

## **Тревожность старшеклассников в период подготовки к Единому государственному экзамену: теоретический аспект**

*Макарова Светлана Александровна*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*Студент*

### **Аннотация**

В данной статье рассматриваются подходы к пониманию феномена «тревожность» в психологической науке. Представлена характеристика старшеклассника, выявлены особенности проявления тревожности старшеклассников в период подготовки к Единому государственному экзамену.

**Ключевые слова:** тревожность, личностная тревожность, ситуативная тревожность, Единый государственный экзамен.

## **Dynamics of anxiety of high school students in the period of preparation for the Unified State Exam**

*Makarova Svetlana Alexandrovna*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University*

*Student*

### **Abstract**

This article discusses approaches to understanding the phenomenon of «anxiety» in psychological science. The characteristics of a high school student are presented, the features of the manifestation of anxiety of high school students during the preparation for the Unified State Exam are determined

**Keywords:** anxiety, adolescence, Unified State Exam.

На данный момент в нашей стране, в системе образования происходят изменения, касающиеся форм, структуры образования, контроля и других аспектов. Такие изменения коснулись и системы образования Единого Государственного Экзамена, что в свою очередь вызывают большую тревогу у старшеклассников и их родителей, поскольку от этого экзамена зависит дальнейший жизненный путь школьника. В этой связи более актуальным становится изучение тревожности старшеклассников в период подготовки к Единому государственному экзамену. Единый государственный экзамен вызывает множество дискуссий и сомнений у психологов, педагогов, преподавателей, администраций учебных заведений, вызванных сложностью и многозадачностью процедуры Единого государственного экзамена.

Тревожность является психологической особенностью, которая обусловлена высокой предрасположенностью испытывать беспокойство в

любых жизненных ситуациях, и даже в тех, которые не должны были спровоцировать такие чувства.

Во всех возрастных периодах существуют определенные области, объекты, которые провоцируют повышенную тревогу. У многих ребят, находящихся в юношеском возрасте, в независимости от того существует ли реальная угроза или нет, возникают тревожные состояния. Эти «возрастные пики тревожности» являются следствием наиболее значимых социальных потребностей.

Интерес к проблеме тревожности нашел отражение в работах многих ученых как в отечественной психологии (Н.А. Аминов, В.М. Астапов, В.А. Бакеев, В.К. Вилюнас, Ю.М. Забродин, Н.В. Имададзе, Н.Д. Левитов, О.Г. Мельниченко и др.), так и за рубежом (Х. Айзенк, Р. Кеттелл, Е. Левитт, О. Маурер, У. Морган, К. Спенс, Ч. Спилбергер, Дж. Тэйлор, З. Фрейд, К. Эликсон и др.).

З. Фрейд считал, что столкновение физических влечений и потребностей с социальными запретами порождают тревожные состояния. З. Фрейд смотрел на тревожность как на симптоматическое проявление внутреннего эмоционального конфликта, вызванного тем, что человек бессознательно подавляет в себе ощущения, чувства или импульсы, которые являются для него слишком угрожающими или раздражающими [3].

Проблема тревожности в юношеском возрасте стала предметом изучения у неофрейдистов и, прежде всего у К. Хорни. В теории К. Хорни главные источники тревожности и беспокойства человека находятся не в конфликте между биологическими влечениями и социальными запретами, а являются результатом неправильно выстроенных человеческих отношений.

К. Хорни считает, что при помощи удовлетворения этих потребностей человек стремится избавиться от тревожности, но невротические потребности не насыщаемы, удовлетворить их нельзя, а, следовательно, от тревоги нет путей избавления [3].

С. Салливан в своих работах пишет, что у личности существует исходное беспокойство, тревога, которая является продуктом межличностных отношений. Тревога эта вызвана настоящими или ложными угрозами безопасности человека [4].

В качестве лидирующих новообразований в юношеском возрасте И. С. Кон отмечает открытие личностью своего внутреннего мира и повышение потребности в получении духовной близости с другой личностью. Поэтому нас не должно удивлять, что старшеклассники выдвигают на первый план в образе идеального учителя качества, определяющие эмоциональный контакт с учениками, а уровень его знаний ставят на второе место. Это становится причиной, по которой школьники больше воспринимают материал того учителя, который более располагает к себе, а тот, кто не сумел установить благоприятные отношения с учениками с трудом достигает результата. Это, конечно, может сказаться на результатах Единого государственного экзамена.

Быстрый темп полового созревания юношей приводит к описанной З. Фрейдом разобщенности чувственно-эротического и нежного влечения. Последнее особенно характерно для юношей, у которых половое созревание и влияние стереотипа маскулинности превалирует над развитием тонких коммуникативных качеств. Юношеская мечта, о любви выражаясь, прежде всего, в жажде эмоционального контакта и понимания нередко приводит к тому, что объект юношеской любви часто идеализируется и на него не переносится чувственно-эротическое желание. То есть, влечение физическое к партнеру во взаимоотношениях может отодвинуться на второй план.

В юношеском возрасте приходит понимание ответственности перед собой и другими, потому как достижение зрелости осуществляется во всех сферах и структурных компонентах личности. Но при этом в юношеском возрасте остаются некоторые черты инфантильности. Так, например, выбор дальнейшего обучения не всегда является окончательным и достаточно продуманным, на человека в таком возрасте влияет чрезмерная эмоциональность. Желание заниматься и развиваться в определенном деле может смениться на полное отсутствие интереса к нему, это может нести временный эффект, и юноша может вернуться к первоначально поставленной цели или он может ее сменить на другую.

