

ДИАГНОСТИКА ТРЕВОЖНОСТИ И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ В ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Смирнова А. И.

Научный руководитель: к.п.н., доцент, Соболева Наталья Владимировна

Актуальность исследований тревожности связана с тем, что тревога, дезорганизует не только учебную деятельность, она начинает разрушать личностные структуры ребенка. Цель исследования: диагностика тревожности и ее значение в эмоциональной сфере младших школьников.

Исследование проводилось на базе МОУ СОШ № 74 г. Красноярска. В исследовании приняли участие 20 учащихся в возрасте 9-10 лет. Мы провели анкетирование по методикам: 1) «Методика диагностики уровня школьной тревожности» Филипса, 2) «Изучение понимания детьми эмоциональных состояний людей» Минаевой В.М., Урунтаевой Г.А. 3) «Изучение социальных эмоций» Минаевой В.М., Урунтаевой Г.А.

По результатам исследования тревожности в контрольной группе с помощью теста Филлипса, высокий процент по шкале "Общая тревожность в школе" имеют 20% испытуемых. Несколько повышена общая тревожность в школе у 20 % испытуемых. Такие показатели свидетельствуют о том, что эти дети склонны переживать тревожность разной степени интенсивности, находясь в школе: в процессе обучения, проверки и оценки знаний, а так же, в процессе общения и взаимодействия с учителями и сверстниками. То есть, 20% от всего числа испытуемых расценивают ситуацию школьного обучения как угрожающую их престижу, самооценке, статусу, и т.п. Нормальный уровень тревожности в школе имеют лишь 60% испытуемых. Школа и школьные требования, трудности не являются для этих ребят травмирующими, что создает условия для нормального функционирования, развития ребенка в процессе обучения, установления дружеских контактов и взаимоотношений.

70% испытуемых, не переживают социального стресса. Это говорит о том, что их отношения с социумом можно охарактеризовать как удовлетворительные, не травмирующие, позитивно окрашенные. Процент школьников, переживающих социальный стресс на высоком уровне – 20%, на повышенном уровне – 10%. Такие данные указывают на то, что эмоциональное состояние этих детей, на фоне которого развиваются их социальные контакты, не является напряженным, негативно окрашенным, возможно, фрустрирующим. Таким образом, у этих детей не создаются предпосылки для возникновения и развития беспокойства, тревоги, тревожности как следствия социального стресса.

50% испытывают фрустрацию потребности в достижении успеха на высоком уровне. Это говорит о том, что в ситуации школьного обучения в их поведении наблюдается неблагоприятный психический фон, который не позволяет им развивать свои потребности в успехе, в достижении высоких результатов. 30%, 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% испытуемых, что подтверждает предположение о том, что ситуация школьного обучения, для большинства детей, является травмирующей, негативно окрашенной и тревожной.

У 40% испытуемых присутствует страх самовыражения. Этот факт свидетельствует о том, что большинство детей переживают негативные эмоции в ситуации предъ-

явления себя другим, самораскрытия. На наш взгляд, это объясняется с одной стороны тем, что эти школьники склонны чрезмерно критично оценивать себя, но в то же время, исключительно эгоцентричны и мнят себя "центром вселенной". С другой стороны, в этом возрасте человек часто испытывает такие чувства и эмоции, которые не понимает и стыдится, отсюда стремление "закрыться", спрятать свой внутренний мир от окружающих.

Несколько повышен уровень страха самовыражения 30% испытуемых. Основываясь на этом факте, мы можем предположить, что в данном случае страх самовыражения присутствует лишь в определенных ситуациях или с определенными людьми. Возможно также, что этот страх выражен не ярко, и не является генерализированным, то есть, не доминирует над другими эмоциями.

30% школьников данной группы испытуемых не имеют психологических и эмоциональных трудностей в самопредъявлении и самораскрытии. Эти дети легко находят контакт с окружающими, быстро заводят новые знакомства, их отношения глубже и эмоционально насыщеннее, по сравнению с теми, кто испытывает тревожность в этой области. 70% испытывают сильный, и 20% –повышенный страх в ситуации проверки знаний. Скорее всего, это объясняется тем, что, по мнению этих учеников, учителя предъявляют к ним завышенные требования, вследствие чего, могут негативно оценить их, а негативные оценки, как говорилось выше, крайне болезненны для подростков и представляют угрозу их положению среди сверстников, самооценке. Возможно и то, что эти школьники настолько неуверенны в себе, собственных знаниях и силах, что само ожидание проверки знаний тревожит их, а общение с учителем приносит только негативные эмоции. Так 10% испытуемых не испытывают страха в ситуации проверки знаний.

