то зазвичай зупиняються, щоб подумати про те, який момент вони упустили. Це призводить до неправильного розуміння сенсу. Тому така особливість розуміння на слух змушує слухачів відчувати занепокоєння.

Четверте джерело тривоги під час прослуховування - це характеристики матеріалів для прослуховування. Юань (2006) у книзі Чжай каже, що характеристики матеріалів для аудіювання включають швидкість, вимову, акустичні умови, тривалість прослуховування матеріалів, рівень словникового запасу та тему матеріалів. Чжай у своєму дослідженні виявив, що швидкість передачі повідомлення викликає тривогу. Крім того, він пояснив, що прослуховування матеріалів з різним акцентом або довгих матеріалів є складним для студентів, оскільки вони легко пропускають якусь важливу інформацію, що і призводить їх до тривожності.

Останнє джерело тривоги під час прослуховування - це страх негативної оцінки. В аудиторії за всім, що відбувається, спостерігають викладач та однокурсники. У своєму дослідженні про тривожність під час прослуховування, стверджуючи, що негативна оцінка погано впливає на студентів, Чжай стверджує, що "загальна статистика дослідження показує, що студенти, які брали участь у дослідженні, відчували трохи більшу тривожність під час прослуховування" [3; 44]. Тому студенти схильні відчувати тривогу з приводу суджень і оцінок, які вони отримають, якщо припустяться помилок.

Термін "розуміння мови на слух" має безліч визначень. По суті, розуміння на слух - це процес розуміння усного мовлення. Термін "розуміння" в даному випадку означає розуміння того, що слухач почув, і його здатність переказати текст із правильним значенням.



Розуміння мови на слух складається з чотирьох компонентів. Перший - це здатність розрізняти різні звуки, інтонації та якості голосу. Другий - це здатність розуміти все повідомлення, що передається мовцем. Третій компонент - це здатність утримувати повідомлення в слуховій пам'яті доти, доки воно не буде повністю опрацьоване. І останнім компонентом розуміння на слух є саме розуміння.

У процесі розуміння існує чотири основні етапи: декодування, сегментування, розпізнавання та інтеграція. Під час декодування слухачі розпізнають звуки мови, наприклад, склади, фонемі та інші мовні одиниці. Під час сегментування слухачі поділяють вхідний матеріал на мовні одиниці, наприклад, на склади та слова.

Розпізнавання слів вважається тією частиною, яка викликає у слухачів проблеми, оскільки саме в цій частині відбувається лексична конкуренція. І нарешті - інтеграція. На цьому етапі слухачі об'єднують усне введення із соціальним контекстом для досягнення найкращого розуміння.

Упродовж тривалого часу низка вчених проводили дослідження з метою вивчення можливого впливу тривожності під час вивчення іноземної мови на розуміння мовлення. Однак у результатах цих досліджень є великі відмінності: одні виявили, що тривожність під час аудіювання та розуміння мови на слух пов'язані, а інші, навпаки, виявили, що між тривожністю під час аудіювання та розумінням мови на слух кореляції немає.

Але тим не менш, на основі ретельного аналізу деяких даних видно, що тривожність під час аудіювання іноземною мовою негативно пов'язана з розумінням на слух, що вказує на те, що висока тривожність блокує обробку інформації під час аудіювання, і чим вища тривожність у студентів, тим нижчий рівень розуміння на слух. Тривожність є ефективним фільтром, який змушує слухачів із вищим рівнем тривожності блокувати отримання зрозумілого матеріалу, і це змушує їх отримувати справді погані досягнення. Висока тривожність відволікає увагу під час сприйняття мови на слух. Коли студент з високим рівнем тривожності знаходить незнайоме слово або речення, він починає відчувати стрес і боїться, що не зможе зрозуміти весь зміст. Водночас студенти з нижчим рівнем тривожності можуть швидко дати позитивну відповідь на знайдені незнайомі слова і винести правильне судження про них.

Висновки. Як же подолати почуття тривожності під час вивчення другої мови? Використання таких заходів може позитивно позначитися на зменшенні тривожності в процесі вивчення іноземної мови.

Узгодити з учнями набір правил і норм роботи в аудиторії, а саме, не сміятися над неправильною відповіддю, затвердити норму "терпимості до помилок".

