

Румянцева Александра Николаевна

социальный педагог

ОГКУ «Костромской областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

г. Кострома, Костромская область

ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: статья раскрывает вопрос психологической тревожности в младшем школьном возрасте. Принята попытка проследить особенности проявления тревожности у младших школьников.

Ключевые слова: тревожность, школьная тревожность.

В рамках опытно-экспериментально исследования была проведена диагностика учащихся 4 классов. В эксперименте принимали участие 30 учеников.

Для выявления детей с ярко выраженной тревожностью были использованы такие методики как: «Тест школьной тревожности» Филлипса, «Шкала тревожности» Спилбергера – Ханина.

Таблица 1

*Результаты исследования школьной тревожности
«Тест школьной тревожности» Филлипса*

№ п/п	Факторы тревожности	Число испытуемых в процентах	
		Мальчики	Девочки
	Общая тревожность в школе	33%	37%
	Переживания социального стресса	20%	17%
	Фрустрация потребности в достижении успеха	33%	20%
	Страх самовыражения	10%	10%
	Страх ситуации проверки знаний	13%	10%
	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	13%	7%
	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	3%	10%
	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	10%	13%

Используя данную методику, мы рассматривали каждый параметр в отдельности, что было для нас более информативным, и определенным образом наталкивало на выявление причин возникновения тревожности.

Анализируя результат данного исследования, мы заметили, что у наибольшего количества детей младшего школьного возраста фактором высокой тревожности оказалась общая тревожность в школе.

Небольшой процент испытуемых, 20% мальчики, 17% девочки, не переживают социального стресса. Это говорит о том, что их отношения с социумом можно охарактеризовать как удовлетворительные, не травмирующие, позитивно окрашенные.

Низкий процент испытуемых 10% мальчиков и 10% девочек, и испытывают страх самовыражения. Этот факт свидетельствует о том, что большинство детей не переживают негативные эмоции в ситуации предъявления себя другим, самораскрытия. На наш взгляд, это объясняется с одной стороны тем, что эти школьники не критичны к себе, они более эгоцентричны и мнят себя «центром вселенной».

Не высокий процент испытуемых, а именно, мальчиков 33%, испытывают фрустрацию достижения успеха на несколько повышенном уровне. То есть, в ситуации школьного обучения существуют неблагоприятные для них факторы, которые мешают в достижении успеха. Однако, влияние этих факторов не столь сильно, и при некоторых усилиях со стороны школьников и помощи со стороны учителей и сверстников, его вполне возможно избежать.

Не переживают фрустрацию в достижении успеха всего 20% девочек, что подтверждает предположение о том, что ситуация школьного обучения, для большинства детей, является травмирующей, негативно окрашенной и тревожной.

Кроме этого, в нашем исследовании была проведена Методика оценки тревожности Ч.Д Спилбергера и Ю.Л. Ханина.

Таблица 2

*Результаты проведенной методики Спилберга – Ханина
тревожных детей экспериментальной группы*

	<i>Ситуативная</i>	<i>Личностная</i>	<i>Общая тревожность</i>
Мальчики	42%	50%	62
Девочки	38%	61%	60

Проведя данную методику, мы можем сделать вывод, что общую тревожность испытывают в основном мальчики, у них самые высокие показатели.

По шкале ситуативной тревожности самый высокий показатель тревожности наблюдается у мальчиков, 42% (рис. 1).

По шкале личностной наблюдается большой процент у девочек, 61%.

