

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ

А.И. Шоломицкий, Д.Ю. Монич, 2 курс

*Научный руководитель – М.Л. Шульга, старший преподаватель
Полесский государственный университет*

В настоящее время практики (педагоги, психологи) демонстрирует возрастающий интерес к проблеме тревожности личности.

Тревожность – распространённый психологический феномен нашего времени. Она является частым симптомом неврозов и функционального психоза, а также входит в синдромологию других заболеваний или является пусковым механизмом расстройства эмоциональной сферы личности.

В целом, тревожность – это субъективное проявление неблагополучия личности, ее дезадаптации. Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грядущей опасности.

Особую обеспокоенность психологов в последние годы вызывает процесс формирования тревожных состояний в условиях школы. По данным Всемирной организации здравоохранения, школа сегодня признана общественно неблагоприятным фактором. Следствием такого неблагоприятного воздействия часто является нарушение психологического здоровья обучающихся.

Психологи отмечают возрастание числа тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.

Переживание неблагополучия в условиях школы обозначается по-разному: «школьный невроз», «школьная фобия», «дидактогения», «дидактогенные неврозы». Каждое из определений указывает на отдельные состояния школьников, характеризующиеся комплексом переживаний, ведущих к эмоциональной неустойчивости, лабильности и дезадаптации.[3]

Проблема школьной тревожности представляла интерес и нашла свое отражение в научных работах следующих исследователей: А.М. Прихожан, А.В. Петровский, Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт.

Целью работы является исследование школьной тревожности в условия образовательного процесса.

Объект исследования – проявление школьной тревожности в процессе обучения детей среднего и старшего школьного возраста.

Предмет исследования – причины возникновения школьной тревожности у детей среднего и старшего школьного возраста.

В психологии под тревожностью понимается устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении длительного времени, переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грозящей опасности. Чувство тревоги может возникать в конкретных ситуациях («частная» тревожность), но может и являться некоторым фоном жизни ребенка («общая» тревожность).[5]

Психологи выделяют несколько типов тревожности:

Тревожность как качество личности присуща ребенку–астенику, который склонен воспринимать жизнь скорее пессимистично. Чаще всего такой подход к жизни перенимается ребенком от близких.

Тревожность возрастная. С этой тревожностью чаще всего сталкиваешься у первоклассников. Новая незнакомая обстановка пугает ребенка, он чувствует себя неуверенно, и поэтому испытывает тревогу. Ребенок может плакать из-за незначительных затруднений.

Тревожность ситуативная. Эмоциональный дискомфорт связан с какой-то конкретной ситуацией. Например, у ребенка может возникнуть страх перед новыми людьми, боязнь публичных выступлений.

Школьная тревожность является разновидностью ситуативной. Ребенка волнует и беспокоит все, что связано со школой. Эта тревожность часто проявляется у детей, к которым предъявляются завышенные требования и кого постоянно сравнивают с более успешными братьями и сестрами.[1]

Причины школьной тревожности:

1. Ребенок не готов к школьному обучению эмоционально.
2. Ребенок не готов к школе интеллектуально.
3. Ребенок по характеру всегда был очень ранимым, впечатлительным и застенчивым.
4. Ребенок часто переходит из школы в школу, из класса в класс, часто меняются учителя и т.д.
5. Любой стресс, даже не связанный со школой, может сильно отразиться на учебе и восприятии школы.[4]

Мы провели исследование ситуативной и личностной тревожности у школьников в ГУО СШ №27 г. Бреста используя опросник Спилбергера (тест «Исследование тревожности»).

В опросе участвовало 58 человек: учащиеся 5-х, 9-х, 11-х классов.

Были получены следующие результаты: 5 класс – ситуативная тревожность: низкая – 8% школьников, умеренная – 71%, высокая – 21% учащихся, показатели личностной тревожности: низкая – 4% учащихся, умеренная – 46%, высокую тревожность продемонстрировали – 50% школьников; 9 класс – ситуативная тревожность: низкая – у 6% школьников, умеренная – у 81% учащихся, высокую тревожность показали 13% старшеклассников, личностная тревожность: низкая – 6%, умеренная – 69%, высокая – 25%; 11 класс – ситуативная тревожность: низкая – у 21% старшеклассников, умеренная – 53% школьников, высокая тревожность отмечается у 26% школьников, личностная тревожность: низкая – 5%, умеренная – 37%, высокая – 58%.

Таким образом, полученные результаты, позволяют предположить следующее: высокий уровень личностной тревожности (50%) в 5-х классах можно объяснить переходом школьников из начальной школы в среднюю, что связано с изменением требований (разные учителя), возрастание учебной нагрузки, появление новых учебных предметов.

Высокий уровень личностной тревожности (25%) у учащихся 9-х классов, можно объяснить окончанием базовой школы и выбором дальнейшего обучения (продолжить учебу в школе или поступать в средне-специальные учебные заведения для получения профессии).

Высокий уровень ситуативной (26%) и личностной тревожности (58%) объясняется подготовкой к выпускным экзаменам и поступлению в вузы и колледжи, выбором будущей профессии.

Можно отметить, что в настоящее время исследование проблемы высокой тревожности у детей не носит комплексного характера и, как правило, опирается на субъективные методы диагностики и интерпретации данных. В современной научной литературе фактически отсутствуют работы, посвященные анализу физиологических и психофизиологических изменений в организме при высоком уровне тревожности у детей. Вместе с тем, исследования подобного рода на сегодняшний день приобретают особую актуальность. Необходимость в совершенствовании подходов к интерпретации детской тревожности обусловлена важностью выявления характера ее воздействия на детский организм и своевременного предупреждения возможных негативных последствий такого воздействия.

При возникновении у ребенка сильной школьной тревожности лучше всего обратиться к специалисту, чтобы как следует разобраться во всех ее причинах и запланировать адресную помощь, направленную на преодоление конкретных проблем. Однако и родители сами могут помочь ребенку преодолеть возникшие трудности:

1. Очень серьезно относится к вопросу поступления ребенка в школу, особенно если отдавать его в школу раньше 7 лет. Нагрузка должна быть адекватна реальным возможностям ребенка!

2. Если тревожность, боязливость, застенчивость – это черта характера, нужно создавать положительный образ школы, можно как в доверительных беседах, так и в совместном рисовании или игре в куклы.

3. Не менее серьезно следует отнестись к вопросу смены школы. Ребенка к такой перемене следует готовить заранее, опять-таки создавая позитивный образ предстоящего события, раскрывая

для ребенка все его преимущества и обсуждая как справиться с недостатками, если ребенок говорит о них.[2]

Список использованных источников

1. Андреева, И.Н. Ситуативная и личностная тревожность подростка // Психология и дети: рефлексия по поводу защиты прав ребёнка: Материалы Международной научно–практической конференции, 24–25 марта, 1999 г., Минск, 1999.
2. Захаров, А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А.И. Захаров. – СПб.: Гиппократ, 1995.
3. Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. – М.: 1997.
4. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А.М. Прихожан. – М. :МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
5. Савина, Е. Тревожные дети / Е.Т. Савина. – Дошк.восп. – 1996, № 4.