Страх не соответствовать ожиданиям окружающих, выявлен у 60% школьников. То есть, дети боятся раскрыться еще и потому, что тревожатся о том, насколько "нормально" и "правильно" они будут выглядеть в глазах окружающих. Но, с одной стороны, школьников волнует мнение о них и оценки окружающих, но с другой они боятся этого, так как, в результате может пострадать их самооценка, а также положение среди сверстников, что для ребенка является очень болезненным. Исходя из этого, можно предположить, что социальные контакты, прежде всего со сверстниками, являются эмоционально-напряженными, часто фрустрирующими, что обусловлено возрастными особенностями. У 30% испытуемых несколько повышен уровень страха не соответствовать ожиданиям окружающих. Это, скорее всего, свидетельствует о том, что желание социального одобрения присутствует у данной группы детей, но оно не является ведущим мотивом. 10% испытуемых данной выборки не испытывают страха не соответствовать ожиданиям окружающих. Для этих детей наиболее значима собственная оценка происходящего, ориентация на собственные ценности и идеалы.

50% имеют высокую тревожность и 30% испытуемых повышенную тревожность вследствие низкой физиологической сопротивляемости стрессу. То есть, в поведении этих школьников наблюдается сниженная приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, например, к школьному обучению в целом, и повышенная вероятность неадекватного деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. 20% испытуемых имеют нормальную физиологическую сопротивляемость стрессу, что свидетельствует о том, что возможные предпосылки для возникновения тревожности у них не физиологического, а социального плана, то есть страх самовыражения, боязнь оценок и трудности в межличностных контактах. У 80% испытуемых сильное эмоциональное напряжение появляется еще и при взаимодействии с учителями, и немного слабее, у 10% испытуемых. 10% испытуемых не испытывают проблем и страхов в отношениях с учителями.

Эти данные соответствуют данным уровня общей тревожности в школе, что может объясняться следующим: оценка со стороны учителей и родителей для детей данной выборки является более значимой, чем оценка ровесников. То есть, общая тревожность в школе обусловлена переживаниями, связанными с возможностью негативной оценки учителей. Стоит заметить и тот факт, что процент школьников, испытывающих тревожность в ситуации проверки знаний, практически одинаковый, с процентом испытуемых, имеющих страх общения с учителями. По нашему мнению, это говорит о том, что детей тревожит проверка знаний и отметка, а так же, сколько оценка учителя, как взрослого.

По результатам исследования тревожности в экспериментальной группе с помощью теста Филлипса, высокий процент по шкале "Общая тревожность в школе" имеют 80% испытуемых. Несколько повышена общая тревожность в школе у 10 % испытуемых. Эти дети склонны переживать тревожность разной степени интенсивности, находясь в школе: в процессе обучения, проверки и оценки знаний, в процессе общения и взаимодействия с учителями и сверстниками. То есть, 90% от всего числа испытуемых расценивают ситуацию школьного обучения как угрожающую их престижу, самооценке, статусу, и т.п. Нормальный уровень тревожности в школе имеют лишь 10% испытуемых. Школа и школьные требования, трудности не являются для этих ребят травмирующими, что создает условия для нормального функционирования, развития ребенка в процессе обучения, установления дружеских контактов и взаимоотношений.

Достаточно высокий процент испытуемых, 70%, переживают социальный стресс. Это говорит о том, что их отношения с социумом можно охарактеризовать как удовлетворительные, не травмирующие, позитивно окрашенные.

Процент школьников, переживающих социальный стресс на высоком уровне – 70%, на повышенном уровне – 10%. Такие данные указывают на то, что эмоциональное состояние этих детей, на фоне которого развиваются их социальные контакты, является напряженным, негативно окрашенным, возможно, фрустрирующим. Таким образом, у этих детей создаются предпосылки для возникновения и развития беспокойства, тревоги, тревожности как следствия социального стресса.

