

ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ НА УСПЕШНОСТЬ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ В СРЕДЕ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Ковалев Артем Иванович, МГУ имени М.В.Ломоносова, к.п.н., Стрельников Степан Владимирович, МГУ имени М.В.Ломоносова, Леднева Татьяна Сергеевна, МГУ имени М.В.Ломоносова, Шевченко Андрей Олегович, МГУ имени М.В.Ломоносова, Константинов Михаил Алексеевич, руководитель VR-Центра, Московский городской университет управления Правительства Москвы имени Ю.М.Лужкова (Москва, Россия)



LOMONOSOV MOSCOW STATE UNIVERSITY



Цель

Актуальность исследования формирования навыка публичных выступлений все больше интересует многих психологов, педагогов и политиков. В современном мире практически каждому человеку приходится выступать перед различными аудиториями со слушателями. Одним из факторов, влияющих на успешность этих выступлений, выступает уровень тревожности человека. Одним из способов преодоления тревожного состояния во время публичного выступления является использование технологий виртуальной реальности (VR), позволяющих эффективно моделировать ситуации различной деятельности человека. Данная работа посвящена исследованию взаимосвязи уровня тревожности с успешностью публичного выступления испытуемых в среде виртуальной реальности.



Рис.1 Симулятор публичных выступлений



Рис.2 Мы использовали шлемы Oculus Quest

Методы

В выборку вошло 7 человек от 17 до 19 лет, желающих повысить навык публичного выступления. Первоначально испытуемому предлагалось заполнить Шкалу оценки уровня реактивной и личностной тревожности Спилбергера (в адаптации Ханина) в электронном формате для определения уровня личностной и ситуативной тревожности. Затем в фоновом состоянии фиксировалась частота сердечных сокращений (ЧСС) при помощи приложения Stress Scan, после чего испытуемый выступал в среде виртуальной реальности перед аудиторией с заранее подготовленной презентацией (рис.1). После выступления повторно производился замер ЧСС и реактивной тревожности. Успешность выступления определялась как процент времени от всего выступления, уделяемый зрительному контакту с аудиторией, оцениваемый программно.

Результаты

В результате анализа результатов теста на личностную тревожность испытуемые были разделены на две группы: 1) с низким и средним уровнем тревожности; 2) с высоким уровнем тревожности. Сравнение успешности выступлений между группами показало наличие значимых различий ($p < 0,05$): в среднем, во время выступления, первая группа уделяла 32,5 процента времени на зрительный контакт с аудиторией, тогда как вторая группа уделяла на это 90,6 процента времени от общего времени выступления. В то же время, в среднем, значимых различий по ЧСС и по уровню ситуативной тревожности до и после выступления у испытуемых не выявлено..

Выводы

Результаты исследования показали, что участники эксперимента с низким и средним уровнем тревожности уделяют больше внимания своей презентации, чем виртуальной аудитории, в то время как испытуемые с высоким уровнем тревожности больше внимания уделяют контакту с залом. Что позволяет косвенно оценить успешность публичного выступления в среде виртуальной реальности и показывает эффективность систем виртуальной реальности в изучении особенностей реализации публичных выступлений.