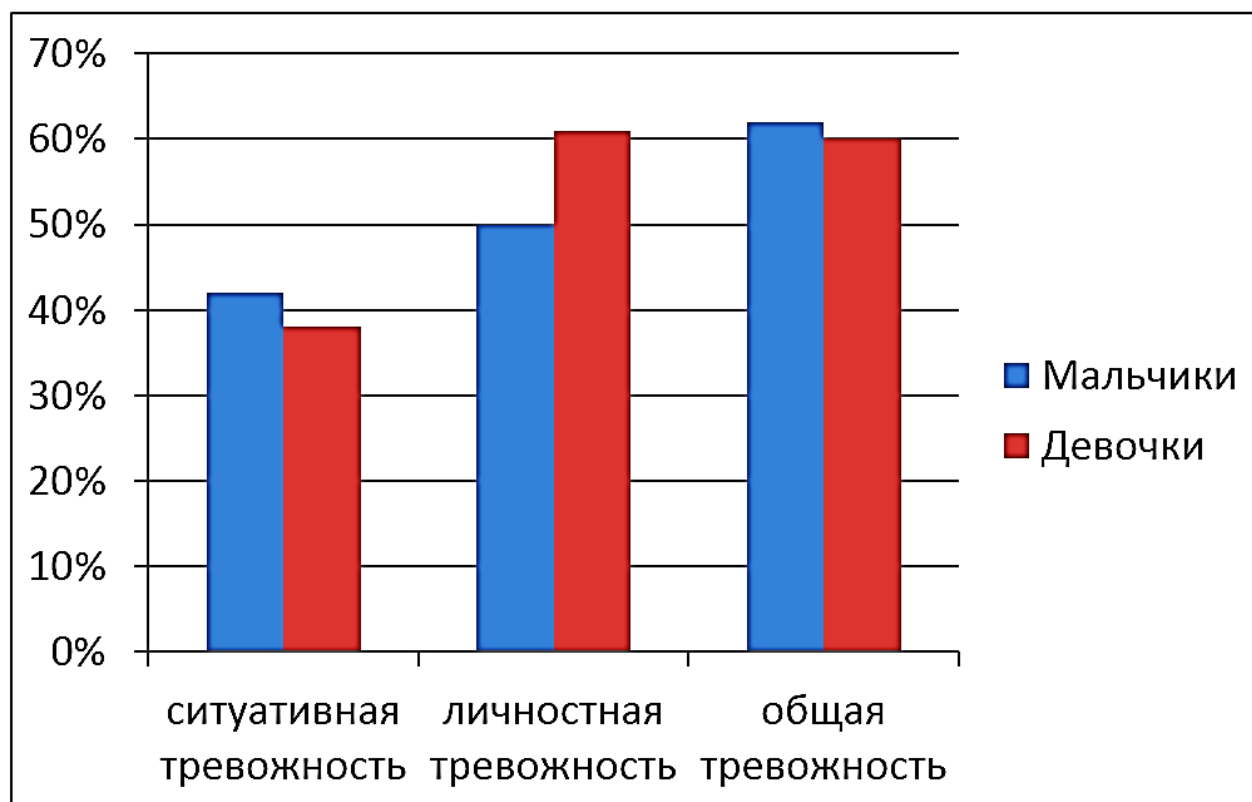


Рис. 1

Проведя данную методику стоит отметить, что необходимо акцентировать внимание как на испытуемых проявивших высокий уровень тревожности так и на испытуемых с низким уровнем тревожности.

Так, лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Для людей с низкой тревожностью, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Таким образом, мы можем сделать следующие выводы. В основном группа испытуемых обладает средним уровнем тревожности. Основной причиной проявления тревоги является общая школьная тревожность.

Отношение в социуме можно охарактеризовать как удовлетворительное.

Испытуемые данной группы не испытывают страх самовыражения. Это говорит о том что, у большинства из них нет негативных эмоций во время самораскрытия перед другими людьми. Эти школьники более эгоистичны.

Работа по преодолению тревожности у детей младшего школьного возраста должна носить не узкофункциональный, а общий, личностно-ориентированный характер, сфокусированный на тех факторах среды и характеристиках развития, которые в каждом возрасте могут стать причиной тревожности. В младшем школьном возрасте центральное место отводится работе с окружающими ребенка взрослыми.

Благодаря проведенному исследованию, мы составили методические рекомендации для педагогов при работе с детьми младшего школьного возраста:

1. Поручение, которое дается ребенку, должно соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные, непосильные занятия, вы заранее обрекаете ребенка на неуспех, а, следовательно, на снижение самооценки, на неудовлетворенность собой.

2. Повышать самооценку тревожного ребенка, для чего любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна сопровождаться словами, выражающими уверенность в его успех («У тебя это получится», «Ты это умеешь хорошо делать»). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.

3. Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и

неудачами ребенка («Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше»).

Оптимистические прогнозы «на завтра» не дают ребенку повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.

4. По возможности не ставить тревожного ребенка в такие ситуации как, соревнования, публичные выступления. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа «кто первый». Ситуация публичного выступления также является стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально.

5. Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Потому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составляем план: что необходимо сделать сейчас, что потом и т. д.

6. Развитие самостоятельности и уверенности тревожного ребенка.

Список литературы

1. Семаго Н.Я. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст / Н.Я. Семаго, М.М. Семаго. – СПб.: Речь, 2005.