

## Исследование тревожности в младшем школьном возрасте

*Шкляр Наталья Валерьевна*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*кандидат психологических наук, доцент*

*Бойко Елена Николаевна*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*студент*

### Аннотация

В статье рассматриваются причины, факторы возникновения тревожности у младших школьников. Представлены результаты экспериментального исследования по изучению личностной тревожности у детей младшего школьного возраста.

**Ключевые слова:** диагностика, тревожность, младшие школьники, развитие.

### Study of anxiety in primary school age

*Shklyar Natalia*

*Sholom Aleichem Priamursky State University*

*candidate of psychological Sciences, associate Professor*

*Boyko Elena*

*Sholom Aleichem Priamursky State University*

*student*

### Abstract

The article deals with the causes, factors of anxiety in primary school children. The results of an experimental study of personal anxiety in children of primary school age are presented.

**Keyword:** diagnosis, anxiety, younger students, development.

Актуальность выбранной темы исследования обусловлена увеличением тревожности у детей младшего школьного возраста, характеризующихся беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей обучающихся. Усиление тревожности происходит по механизму «замкнутого психологического круга», ведущего к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, который, порождая в свою очередь негативные прогностические оценки и определяя во многом модальность актуальных переживаний, способствует сохранению тревожности.

С.В. Крюкова утверждает, что причинами школьной тревожности является образовательная организация, которая играет важную роль в становлении личности ребёнка. Все они переживают важное событие в своей жизни - поступление в школу. Именно здесь ребёнок в полной мере начинает познавать социально-общественную жизнь [3].

Исследования А.Л. Венгер, А.К. Дусавицкого, Б.И. Кочубей, Е.В.Новикова, О.А. Слепичева, Е.Р. Хабирова выделяют некоторые факторы, которые способствуют формированию и закреплению тревожности: учебные перегрузки; школьник не способен справиться с образовательной программой; родители предъявляют неадекватные требования своим детям, которые они не могут выполнить; неблагополучные отношения с коллективом или неблагоприятные отношения со сверстниками. Учебные перегрузки обусловлены разнообразными сторонами современной системы организации образовательного процесса [2].

В своих исследованиях О.А. Слепичева отмечает что, наиболее высокий уровень школьной тревожности демонстрируют младшие школьники, педагоги которых в профессиональной деятельности используют «рассуждающее - методический» стиль педагогической деятельности. Такой стиль подразумевает высокую требовательность учителя к «слабым» и «сильным» ученикам, нетерпимость к нарушениям дисциплины, склонность переходить от обсуждения конкретных ошибок к оценкам личности учащихся при высокой методической грамотности. Соответственно ученики не стремятся выходить к доске, боятся ошибиться при устном ответе и т.д. [5].

По мнению Н.В. Шкляр проверка качества знаний обучающихся относится к самым дискомфортным ситуациям, которые вызывают сильные эмоциональные переживания у младших школьников, что связано с социальным статусом их личности. Каждый школьник стремится завоевать уважение своих одноклассников, быть с ними наравне, не огорчать родителей и учителей, получить отличную оценку и оправдать затраченные на подготовку к уроку силы. Тревожность зачастую сопровождается поиском социально одобрения [6].

Как считает А.К. Дусавицкий, сильным стрессовым фактором тревожности является смена школьного коллектива. Автор указывает, что школьнику придётся устанавливать новые взаимоотношения с одноклассниками и неизвестно, каким будет результат, так как недостаточно усилий одного человека. Для установления прочных взаимосвязей нужна отдача со стороны других людей. Соответственно, данный фактор формирует тревожность, которая связана с межличностными отношениями [1].

К основным факторам возникновения тревожности относятся:

- факторы семейного воспитания («мать – ребенок») обычно являются центральной, причиной тревожности. Это влияет на возникновение эмоциональных нарушений и неврозов. Поведение тревожных детей в семье проявляется значительно менее уверенно, нежели чем у эмоционально благополучных сверстников.

