

Особенности возникновения школьной тревожности у младших школьников

Симдянкина Елена Константиновна

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема
студент*

Аннотация

В статье рассмотрены причины и особенности страхов у детей младшего школьного возраста, проведено исследование уровня тревожности школьников и представлены возможности профилактики возникновения тревожности у школьников

Ключевые слова: младший школьный возраст, детская тревожность, школьные страхи.

Features of the occurrence of school anxiety in primary school students

Simdyankina Elena Konstantinovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University
student*

Abstract

The article discusses the causes and characteristics of fears in primary school children, a study of the level of anxiety of schoolchildren, and presents the possibility of preventing the occurrence of anxiety in schoolchildren

Keywords: primary school age, children's anxiety, school fears.

В настоящее время ребенок подвержен влиянию многих неблагоприятных факторов, приводящих к задержке развития потенциальных возможностей личности. Многие ученые замечают повышение роста количества детей с различными страхами, ведущими к повышенной возбудимости и тревожности.

Важное условие нормального развития ребенка – чувство безопасности, защищенности и покоя. Благоприятный психический климат развития уже в раннем возрасте формирует базу доверия к миру: ребенок чувствует себя в безопасности, свою значимость и ценность по отношению к окружающим его людям. Полное принятие ребенка – это важное условие становления у него хорошей самооценки и доброжелательных отношений с окружающими. Тем не менее, в семье, затем в дошкольных учреждениях и в школах дети порой воспитываются в атмосфере недоверия, неприятия и запугивания, что способствует формированию у них чувства неполноценности по сравнению с окружающими. И как следствие – плохая успеваемость на протяжении всего обучения в школе и тяжелая адаптация к социуму.

Переходя из детского сада в общеобразовательную школу, ребенок попадает в экстремальные условия, приводящие к детской тревожности и в большинстве случаев к своеобразным страхам. В данный период немаловажно оказать помощь ребенку в разрешении и преодолении этих трудностей. Потому актуальная задача практической психологии и педагогики – поиск более действенных путей обнаружения и преодоления психического неблагополучия ребёнка [7].

Изучением детской тревожности и страхов занимались такие ученые, как: Л.И. Божович, Н.Г. Вологодина, В.И. Гарбузов, В.В. Давыдов, А.И. Захаров, К. Изард, А.В. Петровский, А.М. Прихожан, Г. С. Салливан, З. Фрейд, С. Холл и др. [1, 2, 3, 5, 7].

Целью исследования является изучение особенностей и причин возникновения страхов детей младшего школьного возраста.

Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся сигналом опасности. Угроза, так же как и потенциальный ущерб, может быть как физической, так и психологической.

Так, например, А.И. Захаровым страхи разделены на подгруппы:

1. Медицинские – боязнь болезней, врачей, боли, уколов, крови;
2. Физические – страхи неожиданных звуков, нападения, транспорта, огня, пожара, стихии, войны;
3. Страх смерти, как своей, так и своих близких;
4. Боязнь животных и сказочных персонажей;
5. Страхи перед сном, боязнь кошмарных снов, темноты;
6. Социально опосредованные страхи людей, родителей и их наказания, одиночества, боязнь опоздания;
7. Пространственные страхи: «страх высоты, воды, глубины, открытого и замкнутого пространства» [2].

Как указывает Дж. Боулби, «причиной страха может быть либо присутствие чего-то угрожающего, либо отсутствие чего-то, что обеспечивает безопасность (таким объектом является, например, для ребёнка мать)» [4].

Было проведено экспериментальное исследование, в котором приняли участие 20 учащихся первого класса.

Для исследования страхов и уровня тревожности младших школьников по отношению к ряду типичных для них жизненных ситуаций общения с другими людьми использовался «Тест тревожности» Р. Теммла, М. Дорки, В. Амен, позволяющий исследовать и оценить уровень тревожности детей младшего школьного возраста в типичных для них жизненных ситуациях, в которых определенные качества личности проявляются в наибольшей степени. При этом сама тревожность представлена как черта личности, функцией которой является обеспечение безопасности человека на психологическом уровне, имеющая отрицательные последствия и заключается в торможении активности учащегося, которая направлена на достижение успехов.

Высокой тревожности соответствует высокоразвитая потребность избегания неудач, препятствующая достижению успехов.

Психодиагностический изобразительный материал в данной методике показан серией рисунков (14 шт.) размером 8,5 x 11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторый сюжет из жизни младшего школьника и осуществлен в двух вариантах: для девочек – на рисунке изображена девочка и для мальчиков – мальчик. К каждому рисунку прилагаются два дополнительных – рисунки детского лица, на одном из которых показано веселое лицо ребёнка, на другом печальное.

Рисунки предъявляются школьнику в строго перечисленном порядке. После предъявления рисунка задается вопрос: «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное?». Испытуемый выбирает грустное или веселое лицо для главного персонажа картинке, исходя из собственного самочувствия в подобных ситуациях. Не следует спрашивать у испытуемого ребенка, как он понимает то, что изображено, так как речевое изложение увиденного, даже при правильном восприятии, может вызвать у учащегося затруднения. Не надо рассказывать учащемуся о том, что происходит на картинке. Необходимо чтобы ребенок ориентировался на собственное восприятие и понимание изображенной ситуации.

