

Особенности проявления тревожности и причины их возникновения 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 основные формы, варианты проявления тревожности у младших школьников и причины их возникновения. Приведены результаты экспериментального исследования уровня тревожности у младших школьников в возрасте 9-11 лет с помощью проективной методики «Дом-дерево-человек».

Ключевые слова: тревожность, младшие школьники, причины, диагностика, проективные методы.

Features of the manifestation of anxiety and the causes of their occurrence 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 main forms, variants of manifestation of anxiety in primary school children and the causes of their occurrence. The results of an experimental study of the level of anxiety in primary school children in the return of 9-11 years using a projective technique "House-tree-man" are presented.

Keywords: anxiety, primary school children, causes, diagnostics, projective methods.

Тревожность является основной из причин целого ряда психологических проблем, в том числе многих нарушений развития у младших школьников. Повышенный уровень тревожности рассматривается

как показатель «преневротического состояния» и приводит к нарушениям в эмоциональной сфере личности, в поведении.

Тревожность у младших школьников проявляется на психологическом и физиологическом уровне. На психологическом уровне она ощущается как напряжение, озабоченность, беспокойство, нервозность и переживается в виде чувств неопределённости, беспомощности, бессилия, незащищённости, одиночества, грозящей неудачи, невозможности принять решение и др.

В своих исследованиях А.М. Прихожан утверждает, что на физиологическом уровне реакции тревожности проявляются в усилении сердцебиения, учащении дыхания, увеличении минутного объёма циркуляции крови, возрастании общей возбудимости, снижении порогов чувствительности, нарушением сна, появлением головных и желудочных болей, нервных расстройств и т.д. [3].

В отечественной психологии выделяют две основные формы тревожности: открытую (сознательно переживаемую и проявляемую в поведении и деятельности в виде состояния тревоги) и скрытую (не осознаваемую, проявляющуюся либо в чрезмерном спокойствии или косвенно через специфические способы поведения).

Выделяют три варианта открытой тревожности: острую, нерегулируемую тревожность, регулируемую и компенсируемую тревожность, культивируемую тревожность.

Острая, нерегулируемая тревожность внешне проявляется как симптом тревоги, с которым школьник самостоятельно справиться, не может.

Основными поведенческими симптомами при острой тревожности являются следующие: напряжённость, скованность или повышенная суетливость, сбивчивая речь, плаксивость, постоянные исправления в тексте, извинения и оправдывания, бессмысленные навязчивые движения (школьник постоянно крутит что-то в руках, теребит волосы, грызёт ручку, ногти и т.д.).

Скрытая тревожность проявляется в том, что учащийся пытается скрыть своё эмоциональное состояние, как от окружающих, так и от самого себя, в результате нарушается восприятие, как реальных угроз, так и собственных переживаний. Данная форма тревожности ещё имеет название «неадекватное спокойствие». У таких школьников нет внешних признаков тревожности, наоборот, у них наблюдается повышенное, чрезмерное спокойствие.

Как считает Т.В. Костяк, ещё одним проявлением скрытой тревожности является «уход от ситуации», но данный вид тревожности встречается достаточно редко [2].

В младшем школьном возрасте, фантазируя, учащиеся мысленно перемещаются из действительности в реальный мир, не разочаровываясь в реальности. Если школьник пытается заменить реальность мечтой, значит в его жизни не всё благополучно. Тревожных обучающихся достаточно сложно отвлечь от фантазирования, вернуть к действительности.

В своих исследованиях Б. Кочубей, Е. Новикова отмечают что, у физически ослабленных, часто болеющих школьников тревожность может

проявляться в виде «ухода» в болезнь, который связан с тревогой. Часто повторяющиеся тревожные переживания в данном случае приводят к реальному ухудшению здоровья [1].

Тревожный ребёнок склонен к сверх обобщениям и преувеличениям. Так, например «Меня никто никогда не полюбит»; «Если мама узнает, она меня убьёт».

