

ПРОЯВЛЕНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научный руководитель: преподаватель Каминская Т.С.

Огромное значение в области современных психологических знаний имеет изучение проблемы школьной тревожности. Тревожность рассматривается как показатель «преневротического состояния», ее роль чрезвычайно высока и в нарушениях поведения. Значение профилактики тревожности, ее преодоления важно при подготовке детей и взрослых к трудным ситуациям (экзамены, соревнования и др.), при овладении новой деятельностью.

Школьная тревожность играет важную роль в личности каждого школьника. Некоторый уровень школьной тревожности в норме свойственен всем детям и является необходимым для оптимального приспособления человека к действительности. Однако, наличие тревожности как устойчивого образования – свидетельство нарушений в личностном развитии. Она мешает нормальной деятельности, полноценному общению. Термин «тревожность» используется для обозначения относительно устойчивых индивидуальных различий в склонности индивида испытывать это состояние. Эта особенность напрямую не проявляется в поведении, но ее уровень можно определить исходя из того, как часто и как интенсивно у человека наблюдаются состояния тревоги. Личность с выраженной тревожностью склонна воспринимать окружающий мир как заключающий в себе опасность и угрозу в значительно большей степени, чем личность с низким уровнем тревожности. Формирование школьной тревожности может быть вызвано спецификой организации учебно-воспитательного процесса, особенностями личности и стиля работы учителя, проблемами во взаимоотношениях с одноклассниками, особенностями детско-родительских отношений, уровнем успеваемости и психологическими особенностями учащихся. Развитие школьной тревожности как свойства личности сопровождается закреплением в поведении ученика специфических реакций, выполняющих защитную и компенсаторную функции (школьные страхи, односторонние увлечения и склонность к фантазированию и повторению «ритуальных» действий, словесная и невербальная агрессия в тревожных ситуациях) [2]. Она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе, в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную

неадекватность, неполноценность, не уверен в правильности своего поведения, своих решений [1]. В целом, школьная тревожность является результатом взаимодействия личности с ситуацией. В нашей работе *школьная тревожность* понимается как специфический вид тревожности, проявляющийся во взаимодействии ребенка с различными компонентами образовательной среды и закрепляющиеся в этом взаимодействии.

Нами было проведено исследование в гимназии № 20 г. Минска среди учащихся 8 «ИТ» класса. В исследовании принимало участие 22 ученика в возрасте 13-14 лет (14 девочек и 8 мальчиков). Для удобства обработки результатов каждый школьник получил свой номер и далее на протяжении всех этапов эксперимента фигурировал под ним. Для проведения исследования была использована достаточно валидная и надежная методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса, которая позволила нам выявить уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей среднего школьного возраста. Для рассмотрения уровня общей тревожности школьников была построена таблица 1, отражающая ее частоту встречаемости, и произведена количественная обработка при помощи χ^2 -критерия.

Таблица 1 – Распределение частоты встречаемости общего уровня тревожности у школьников среднего возраста

Уровень тревожности	Количество человек	Доля лиц, %
Нормальный	18	81,82
Повышенный	4	18,18
Высокий	0	0

Результаты обработки данных свидетельствуют о том, что распределение частоты встречаемости уровня общей тревожности у учащихся среднего школьного возраста достоверно отличается от равномерного ($\chi^2 = 24,364$ при $p < 0,01$). Это означает, что в данном классе уровень тревожности у большинства учащихся соответствует норме (81,82%), незначительный процент составляют учащиеся с повышенным уровнем тревожности (18,18%), а наличие учащихся с высоким уровнем общей тревожности не зафиксировано. Уровень школьной тревожности у большинства испытуемых соответствует норме, что свидетельствует о благоприятном эмоциональном и психическом фоне учащихся по отношению к учебе, школе, учителям и сверстникам. Они не испытывают особых затруднений в учебе, в установлении социальных контактов и в демонстрации своих возможностей. У небольшого числа учеников исследуемой группы наблюдается повышенный уровень школьной тревожности, что может проявляться в волнении, повышенном беспокойстве, ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Эти учащиеся могут чувствовать собственную неадекватность, неполноценность и неуверенность в правильности своего поведения, своих решений. Для преодоления тревожности у таких детей необходимо выработать

конструктивные способы поведения в трудных для ребенка ситуациях, помочь им овладеть приемами, позволяющими справиться с излишним волнением, тревогой, стремиться укрепить их уверенность в себе.

Далее было рассмотрено распределение уровня тревожности у школьников по шкалам (табл. 2), с целью наблюдения тенденции проявления тревожности в конкретной сфере учебной деятельности.

Таблица 2 – Распределение частоты встречаемости уровня тревожности у школьников среднего возраста по шкалам

Факторы	Частота встречаемости		
	Нормальный уровень тревожности	Повышенный уровень тревожности	Высокий уровень тревожности
1. Общая тревожность в школе	16	5	1
2. Переживание социального стресса	19	3	0
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	19	3	0
4. Страх самовыражения	20	2	0
5. Страх ситуации проверки знаний	16	1	5
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	14	8	0
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	20	1	1
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	20	2	0

Для выявления факторов, в области которых школьники проявляют наибольшую тревожность, мы произвели математический анализ данных с использованием χ^2 -критерия. Обработка результатов показала, что распределение уровня тревожности у школьников среднего возраста не отличается от равномерного распределения ($\chi^2_{\text{эм}} = 9,5$ при $p > 0,05$). Это означает, что в данном исследовании не выявлены конкретные факторы, вызывающие наибольшую тревожность у школьников.

Изучение тревожности на разных этапах детства важно как для раскрытия сути этого явления, так и для понимания возрастных закономерностей развития эмоциональной сферы человека, становления эмоционально-личностных образований.

ЛИТЕРАТУРА

1. Астапов, В.М. Тревожность у детей / В.М. Астапов. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 224 с.
2. Зиновьева, Э.В. Школьная тревожность и ее связь с когнитивными и личностными особенностями школьников / Э.В. Зиновьева. – Москва, 2005. – 23 с.