Вважати помилки природною частиною вивчення іноземної мови, заохочуючи в студентів прохання про допомогу, не наражаючи себе на ризик збентеження.



Групи слід формувати зі студентів зі змішаними здібностями, студентам давати завдання різної складності, а запитання ставити одні й ті самі. Кількість учнів у групі не має перевищувати 12 осіб.

Уникати прямих, безпосередніх виправлень під час мовленнєвої діяльності, оскільки це може підірвати впевненість учнів.

Вселити учням з почуттям підвищеної тривоги, що вони повинні прагнути продовжувати мовленнєву діяльність, незважаючи на помилки.

Робити інформацію про результати тестів учнів конфіденційною і не оголошувалася всьому класу.

Викладачеві використовувати як вербальні (використання гумору, звернення до учнів на ім'я), так і невербальні (зоровий контакт, позитивні жести) види безпосередньої поведінки, оскільки вони можуть знизити тривожність і позитивно вплинути на мотивацію до навчання.

Остаточний висновок полягає в тому, що викладачеві необхідно взяти на себе роль дослідника у своїх аудиторіях. Перш ніж застосовувати стратегії, що допомагають учням подолати страх перед іншомовним мовленням, підвищити мотивацію та успішність, викладачі мають пізнати своїх учнів, їхнє ставлення до усного мовлення та пролити світло на причини, що лежать в основі їхньої низької успішності та небажання брати участь у мовленнєвій діяльності. Такий підхід, що об'єднує теорію і практику, може справити позитивний вплив як на професійний розвиток викладача англійської мови, так і на зменшення рівня тривожності учнів.

Summary: This article investigates how foreign language anxiety is related to second language anxiety. It also investigates possible sources of anxiety from the learners' perspective, which should provide better understanding of possible obstacles that L2 learners may face during language learning. There have been compiled methodological recommendations for teachers on overcoming foreign language anxiety by students. The novelty of the study is the creation of recommendations for overcoming foreign language anxiety, taking into account their advantages and disadvantages.

Література:

1. Horwitz, E.K. (1986). Preliminary evidence for the reliability and validity of a Foreign Language Anxiety Scale. *TESOL Quarterly*, 20 (3),
2. Horwitz, E.K., Horwitz, M.B. & Cope, J. (1986). Foreign Language Classroom Anxiety. *The Modern Language Journal*, 70 (2), p. 125-132.
3. Zhai, L. L. (2015). Influence of Anxiety on English Listening Comprehension: An Investigation Based on the Freshmen of English Majors. *Studies in Literature and Language*, 11 (6), p. 40-47.
4. Daly, J. A. (1978). Writing apprehension and writing competence. *The Journal of Educational Research*, Vol. 72, No. 1 (Sep. - Oct., 1978), pp. 10-14
5. Tercan, G., & Dikilitaş, K. (2015). EFL students' speaking anxiety: A case from tertiary level students. *International Association of Research in Foreign Language Education and Applied Linguistics ELT Research Journal*, 4(1), 16-27



6. Horwitz E. K. Foreign and second language anxiety [Electronic resource] // Language Teaching. – 2010. – № 43/

References

1. Horwitz, E.K. (1986). Preliminary evidence for the reliability and validity of a Foreign Language Anxiety Scale. TESOL Quarterly, 20 (3),
2. Horwitz, E.K., Horwitz, M.B. & Cope, J. (1986). Foreign Language Classroom Anxiety. The Modern Language Journal, 70 (2), p. 125-132.
3. Zhai, L. L. (2015). Influence of Anxiety on English Listening Comprehension: An Investigation Based on the Freshmen of English Majors. Studies in Literature and Language, 11 (6), p. 40-47.
4. Daly, J. A. (1978). Writing apprehension and writing competence. The Journal of Educational Research, Vol. 72, No. 1 (Sep. - Oct., 1978), pp. 10-14
5. Tercan, G., & Dikilitaş, K. (2015). EFL students' speaking anxiety: A case from tertiary level students. International Association of Research in Foreign Language Education and Applied Linguistics ELT Research Journal, 4(1), 16-27
6. Horwitz E. K. Foreign and second language anxiety [Electronic resource] // Language Teaching. – 2010. – № 43/