УДК 159.9.072

Галимова Ильзира Рустемовна

студентка IV курса факультета педагогики и психологии,

кафедры психолого-педагогического образования,

Стерлитамакский филиал ФГБОУ ВО

«Уфимский университет науки и технологии»

г. Стерлитамак, Россия

e-mail: [ilzira.galimova.00@inbox.ru](mailto:ilzira.galimova.00@inbox.ru)

Научный руководитель:

Газизова Регина Расиховна

доцент кафедры психолого-педагогического образования,

кандидат психологических наук,

Стерлитамакский филиал ФГБОУ ВО

«Уфимский университет науки и технологии»

г. Стерлитамак, Россия

e-mail: [reg.r.gazizova@strbsu.ru](mailto:reg.r.gazizova@strbsu.ru)

ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ

*Аннотация: В статье рассматриваются результаты психолого-педагогического исследования тревожности у старшеклассников, актуализируется значимость исследований с учетом гендерных различий в проявлениях тревожности.*

*Ключевые слова: тревожность, старшеклассники, эмоциональное состояние, фрустрация, школьная тревожность, межличностная тревожность, самооценочная тревожность, беспокойство, тревога.*

В поисках средств гуманизации школьного образования педагогика ориентируется на самоценность человеческой личности, ее внутренние ресурсы и саморазвитие. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, то есть состояние полного душевного, физического и социального благополучия. Если человек попадает в ситуацию дискомфорта, то в первую очередь фрустрируется эмоциональная сфера. Фактически, человек реагирует на эту ситуацию негативными переживаниями, которые, в свою очередь, вызывают тревожность у детей старшего школьного возраста, приходящего на конец эпохи подростничества.

На сегодняшний день в психолого-педагогической литературе накоплено множество исследований и теоретических концепций в плане изучения тревожности у старшеклассников. Так особого внимания заслуживают труды ученых: Т.Ю. Артюхова, В.М. Астапов, Н.В. Басалаева, Л.И. Божович, Е.Ю. Брель, А.В. Грибанов, А.К. Дусавицкий, А.И. Захаров, Н.Д. Исаев, Н.Л. Корепанова, О.В. Лебедева, С.В. Молчанов, Р. Мэй, Е.Л. Николаев, Е.В. Новикова, А.М. Прихожан, З. Фрейд, Ю.Л. Ханин и другие ученые.

Научные исследования, проведенные учеными, подтверждают тот факт, что количество тревожных детей значительно увеличилось. К тому, рассматривая старший школьный возраст, подчеркивается высокая значимость влияния возрастных особенностей на проявление тревожности, что обуславливает непосредственную актуальность проблемы.

Так А.М. Прихожан в книге «Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст» дает следующее определение: «Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, связанного с ожиданием неблагополучия, предчувствием грозящей опасности. То, что тревога, наряду со страхом и надеждой, – особая, предвосхищающая эмоция, обеспечивает ее особое положение среди других эмоциональных проявлений» [5, с.9].

Как отмечает Н.Л. Корепанова: «Тревожность исчерпывает психологические ресурсы всего организма человека» [2, с. 37].

Тревога может выражаться в ощущении беспомощности, неуверенности в себе, бессилии перед внешними факторами, преувеличении их влияния и угрожающего характера. Особенно ярко проявляется тревожность у старшеклассников в период подготовки к экзаменам. Именно в это время острые эмоциональные переживания могут только усугубить данную проблему и закрепиться в структуре личности как устойчивая характеристика.

В контексте выдвинутой проблемы, интересным становится исследование Т.Ю. Артюховой и Н.В. Басалаевой. Учеными установлено, что старший школьный возраст сам по себе уже сложный, и ввиду психологических особенностей развития данной категориальной группы, тревожность, фактически сопровождает старшеклассников на всем пути их жизнедеятельности и особенно, в период обучения, так как большую часть времени подростки проводят в школе [1, с. 5]

Поэтому своевременное изучение и развитие феномена тревожности с учетом психолого-педагогической характеристики старшего школьного возраста расширяет возможности учебной деятельности и общения ребенка, подготавливает успешное вхождение ребенка, будучи еще подростком в ситуацию «взрослой жизни», что выражается в умении ставить перед собой определенные цели с ориентацией на будущее, которое во многом зависит от личностных особенностей старшеклассника. В связи с этим нами проведено экспериментальное исследование в условиях МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №2» Стерлибашевского района села Стерлибашево Республики Башкортостан. В качестве обследуемых выступили дети старшего школьного возраста, обучающиеся 10 «А» класса в количестве 28 человек.