Таким образом, юношеский возраст является одним из важнейших в жизни человека. Принятые им решения влияют на всю его дальнейшую судьбу, а качества его личности, сформировавшиеся в юношеском возрасте, остаются с ним на всю его жизнь.

Согласно исследованиям А.М. Прихожан, тревожность в настоящее время качественно отличается от той, которая была ранее: она появляется на фоне утраты векторов жизненных планов и целей, сомнений и неопределенности перед ближайшим будущим и трансформируется в глубинную тревогу, которая может быть преодолена с трудом с помощью психолога.

Говоря о школьной тревожности, то исследования ученых, изучающих данную проблему, восходят к школе К. Левина о тревожности, которая связана с несогласованностью уровня самооценки и уровня притязаний. Такая несогласованность создает трудности при подборе деятельности, стратегий поведения, что провоцирует переживание внутреннего дискомфорта, напряженность и порождает тревогу [2].

Изучая школьную тревожность, Н.В. Литвиненко приходит к выводу, что «новые требования и новые задачи, которые ставит перед старшеклассником школа, превосходят его возможности, изменяя состояние эмоциональной сферы и вызывая неспецифическую стрессовую реакцию организма». Среди прочих причин школьной тревожности автор отмечает регулярно повторяющиеся оценочно-экзаменационные ситуации. «Самооценка часто служит средством психологической защиты» [6].

Тревога, стресс, бессонница, нагнетание обстановки дома и в школе – стандартные «симптомы» подготовки к Единому государственному экзамену современных школьников. В период подготовки к Единому

государственному экзамену и непосредственно в момент его проведения, старшеклассник испытывает колоссальную психологическую перегрузку, не только от сложности задачи, поставленной перед ним, но и от большого уровня тревоги по поводу результата. Такая высокая тревожность способна довести школьника до суицида. Это подтверждают огромное число форумов в сети интернет, где школьники прямо пишут о своих намерениях покончить жизнь самоубийством если не получат «хорошие» баллы на Едином государственном экзамене. Вместе с тем, окружающие ребенка взрослые, зачастую, игнорируют данную проблему, не существует никаких образований, направленных на психологическую поддержку старшеклассника в период подготовки к Единому государственному экзамену.

И.В. Дубровина с помощью своих исследований динамики юношеской тревожности в период подготовки к Единому государственному экзамену, выявила, что в подростковом возрасте наблюдается постепенное снижение уровня тревожности до 10-го класса и достаточно серьезное и резкое увеличение количества тревожных учащихся в 11-м классе. До 14-15 лет преобладает межличностная тревожность, связанная, прежде всего, с отношениями со сверстниками (друзьями, одноклассниками), то к 16-17 годам начинает доминировать самооценочная тревожность, обусловленная необходимостью личностного самоопределения, самовыражения и выбора дальнейшего жизненного пути. При беседе со многими старшеклассниками она выяснила, что провал на экзаменах ощущается ими как конец их жизни. Прослеживаются в их словах внушенные тревоги их родителей, например, что если не сдать хорошо Единый государственный экзамен, то мала вероятность поступить в достойное высшее учебное заведение и дальнейшая жизнь тогда predetermined – жить хуже тех, кто более успешно сдал этот экзамен, иметь более низший статус в обществе и в целом быть не принятым в «элитный слой» общества. Конечно, родители этих ребят не желают им зла, а напротив готовы сделать все зависящее от них, но они не в силах избавиться от своих тревог по поводу будущего своего чада и чувствуют, что их долгом является внушить ребенку ответственность и важность обучения, несмотря на то, что такое поведение со стороны родителя негативно сказывается на психологическом состоянии ребенка и на их взаимоотношениях [6].

Таким образом, в современном мире все старшеклассники подвержены высокому уровню тревожности, поскольку предстоящая сдача Единого государственного экзамена является для них серьезным стрессогенным фактором, что негативно сказывается на конечном результате. Вместе с этим, давление со стороны родителей и учителей так же играет решающую роль в формировании высокого уровня тревожности у старшеклассников. Важность изучения динамики тревожности старшеклассников в период подготовки к Единому государственному экзамену, состоит в том, что постоянная и усиленная тревожность в период подготовки и сдачи единого государственного экзамена в 11 классе пагубно влияет на личность в период

ее становления, затормаживает и иногда обращает вспять ее развитие, что может привести к клиническим случаям: тревожным расстройствам (фобическое тревожное расстройство, обсессивно–компульсивное расстройство, генерализованное тревожное расстройство, тревожно–депрессивное расстройство), психосоматическим заболеваниям.

### **Библиографический список**

1. Кочубей Б.И., Новикова Е. В. Эмоциональная устойчивость школьника. М.: Знание, 1996.
2. Прихожан А.М. Анализ причин тревожности в общении со сверстниками у подростков : Автореф. дис. ... канд. психол. н. М., МГУ, 1977.
3. Творогова Н.Д. Страх и тревожность // Психология. Лекции для студентов медицинских вузов. М.: ВУНМЦ, 1998. С. 271-275.
4. Учителям и родителям о психологии подростка. (Сборник). М.: Высшая школа, 1990.
5. Яковлев Г.М. Эмоциональный стресс и психосоматические заболевания. // Психология. Учебник / под ред. А.А. Крылова. М.: Проспект, 1999. С. 442-453.