По мнению А.М. Прихожан, у тревожных школьников формируется неадекватная самооценка. Заниженная самооценка предрасполагает к негативной аффективности, т.е. склонности к отрицательным эмоциям. Школьник сосредоточен на негативных моментах, игнорирует позитивные моменты происходящих событий. Такой ребёнок запоминает в основном отрицательный эмоциональный опыт, что приводит к увеличению уровня тревожности [3].

Проведенный данный факт подчеркивает необходимость экспериментально – практической работы по изучению уровня тревожности и причин их возникновения у младших школьников [4].

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 «Дом - Дерево - Человек» Дж. Бука

Испытуемым предлагалось нарисовать как можно лучше дом, дерево и человека в перечисленном порядке.

Для анализа рисунков использовались аспекты оценки: детали рисунков, их пропорции и перспектива. Считается, что детали рисунка представляют осознание и заинтересованность человека в каждодневной ситуации. Интерпретация таких значимых деталей или комплексов деталей может выявить некоторые конфликты, страхи, переживания рисующего.

Для количественной оценки теста «Дом-Дерево-Человек» общепринятые качественные показатели были сгруппированы в симптомокомпоненты. Каждый симптомокомплекс включает ряд показателей, которые оценивались в баллах. Если показатель отсутствует, ставится 0 баллов во всех случаях. При наличии большинства признаков ставится 1, 2 или 3 балла в зависимости от значимости данного признака в интерпретации.

Результаты проективной методики «Дом-дерево-человек» показали, что высокий уровень тревожности наблюдается у 14 детей из 30 испытуемых, что составило 47% от общего числа испытуемых.

При выполнении задания Данила К. (рис. 1.) изобразил: дом вблизи (большой, сбоку слева); маленькую дверь относительно всему дому; большую голову у человека; толстую короткую шею; заштрихованные волосы; крона дерева округлой формы и толстый ствол. Так же наблюдались многочисленные исправления, стирания, штриховки, линий с сильным нажимом, что говорит о чувстве отверженности, погруженности в себя,

наличии страхов, трудностей в раскрытие перед другими, грубости, зависимости от фантазий.

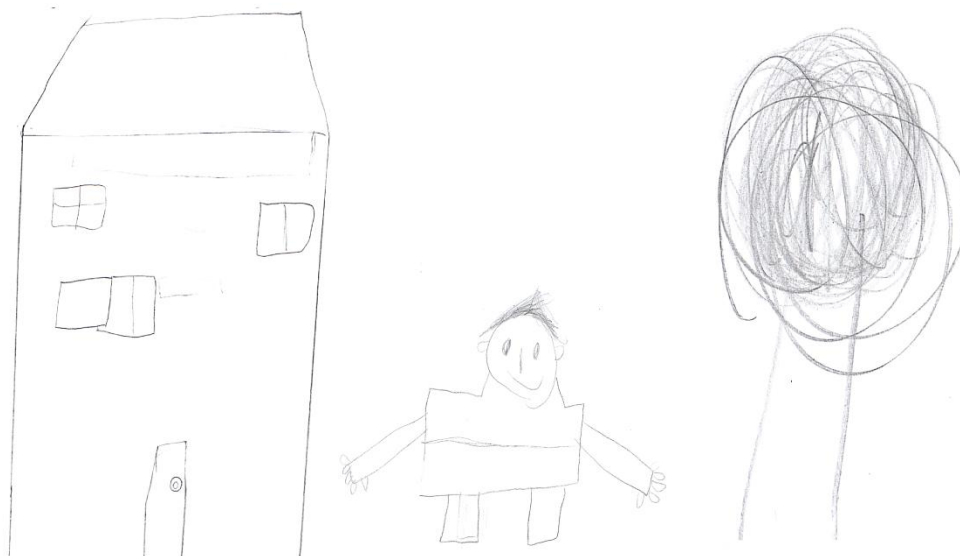


Рис.1. Методика «Дом-дерево-человек»

У Артема К. (рис.2.) такие элементы как: расположение дома вблизи (большой, сбоку слева); отсутствие дверей; большое количество ступеней, идущих к глухой стене; подчеркивание линии основания дома; маленькая голова у человека; отсутствие ушей; длинная толстая шея; крона дерева круглой формы и толстый ствол. Так же наблюдались исправления, линии с сильным нажимом, и наличие штриховки, что говорит о чувстве отверженности, замкнутости, робости, погруженности в себя, астении, эмоциональности, агрессии и наличии секретов.