- школьная успешность. У тревожных детей чаще всего наблюдается не удовлетворенность своей успеваемостью; это не зависит от оценок. Обычно свои отметки они связывают с самыми разными причинами: от «несправедливости» учителя до «случайности» хорошей оценки. Эти дети берут во внимание отношение родителей к этой оценке и одновременно осмысливают ее через призму отношения к себе учителя. Эти две причины ярко проявляются у младших школьников.

- взаимоотношения с учителями. Одной из основных причин тревожности обычно являются неблагоприятные отношения, конфликты, грубость и нетактичное поведение учителей по отношению к детям. При этом непрофессиональное поведение педагога влияет на общий уровень тревожности всего класса, существенно повышая его. Особенно это свойственно детям 1-го и 2-го классов.

- взаимоотношения со сверстниками. Дети с тревожностью занимают самое разное положение среди сверстников: от крайне неблагоприятного – «отверженного» до очень хорошего – «социометрической звезды». Кроме этого, тревожные школьники значительно чаще, чем их эмоционально благополучные сверстники, оценивают группу сверстников как ненадежную, доминантную, отвергающую. Поэтому эти дети переживают состояние незащитности, зависимости, что вытекает из создавшихся характеристик такого общения.

- внутренний конфликт возникает от уровня самооценки, которая формируется уже к 4-му классу. В связи с этим, отношение ребенка к себе бывает самым разным. Это зависит от отношений в системе взаимодействия «ребенок-ребенок», а также устойчивая связь тревожности и конфликтности самооценки может возникать в системе взаимодействия «ребенок-взрослый».

- эмоциональный опыт. Обычно лучше запоминаются преимущественно негативные события, в результате чего происходит накопление отрицательного эмоционального опыта, который постоянно увеличивается по закону психологического круга и находит свое выражение в относительно устойчивом переживании тревожности.

Причинами возникновения тревожности могут быть те, что нарушает у них взаимоотношения с окружающими людьми: чувство неуверенности в себе по отношению к окружающей среде, внутренний конфликт, страх школы, семейный конфликт, авторитарное воспитание, неблагоприятные отношения ребенка с родителями, семейные конфликты и т.д. [4].

Следовательно, целью нашего экспериментального исследования явилось изучение уровня тревожности и причин их возникновения у младших школьников.

Исследование проходило на базе Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 10» г. Биробиджан. В исследование приняли участие 30 учеников (15 девочек и 15 мальчиков) 4 «А» класса, в возрасте 9 – 11 лет.

Для изучения уровня тревожности и причин их возникновения была проведена методика «Шкала личностной тревожности» (автор А.М. Прихожан).

Испытуемым предлагалось внимательно прочесть каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4 – в зависимости от того, насколько эта ситуация для них неприятна, насколько она может вызвать у школьников беспокойство, опасения или страх.

Если ситуация не кажется для испытуемых неприятной, должны были выбрать цифру 0. Если она немного тревожит, беспокоит - цифру 1. Если беспокойство и страх, достаточно сильные и испытуемым хотелось бы не попадать в такую ситуацию, необходимо было выбрать цифру 2. Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх - цифру 3. При очень сильном беспокойстве, страхе - цифру 4.

Результаты методики «Шкала личностной тревожности» показали, что у 5 учащихся из 30 испытуемых, что составило 17% от общего количества, наблюдается высокий уровень тревожности.

Так, например, при решении ситуаций (1. Отвечать у доски. 5. Разговаривать с директором школы. 7. Учитель смотрит по журналу, кого спросить. 11. Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету. 12. После контрольной, теста – учитель называет отметки. 16. Ждешь родителей с родительского собрания. 19. Не понимать объяснений учителя. 28. На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос. 30. Не можешь справиться с домашним заданием. 34. Разговаривать со школьным психологом) испытуемые продемонстрировали следующие варианты ответов.

Так, например Дима С. при решении ситуаций (1, 5, 7, 11, 12, 19, 28, 30, 34) продемонстрировал очень сильное беспокойство и страх. Ситуация (16) для испытуемого не оказалась неприятной.

Арина Б. при решении ситуаций (5, 11, 12, 16, 19, 28, 30) показала очень сильное беспокойство и страх. Такие ситуации как, 1 (Отвечать у доски) и 7 (Учитель смотрит по журналу, кого спросить) немного беспокоят и тревожат испытуемого. Ситуация 34 (Разговаривать со школьным психологом) для испытуемого оказалась очень неприятная и с ней связано сильное беспокойство.