50% испытывают фрустрацию потребности в достижении успеха на высоком уровне. Это говорит о том, что в ситуации школьного обучения в их поведении наблюдается неблагоприятный психический фон, который не позволяет им развивать свои потребности в успехе, в достижении высоких результатов. Причин такого явления может быть несколько. Например, неблагоприятное отношение сверстников и взрослых, которые как бы программируют школьника на неудачу, а успехи его воспринимают весьма условно. Или низкая самооценка школьника, неверие в свои силы и способности. Возможно так же и то, что фрустрация потребности достижения успеха проявляется на фоне тревожности как свойства личности.

30%, 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% испытуемых, что подтверждает предположение о том, что ситуация школьного обучения, для большинства детей, является травмирующей, негативно окрашенной и тревожной.

У 60% испытуемых присутствует страх самовыражения. Этот факт свидетельствует о том, что большинство детей переживают негативные эмоции в ситуации предъявления себя другим, самораскрытия. На наш взгляд, это объясняется с одной стороны тем, что эти школьники склонны чрезмерно критично оценивать себя, но в то же время,

исключительно эгоцентричны и мнят себя "центром вселенной". С другой стороны, в этом возрасте человек часто испытывает такие чувства и эмоции, которые не понимает и стыдится, отсюда стремление "закрыться", спрятать свой внутренний мир от окружающих.

Несколько повышен уровень страха самовыражения 30% испытуемых. Основываясь на этом факте, мы можем предположить, что в данном случае страх самовыражения присутствует лишь в определенных ситуациях или с определенными людьми. 10% школьников данной группы испытуемых не имеют психологических и эмоциональных трудностей в самопредъявлении и самораскрытии. Эти дети легко находят контакт с окружающими, быстро заводят новые знакомства, их отношения глубже и эмоционально насыщеннее, по сравнению с теми, кто испытывает тревожность в этой области.

70% испытывают сильный, и 20% – повышенный страх в ситуации проверки знаний. Скорее всего, это объясняется тем, что, по мнению этих учеников, учителя предъявляют к ним завышенные требования, вследствие чего, могут негативно оценить их, а негативные оценки, как говорилось выше, крайне болезненны для подростков и представляют угрозу их положению среди сверстников, самооценке. Возможно и то, что эти школьники настолько неуверенны в себе, собственных знаниях и силах, что само ожидание проверки знаний тревожит их, а общение с учителем приносит только негативные эмоции. Так же, 10% испытуемых не испытывают страха в ситуации проверки знаний.

Страх не соответствовать ожиданиям окружающих, выявлен у 60% школьников. То есть, дети боятся раскрыться и потому, что тревожатся о том, насколько "нормально" и "правильно" они будут выглядеть в глазах окружающих. Можно предположить, что социальные контакты, прежде всего со сверстниками, являются эмоционально-напряженными, часто фрустрирующими, что обусловлено возрастными особенностями. У 20% испытуемых несколько повышен уровень страха не соответствовать ожиданиям окружающих. Желание социального одобрения присутствует у данной группы детей, но оно не является ведущим мотивом. Школьники в некоторой степени ориентированы на мнение и оценку окружающих, но не зависимы от нее. 10% испытуемых данной выборки не испытывают страха не соответствовать ожиданиям окружающих. Для этих детей наиболее значима собственная оценка происходящего, ориентация на собственные ценности и идеалы.

80 % имеют высокую тревожность и 10% испытуемых повышенную тревожность вследствие низкой физиологической сопротивляемости стрессу. В поведении этих школьников наблюдается сниженная приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, например, к школьному обучению в целом, и повышенная вероятность неадекватного деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. 10% испытуемых имеет нормальную физиологическую сопротивляемость стрессу, что свидетельствует о том, что возможные предпосылки для возникновения тревожности у него не физиологического, а социального плана, то есть страх самовыражения, боязнь оценок и трудности в межличностных контактах. У 60% испытуемых сильное эмоциональное напряжение появляется еще и при взаимодействии с учителями, и немного слабее, у 30% испытуемых. 10% испытуемых не испытывают проблем и страхов в отношениях с учителями.

Полученные результаты показали, что в контрольной группе преобладает высокий, а в экспериментальной группе - низкий уровень понимания детьми эмоциональных состояний людей (40%). Так же контрольной группе преобладает средний уровень понимания детьми социальных эмоций (50%), а в экспериментальной группе - низкий.