С целью изучения выраженности тревожности у старшеклассников была использована методика «Шкала тревожности» О.А. Кондаша.

Важно отметить, что данная методическая разработка предназначена для работы с подростками и детьми раннего юношеского возраста. С помощью данной шкалы можно выявить уровень тревожности школьников, локализованной в трех основных плоскостях: учебная деятельность, взаимоотношения со сверстниками и значимыми взрослыми, а также представление о самом себе. Соответственно, путем исследования мы можем выяснить на каком уровне проявляются школьная, межличностная и самооценочная тревожности у старшеклассников.

Проведенное эмпирическое исследование позволило получить следующие результаты. Рассмотрим их в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты исследования тревожности у старшеклассников, %

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Уровни/  типы тревожности | ОТ | | Значимость различий, p-уровень | ШТ | | Значимость различий, p-уровень | СТ | | Значимость различий, p-уровень | МТ | | Значимость различий. P-уровень |
| Д | М | Д | М | Д | М | Д | М |
| 1 | Нормальный уровень | 28,6 | 35,7 | - | 14,3 | 35,7 | 0,01 | 17,9 | 39,3 | 0.01 | 53,6 | 42,9 | - |
| 2 | Повышенный уровень | 25,0 | 10,7 | 14,3 | 10,7 | 25,0 | 7,1 | 0 | 3,6 |
| 3 | Высокий уровень | 0 | 0 | 14.3 | 0 | 7,1 | 0 | 0 | 0 |
| 4 | Очень высокий уровень | 0 | 0 | 10.7 | 0 | 3,6 | 0 | 0 | 0 |

Согласно данным таблицы 2.1 отмечаем, что у старшеклассников выявлены следующие показатели тревожности: рассматривая общий тип тревожности (ОТ), отметим, что нормальный уровень тревожности общего типа выявлен у 28,6% девочек и 35,7% мальчиков. Повышенный уровень тревожности общего типа выявлен у 25,0% девочек и 10,7% мальчиков соответственно. Высокий и очень высокий уровень тревожности общего типа у десятиклассников не обнаружен.

Сравнив результаты, используя хи-квадрат, отметим, что критическое значение χ2, согласно данным таблицы критических значений при степени свободы равной 3, при уровне значимости p <0,05 составляет 7,815. Связь между факторным и результативным признаками статистически не значима, так как уровень значимости p=1,000, а 1,000 >0,05

Отсюда вывод, что в ходе проведенной диагностики, значимых различий в проявлениях общего типа тревожности, не выявлено.

Нормальный уровень школьной тревожности (ШТ) наблюдается у 14,3% девочек и у 35,7% мальчиков. Повышенная школьная тревожность обнаружена у 14,3% девочек и у 10,7% мальчиков. Высокий уровень школьной тревожности отмечен у 14,3% девочек. У мальчиков высокий и очень высокий уровень школьной тревожности не обнаружен. У 10,7% девочек выявлен очень высокий уровень школьной тревожности.

Сравнив результаты, используя хи-квадрат, отметим, критическое значение χ2 при уровне значимости p=0,01 составляет 11,345  
Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости р <0,01, уровень значимости p <0,001.

Отсюда вывод, что в проявлениях школьного типа тревожности у мальчиков и девочек, обучающихся в старших классах есть различия, что подтверждает гипотезу, выдвинутую нами в начале исследования. В действительности, у девочек школьная тревожность проявляется ярче, чем у мальчиков.

Рассматривая самооценочную тревожность (СТ), отметим, что у 17,9% девочек и 39,3% мальчиков выявлен нормальный уровень самооценочной тревожности. Повышенная самооценочная тревожность наблюдается у 25,0% девочек и 7,2% мальчиков. У 7,2% девочек выявлен высокий уровень самооценочной тревожности. У мальчиков высокая самооценочная тревожность не выявлена. Очень высокая самооценочная тревожность наблюдается у 3,6% девочек. Мальчиков с очень высоким уровнем самооценочной тревожности не выявлено.

