**«Успешность в учебной деятельности младших школьников с разным уровнем тревожности»**

Автор: Завьялова Арина Георгиевна, педагог-психолог
Кафедра практической психологии, факультет психологии и педагогики

**Введение**

Начальное образование играет решающую роль в дальнейшем обучении школьника. Это период, когда формируются ключевые аспекты личности, которые влияют не только на успехи в начальной школе, но и на развитие человека в будущем. Одним из важных факторов, влияющих на успешность учебной деятельности, является уровень тревожности у детей. Понимание взаимосвязи между тревожностью и учебной успеваемостью позволяет педагогу создать более комфортную атмосферу для учеников, что важно для их психоэмоционального и интеллектуального развития.

**Актуальность исследования**

В условиях современных стрессовых факторов уровень тревожности у детей становится значимым аспектом, влияющим на их развитие. В младшем школьном возрасте закладываются основы личности, и тревожность может существенно повлиять на этот процесс. Данное исследование направлено на выявление взаимосвязи между уровнем тревожности и успешностью в учебной деятельности младших школьников.

**Цель и задачи исследования**

**Цель исследования** – изучение взаимосвязи между уровнем тревожности и успешностью в учебной деятельности младших школьников.
**Задачи исследования**:

1. Изучить теоретические особенности психологии младших школьников.
2. Оценить влияние тревожности на эмоциональное состояние и учебные достижения детей.
3. Разработать методы диагностики и коррекции уровня тревожности у школьников.
4. Исследовать связь между успеваемостью и тревожностью.
5. Сформулировать рекомендации по преодолению тревожности у младших школьников.

**Теоретическая основа исследования**

Младший школьный возраст является критическим для формирования не только интеллектуальных, но и личностных качеств ребенка. На этом этапе развивается самооценка, самосознание и способности к саморегуляции. Однако многие дети в этом возрасте сталкиваются с повышенной тревожностью, что может существенно затруднять их адаптацию к школьной жизни и снижать успеваемость.

Тревожность представляет собой субъективное переживание внутреннего дискомфорта, которое связано с ожиданием негативных событий. В контексте школьной жизни тревожность может проявляться в виде повышенной чувствительности к критике со стороны учителей или сверстников, страха ошибиться на уроках или не справиться с учебными заданиями.

**Влияние тревожности на учебную деятельность**

Тревожность может значительно повлиять на успеваемость младших школьников. Дети, страдающие от высокого уровня тревожности, часто испытывают трудности с концентрацией внимания, что затрудняет усвоение учебного материала. Кроме того, такой ребенок может избегать активного участия в уроках из-за страха ошибок или негативной оценки со стороны окружающих. Все это снижает его учебную мотивацию и, как следствие, успеваемость.

Неоправданные высокие ожидания со стороны родителей и учителей могут только усиливать тревожность ребенка. В случае, если требования не соответствуют возможностям ребенка, он может почувствовать себя неуспешным и развить низкую самооценку, что также способствует ухудшению учебных результатов.

**Эмпирическое исследование**

Для изучения взаимосвязи тревожности и успеваемости была проведена эмпирическая часть исследования. В исследовании участвовали 28 учеников 4 класса МБОУ «Школа №41» в Нижнем Новгороде. В рамках исследования использовались следующие методы:

1. **Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса** – для определения уровня тревожности, связанного с учебной деятельностью.
2. **Шкала академической успеваемости** – для оценки успеваемости учащихся.

Результаты показали, что у детей с высоким уровнем тревожности наблюдается низкая успеваемость. В свою очередь, учащиеся со средним и низким уровнем тревожности демонстрировали хорошие или удовлетворительные результаты. Эти данные подтверждают гипотезу, что тревожность оказывает значительное влияние на учебную успешность.

**Рекомендации**

На основе полученных данных можно выделить несколько рекомендаций для педагогов и психологов:

1. **Создание благоприятной психологической атмосферы** – важно обеспечить ребенку эмоциональную поддержку, снизить уровень стресса и тревожности, чтобы они могли сосредоточиться на учебном процессе.
2. **Использование индивидуальных подходов** – учитывая особенности каждого ребенка, важно адаптировать методы обучения и общения в зависимости от уровня тревожности ученика.
3. **Программы саморегуляции** – для снижения тревожности полезно внедрять специальные программы, направленные на развитие навыков саморегуляции и уверенности в себе.
4. **Раннее выявление тревожных состояний** – важно проводить диагностику и вовремя помогать детям с повышенной тревожностью, чтобы предотвратить развитие более серьезных психологических проблем.

**Заключение**

Уровень тревожности у младших школьников имеет важное значение для их учебной успешности. Повышенная тревожность может затруднять учебный процесс, снижая мотивацию и концентрацию внимания. Важно своевременно выявлять тревожных детей и создавать для них поддерживающую образовательную среду. Таким образом, работа по снижению тревожности является неотъемлемой частью процесса формирования успешных учеников.

**Список литературы**

1. Абульханова-Славская К.А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности. – М., 2019.
2. Айзенк Х. Психологические теории тревожности. – СПб., 2001.
3. Астапов В.М. Тревожность у детей. – М., 2015.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. – М., 2015.
5. Блонский П.П. Школьная неуспеваемость. – М., 2018.
6. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Трудности в обучении детей. – М., 2017.