Выбор учащегося соответствующего лица фиксируется в протоколе.

Протоколы подвергались количественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности испытуемого, который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков.

Анализ результатов исследования уровня тревожности младших школьников показал следующее:

- учащиеся с высоким уровнем тревожности (30 %) во время тестирования проявляли беспокойство, нервозность. Их интересовало, что записывает экспериментатор, не узнают ли о его результатах родители или учителя, как отвечают одноклассники и правильно ли отвечают они сами. Наблюдались повышенная двигательная активность: качал ногой, грыз ногти, наматывала волосы на палец, покусывали нижнюю губу.

- учащиеся со средним уровнем тревожности (45 %) в процессе тестирования либо вообще не проявляли признаков, свойственных высоко тревожным школьникам, либо проявляли некоторые из них в слабой степени. У некоторых проявлялись физиологические признаки повышенной тревожности - учащалось дыхание, потели ладони, появлялись покраснения кожных покровов в области лица или шеи.

- учащиеся с низким уровнем тревожности (25 %) во время тестирования не проявляли беспокойства, делали свой выбор уверенно и быстро, часто с комментариями. Не проявлялось и внешних признаков волнения или неудобства.

Для выявления причин тревожности школьников использовался «Тест школьной тревожности» Филлипса.

Учащимся зачитывался тест, состоящий из 58 вопросов. Требовалось однозначно ответить «Да» или «Нет» на каждый вопрос.

Инструкция к исследованию: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. На листе для ответов вверху запишите свое имя, фамилию и класс. Отвечая на вопрос, записывайте в клеточке с номером вопроса ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Интерпретация результатов:

При обработке результатов выделялись вопросы, ответы на которые не совпадали с ключом к тесту. Например, если на 58-й вопрос учащийся ответил «Да», а в ключе к тесту этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Следовательно, ответы, не совпадающие с ключом являются проявления тревожности.

При обработке подсчитывалось общее число несовпадений с ключом по всему тесту. Если число не совпадений больше 50 %, это говорит о повышенной тревожности школьника, если больше 75 % от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

Подсчитывается число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделенных в тесте. Уровень тревожности определяется так же, как и в первом случае. Далее анализируется общее эмоциональное внутреннее состояние школьника, которое определяется наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

В результате экспериментального исследования страхов детей младшего школьного возраста и причин их возникновения был сделан вывод, что уровень тревожности младших школьников средний.

Причиной возникновения тревожности младших школьников являются нарушения в системе взаимодействия друг с другом. Дети испытывают страх не соответствовать ожиданиям окружающих и страх самовыражения. Учащиеся только поступили на обучение в школу, детский коллектив еще не сформировался, новое окружение взрослых (учителей), все это способствует повышению тревожности младших школьников.

Повышенный уровень тревожности отрицательно влияет на развитие личности учащихся и на результативность обучения. Необходимо производить профилактику уровня тревожности младших школьников с самого начала их обучения, чтобы не вызывать неприятных последствий.

Для профилактики возникновения тревожности учащихся возможно проведение с ними всевозможных игр на переменах, для того, чтобы дети чувствовали доброжелательную школьную обстановку. Это могут быть ситуационно-ролевые, развивающие и деловые игры, упражнения с игровыми элементами, которые могут соответствовать темам занятий; психотерапевтические приемы (вербализация, «вентиляция чувств», визуализация, обратная связь, арт-терапевтические, психодраматические и

сказкотерапевтические техники). Положительно сказывается на учащих групповое обсуждение результатов, необходимых для последующей работы.

Таким образом, в результате экспериментального исследования страхов детей младшего школьного возраста и причин их возникновения был сделан вывод, что необходимо проводить профилактику возникновения тревожности младших школьников. Так как младший школьный возраст, особенно 1 класс, является переходным периодом от игровой к учебной деятельности, резко прерывать игровую нив в коем случае нельзя. Совместную игровую деятельность для профилактики возникновения тревожности младших школьников необходимо организовывать на переменах или во внеучебное время.

Библиографический список

1. Айзенк Х., Психологические теории тревожности: учебник для вузов/ Под ред. В.М. Астапова. СПб.: Питер, 2001. 247с.
2. Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. М.: Академия, 2006. 112с.
3. Изард К.Э. Теория дифференциальных эмоций // Психология эмоций. СПб.: 2007. 464с.
4. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб.: Питер, 2013. 592с.
5. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Москва-Воронеж, 2000.с.47
6. Психологический словарь / авт.-сост. В.Н. Копорулина, М.Н. Смирнова, Н.О. Гордеева, Л.М. Балабанова. Ростов-н/Д.: Феникс, 2003. 640 с.
7. Теселкина Е.Н. Профилактика тревожности у младших школьников // Вестник научных исследований. 2015. №3-6. С. 145-147.