Несколько повышенный уровень тревожности у 10 учащихся из 30 испытуемых, что составило 33% от общего количества.

Райхана Г. при решении ситуаций 16 (Ждешь родителей с родительского собрания), 30 (Не можешь справиться с домашним заданием) испытывает очень сильное беспокойство и страх. Сильное беспокойство связано с ситуацией 5 (Разговаривать с директором школы) так же испытуемому она неприятна. В таких ситуациях как (1, 7, 11, 12, 28, 34) испытуемому не хотелось быть, они его беспокоят. Ситуация 19 (Не понимать объяснений учителя) не кажется неприятной.

Кирилл Б. в ситуациях (1, 7, 11, 12, 16, 19, 34) испытывает очень сильное беспокойство и страх. Ситуация 30 (Не можешь справиться с домашним заданием) в которой испытуемому не хотелось бы быть, она беспокоит. Ситуация 5 (Разговаривать с директором школы) немного беспокоит и тревожит. Ситуация 28 (На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос) испытуемому не кажется не приятной.

Нормальный уровень тревожности наблюдается у 10 учащихся из 30 испытуемых, что составило 33% от общего количества.

Так, например Злата К. в ситуациях (5, 12, 30) испытывает очень сильное беспокойство и страх. Сильное беспокойство связано с ситуацией 7 (Учитель смотрит по журналу, кого спросить) так же она очень неприятна. Ситуация 11 (Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету.) в которой испытуемому не хотелось быть, беспокоит. Такие ситуации как (1, 16, 19, 28, 34) не кажутся неприятными.

Вероника П. в ситуациях (7, 12, 30) испытывает очень сильное беспокойство и страх. В пункте 34 (Разговаривать со школьным психологом) ситуация очень неприятна, с ней связано сильное беспокойство. Такие ситуации как (11, 19, 28) немного беспокоят и тревожат. Испытуемому ситуации (1, 5, 16) не кажутся не приятными.

Низкий уровень тревожности у 4 учащихся из 30 испытуемых, что составило 14% от общего количества.

При выполнении ситуаций Ваня Р. (16, 19, 30) испытывает беспокойство и ему не хотелось быть в них. Так же ситуация 7(Учитель смотрит по журналу, кого спросить) немного беспокоит и тревожит. Не кажутся не приятными такие ситуации как (1, 5, 11, 12, 28, 34).

Для Дарины Б. ситуация 11(Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету) оказалась очень не приятной с ней связано сильное беспокойство. Такие ситуации как (7, 28, 30) испытуемого немного беспокоят и тревожат. Не кажутся не приятными такие ситуации как (1, 5, 12, 16, 19, 34).

И 1 ребенок из 30 испытуемых, что составило 3% от общего количества, не присутствовал на тестирование.

Результаты экспериментального исследования показали, что у большинства школьников наблюдается высокий и повышенный уровень тревожности, который оказывает негативное влияние на качество образовательного процесса младшего школьного возраста, в то время как нормальный уровень тревожности выступает как позитивный фактор учебной деятельности младших школьников, что свидетельствует о необходимости проведения целенаправленной и систематической работы по коррекции тревожности в младшем школьном возрасте.

### **Библиографический список**

1. Дусавицкий А.К. Развитие личности в учебной деятельности. М.: Дом педагогики, 1996. 208 с.

2. Кочубей Б.И., Новикова Е.В. Лики и маски тревоги // Воспитание школьника. М., 1990. №6 С. 34-41.
3. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. М., 2005. 208 с.
4. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие. СПб: «Речь», 2004. 246 с.
5. Слепичева О.А. Индивидуальный стиль деятельности учителя и его влияние на уровень тревожности младших школьников. М., 2003. 173с.
6. Шкляр Н.В. Особенности эмоционального развития младших школьников. В сборнике: Гносеологические основы образования. Международный сборник научных трудов, посвященный профессору С.П. Баранову. Елецк, 2015. С. 293-297.