Рис.2. Методика «Дом-дерево-человек»

Повышенный уровень тревожности наблюдается у 2 детей из 30 испытуемых, что составило 6% от общего количества испытуемых.

Артем Т. (рис.3.) при рисовании «Дом-Дерево-Человек» расположил дом вблизи (среднего размера, сбоку слева); ступеньки, идущие в глухую

стену; отсутствие дверей; маленькую голову у человека; отсутствие ушей; заштрихованные волосы; ноги человека широко расставлены; у дерева ветви направлены вверх; подчеркнута линия основания у всех объектов. Так же наблюдались многочисленные исправления, стирания, линии штриховки с сильным нажимом, что говорит о чувстве отверженности, замкнутости, трудности в раскрытие перед другими, застенчивости, поиске самоутверждения, робости, астении, эмоциональности и погруженности в себя.



Рис.3. Методика «Дом-дерево-человек»

При выполнении задания Алиса М.(рис.4.) изобразила такие элементы как: расположение дома вблизи (сбоку слева); отсутствие дверей и окон; из трубы дым идет тонкой струей; у человека нечетко прорисована голова; отсутствие ушей; волосы заштрихованы; руки очень короткие по отношению к телу; у дерева ветки расположены вверх (тонкие, не четкие); толстый ствол прорисован одной линией. Так же наблюдались линии штриховки с сильным нажимом, исправления, что говорит о чувстве отверженности, испытывание трудностей с раскрытие перед другими, замкнутости, застенчивости, тревожности, астении, поиске самоутверждения, грубости и отсутствие стремления.



Рис.4. Методика «Дом-дерево-человек»

Нормальный уровень тревожности наблюдается у 14 детей из 30 испытуемых, что составило 47% от общего числа испытуемых.

В результатах Алисы Н. (рис.5.) видно: расположение дома вблизи (слева сбоку); подчеркнутая линия основания у всех объектов; маленькая голова у человека; отсутствие ушей; ноги широко расставлены; крона дерева круглой формы; ветви в разные стороны и толстый ствол. Так же наблюдались незначительные линии с сильным нажимом, что говорит о чувстве отверженности, застенчивости, зависимости от фантазий, астении, суетливости, эмоциональности, наличии секретов и откровенности.



Рис.5. Методика «Дом-дерево-человек»

Лаза К. (рис.6.) в своих рисунках изобразила: дом вблизи (в центре листа); дверь расположена по центру; большая голова у человека; отсутствие ушей; ноги широко расставлены; ветви направлены вверх и в разные стороны; ствол обозначен одной линией, так же имеется линия основания у всех объектов. Так же наблюдались незначительные линии с сильным нажимом, что говорит о чувстве отверженности, зависимости от фантазий и окружающих, астении, суетливости, застенчивости.



Рис.6. Методика «Дом-дерево-человек»

Результаты экспериментального исследования тревожности и причин их возникновения 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. Кочубей Б., Новикова Е. Лики и маски тревоги. // Воспитание школьника. 1990. № 6. С. 34-41.
2. Костяк Т.В. Тревожный ребёнок: младший школьный возраст. М.: Издательский центр «Академия», 2008.-96 с.
3. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: МПСИ; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. 304 С.
4. Шкляр Н.В., Бойко Е.Н. Исследование тревожности в младшем школьном возрасте // Постулат. 2019. №1