

А. А. Наливайко

Научный руководитель: **В. Г. Ермаков**, доктор матем. наук, доцент УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины», г. Гомель, Беларусь

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРЕВОЖНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Данная статья посвящена изучению особенностей тревожности у юношей и девушек. В ней рассмотрены понятия «тревожность», «ребенок», «тревога», а также описаны различия в особенностях личности юношей и девушек с разным уровнем тревожности.

Ключевые слова: тревожность, ситуативная тревожность, личностная личностная, старшекласники.

В настоящее время число тревожных детей значительно растет, для них характерны повышенная тревожность, незащищенность и эмоциональная нестабильность. Появление и закрепление состояния тревожности зачастую связано с тем, что возрастные потребности ребенка не удовлетворены. Так или иначе, тревожность содержит ярко выраженную возрастную специфику, которую возможно обнаружить в ее источниках, содержании, формах защиты. Для конкретного периода времени есть особые области, объекты реальности, которые имеют все шансы вызывать беспокойство у большинства детей, независимо от присутствия опасности или беспокойства как стойкого образования. Можно привести пример, что маленькие дети боятся темноты, сказочных персонажей или же воображаемых существ. Отсутствие родителей может вызвать беспокойство, например, некоторые родители ходят в кино или отдыхают без детей. Ребенок начинает чувствовать себя брошенным, ему не с кем обсуждать свои проблемы, он не может говорить о своей тревоге, такие дети впоследствии будут бояться одиночества. Однако эта проблема не ограничивается структурой дошкольного возраста, она не теряет своей актуальности при работе со взрослыми.

Актуальность исследования проблемы тревожности связана с тем, что она не только оказывает влияние на учебную деятельность, но и разрушает личностные структуры ребёнка. Поэтому необходимо вовремя проводить диагностику тревожности, которая будет способствовать формированию адекватного поведения у младших школьников, а также снижению общего уровня тревожности.

Первым, кто выделил и подчеркнул состояние беспокойства и тревоги, был З. Фрейд. Тревога характеризуется как эмоциональное состояние, которое включает в себя переживание ожидания и неопределенности, ощущение слабости. Предоставленная характеристика подчеркивает компоненты рассматриваемого состояния и его внутренние предпосылки.

В данный момент времени исследованию состояния тревожности посвящено множество работ. Особое значение содержит уточнение некоторых теоретических и методологических положений. Как показали почти все исследователи, в первую очередь важно четкое понимание понятий тревоги и состояния личности. Основатель психоанализа З. Фрейд говорил о наличии у человека врожденных влечений – инстинктов, которые воспринимают движущую силу человеческого поведения, поэтому могут определять его настроение. Считается, что возникновение тревоги связано с биологическими нарушениями[1].

К. Хорни утверждала, ребенок ощущает себя в безопасности, если ему ничего не угрожает, это помогает ребенку в дальнейшем нормально развиваться, но если же ребенку что-то угрожает, то он может начать развиваться враждебно по отношению к окружающим его людям, что в дальнейшем приведет к негативному отношению к обществу [2].

А. М. Прихожан указывает, что тревожность – это «переживание эмоционального

дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грядущей опасности» [3, с. 25].

В своей индивидуальной психологии А. Адлер считает, что в основе невроза лежит испуг, боязнь жизни, боязнь любых трудностей, а еще влечение к конкретной позиции в группе людей, которую человек в силу каких-то индивидуальных особенностей не сумел достичь, данным образом можно подметить, собственно, что в основе невроза лежат ситуации, в которых человек в силу обстоятельств проверяет ощущение тревоги [4].

Для изучения аспектов тревожности проводилось исследование на базе государственного учреждения образования «Средняя школа № 67 г. Гомеля». В исследовании приняли участие 35 учащихся в возрасте 15-17 лет.

В качестве психодиагностического инструментария была использована методика субъективной оценки ситуационной (реактивной) и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина. В методике имеются две шкалы: «ситуативная тревожность» (реактивная тревожность как состояние); «личностная тревожность» (как устойчивая характеристика человека). Результаты, которые были получены в ходе исследования, представлены в таблице 1, рисунках 1, 2.



Рисунок 1 – Результаты изучения ситуативной тревожности респондентов



Рисунок 2 – Результаты изучения личностной тревожности

респондентов **Таблица 1 – Среднее значение ситуативной и личностной тревожности**

Ситуативная тревожность	Личностная тревожность
Среднее значение	
28,5	46,9

Согласно данным, представленным на рисунках и в таблице, преобладающим

видом тревожности у старшеклассников является личностная тревожность, то есть устойчивая склонность человека воспринимать ситуацию как угрожающую, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Среднее значение по данной шкале составляет 46,9 по выборке. Ситуативная тревожность описывается, как напряжение, беспокойство, нервозность. Среднее значение данного вида тревожности составляет 28,5.

У 54 % респондентов выявлен низкий уровень ситуативной тревожности, у 40 % – средний уровень ситуативной тревожности и 6 % опрошенных имеет высокий уровень ситуативной тревожности. Что касается личностной тревожности, то у 6 % старшеклассников низкий уровень личностной тревожности, у 40 % – средний уровень личностной тревожности, 54 % опрошенных имеют высокий уровень личностной тревожности.

Анализируя результаты исследования, можно заключить, что преобладающим видом тревожности у старшеклассников является личностная тревожность. Такие высокие показатели связаны со склонностью человека воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

Исходя из вышесказанного, мы можем сделать вывод, что полученные данные считаются основой для последующих исследований по проблеме тревожности. Работу следует осуществлять на уровне всех структурных компонентов тревожности, с ориентацией на ее возрастные и половые «пики» и личные «зоны уязвимости» для каждого ребенка. В профилактике и преодолении тревожности у детей значительную роль играет обеспечение ребенка важным набором средств и методов действий в значимых для него обстановках, выработка персональной действенной модели поведения.

Список использованных источников

- 1 Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – М. : Эксмо, 2018. – 480 с.
- 2 Хорни, К. Невротическая личность нашего времени: Самоанализ / К. Хорни; пер. с англ. ; под ред. Г. В. Бурменской. – М. : Прогресс-Универс, 2002. – 286 с.
- 3 Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М. : Воронеж : МОДЭК, 2000. – 273 с.
- 4 Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / А. Адлер; пер. с англ. А. А. Валеева, Р. А. Валеевой. – Р/Д.: Феникс, 1998. – 448 с.