Сравнив результаты, используя хи-квадрат, отметим, критическое значение χ2 при уровне значимости p=0,01 составляет 11,345. Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости р <0,01, уровень значимости p <0,001.

Отсюда вывод, что в проявлениях самооценочного типа тревожности у мальчиков и девочек, обучающихся в старших классах есть различия, что подтверждает гипотезу, выдвинутую нами в начале исследования. В действительности, у девочек самооценочная тревожность проявляется ярче, чем у мальчиков.

Рассматривая межличностную тревожность (МТ), отметим, что старшеклассники с высоким и очень высоким уровнем тревожности отсутствуют. Все девочки данной категориальной группы показали нормальный уровень межличностного типа тревожности (53,6%). Среди мальчиков этот показатель равен 42,9%. Повышенный уровень межличностной тревожности выявлен у 3,6% мальчиков.

Сравнив результаты, используя хи-квадрат, отметим, что критическое значение χ2, согласно данным таблицы критических значений при степени свободы равной 3, при уровне значимости p <0,05 составляет 7,815. Связь между факторным и результативным признаками статистически не значима, так как уровень значимости p=1,000, а 1,000 >0,05

Отсюда вывод, что в ходе проведенной диагностики, значимых различий в проявлениях межличностного типа тревожности, не выявлено.

Проанализировав полученные в ходе исследования результаты по уровню выраженности тревожности у старшеклассников, путем применения «шкалы тревожности О. Кондаша», подчеркнем, что у девочек, наблюдается преобладание нормального уровня по данным всех исследуемых типов, кроме школьного и самооценочного. В школьном типе тревожности преобладают повышенный и высокий уровни тревожности, в самооценочном – повышенный уровень, в межличностном и общем типах тревожности в большинстве случаев наблюдается нормальный уровень тревожности.

Следовательно, по результатам данной методики у девочек выявлен нормальный уровень тревожности в общем и межличностном типах, а вот в самооценочном и школьном типах тревожности показатели несколько выше. Это свидетельствует о том, что девочки беспокоятся по поводу учебных ситуаций, это беспокойство проявляется в ожидании плохого отношения к себе, отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. К тому же, девочки, обучающиеся в 10 «А» классе, критически относятся к своей внешности, стараясь понравиться школьникам противоположного пола, девочки наряжаются, начинают делать макияж, порой одеваются не по сезону, чтоб выглядеть привлекательнее, тем самым, повышая себе самооценку. У мальчиков во всех типах тревожности преобладает нормальный уровень. Мальчиков старшего школьного возраста с высокими и очень высокими показателями тревожности не выявлено. Однако несколько детей показали повышенный уровень тревожности в общем типе тревожности.

Таким образом, сравнивая данные, полученные в ходе исследования уровня выраженности тревожности у старшеклассников, можно сделать вывод о том, что у испытуемых в большинстве случаев преобладает нормальный уровень тревожности. Однако у девочек старшего школьного возраста уровень школьной и самооценочной тревожности несколько выше, чем у мальчиков того же возраста.

Поэтому исходя из вышеизложенного, необходимо отметить, что данное исследование позволило актуализировать значимость психолого-педагогической диагностики старшеклассников с учетом возрастных особенностей и гендерных различий данной категориальной группы школьников. Следовательно, представленные результаты помогут специалистам в организации коррекционной работы с детьми, при этом обращая внимания на индивидуальные различия в проявлениях тревожности между девочками и мальчиками на данном возрастном этапе.

**Список литературы**

1. Артюхова Т.Ю., Басалаева Н.В. Психологические механизмы коррекции состояния тревожности личности: автореферат дис. кандидата психологических наук: 19.00.01: Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск, 2002. – 22 С.
2. Корепанова Н.Л., Лебедева О.В. Тревожность. Ее причины и следствия // Научно-методический журнал «Концепт». – 2016. – Т.28. – С. 35-37
3. Молчанов С.В. Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата. – М.: Изд-во «Юрайт», 2019. – 351 с.
4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
5. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. – СПб.: Издательский дом «Питер», 2009. – 282 с.