

УДК 159.922.6 – 057.874 (575.2) (04)

## ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ШКОЛЬНИКОВ\*

*И.А. Агеева* – канд. мед. наук, доцент

Peculiarities of anxiety presentations in boys and girls of different age as well as their parents' reaction to this problem are considered.

Тревожность, по мнению исследователей, лежит в основе ряда психологических трудностей детства, в том числе многих нарушений развития и поведения, служащих поводом для обращения в психологическую службу образования.

В последнее десятилетие интерес психологов к изучению тревожности существенно усилился в связи с резкими изменениями в жизни общества, порождающими неуверенность как в настоящем, так и в будущем и, как следствие, усиление переживания эмоциональной напряженности и тревоги. Однако работы, посвященные сравнительному анализу проявлений тревожности в разные периоды детства, единичны [1].

Целью данной работы являлось изучение возрастных особенностей проявления тревожности у учащихся. Было высказано предположение, что учащиеся младших классов более тревожны в отношении учебы, оценок и успеваемости, в то время как подростки испытывают большую тревожность в общении со сверстниками.

В исследовании был использован психодиагностический метод, включающий следующие методики: анкету по выявлению тревожного ребенка Б.С. Кругловой; анкету “Критерии определения тревожности ребенка” Э.Ю. Пунга;

\* В проведенном исследовании принимала участие Т.Г. Несмеева – психолог, выпускница ФЗО КРСУ.

тест школьной тревожности Филиппа; методику “Шкала учебной тревожности” [2].

**Выборку** составили 52 учащихся из младших (7–10 лет) и средних (11–13 лет) классов, а также их родители – 52 человека (с тестами работал один из родителей, чаще матери).

Из учащихся, принимающих участие в исследовании были выделены 2 группы и 4 подгруппы:

I. Группа учащихся младших классов – 26 человек;

II. Группа учащихся средних классов – 26 человек.

a – группа девочек младших классов (13 человек); b – группа мальчиков младших классов (13 человек); c – группа девочек средних классов (12 человек); d – группа мальчиков средних классов (14 человек).

В последующем все экспериментальные данные рассматривались с учетом выделенных групп и подгрупп, а обработка данных проводилась с помощью пакета программ Statistica Microsoft Excel.

Две методики из указанных выше предназначались для родителей: анкета по выявлению тревожного ребенка Б.С. Кругловой и анкета “Критерии определения тревожности ребенка” Э.Ю. Пунга.

Анализ ответов родителей на вопросы анкеты по выявлению тревожности показал, что большинство учащихся как в I, так и во II-й группах, по мнению их родителей, имеют средний уровень тревожности (табл. 1). При

этом достоверных различий между группами не было выявлено.

Таблица 1

Распределение учащихся I и II групп по уровню тревожности, %

| Уровень тревожности | I группа<br>N – 26 | II группа<br>N – 26 |
|---------------------|--------------------|---------------------|
| Высокий             | 27*                | **8                 |
| Средний             | **61*              | **72**              |
| Низкий              | **12               | 19**                |
| * p<0,02            |                    |                     |
| ** p<0,001          |                    |                     |

Последующий сравнительный анализ показателей в подгруппах “а” и “b” статистически достоверных различий не выявил. Однако в подгруппах “с” и “d” было установлено, что у девочек преобладает высокий уровень тревожности (31 и 8% соответственно при p<0,05) по сравнению с мальчиками.

Далее, родителям учащихся данной выборки предлагалось ознакомиться с пятью критериями по выявлению тревожности, представленными в опроснике “Критерии определения тревожности у ребенка” и отметить те из перечисленных критериев, которые имеют постоянное проявление в поведении их детей.

Как следует из данных табл. 2, у учащихся I группы наибольший процент выборов пришелся на следующий критерий тревожности “трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо” (46 и 15% соответственно, при p<0,02).

Увеличение показателя по указанному критерию в исследуемой выборке свидетельствует о том, что освоение учебных навыков для большинства учащихся начальной школы является стрессогенным. Кроме того, строго нормированный мир отношений, в который ребенок попадает с приходом в школу, оказывает значительное влияние на повышение уровня тревожности у учащихся [1, 4, 5].

Во II группе наибольшее число выборов пришлось на критерий “раздражительность” (4 и 61%, соответственно, при p<0,001). Скорее всего, увеличение учебной нагрузки к этому возрасту является дополнительным фактором, обуславливающим раздражительность, характерную для подросткового периода [3].

Таблица 2

Процентное соотношение критериев определения тревожности в I и II группах, %

| Критерии   | Группа I<br>N – 26 | Группа II<br>N – 26 | P     |
|--|--------------------|---------------------|-------|
| Постоянное беспокойство  | *12                | *7,5                | >0,05 |
| Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо | *46**              | *15**               | <0,05 |
| Мышечное напряжение (в области лица, шеи)                      | *4                 | *7                  | >0,05 |
| Раздражительность  | *4***              | *61***              | <0,05 |
| Нарушение сна  | *7,5               | *4                  | >0,05 |
| * p<0,005 внутри группы  |                    |                     |       |
| ** p<0,002 между группами                                      |                    |                     |       |
| *** p<0,001 между группами                                     |                    |                     |       |

Сравнительный анализ показателей в подгруппах “а” и “b”, а также “с” и “d” статистически достоверных различий между показателями критериев не выявил.

Тест школьной тревожности Филипса был использован в целях изучения у учащихся уровня и характера тревожности, связанной со школой. Анализ данных теста показал, что в I и II группах большинство учащихся с уровнем тревожности находятся в пределах нормы. Повышенный уровень тревожности выявлен у 38% учащихся I группы и 27% учащихся II группы. Высокого уровня тревожности ни у младших школьников, ни у подростков выявлено не было, что согласуется с данными, полученными при опросе родителей.

Сравнительный анализ уровня тревожности между подгруппами “а” и “b” статистически достоверных различий не обнаружил. А вот у учащихся подгруппы “с” и “d” было выявлено, что у 58% девочек отмечен повышенный уровень тревожности, тогда как у мальчиков такой же уровень тревожности выявлен у 21,4% (p<0,05). Родители также отмечают, что девочки из этих подгрупп тревожнее мальчиков. При этом среди мальчиков-подростков преобладают учащиеся с нормальным уровнем тревожности по сравнению с девочками-подростками (78,5 и 41% соответственно, при p<0,05). Полученные данные о большей тревожности девушек в раннем юноше-

ском возрасте соответствуют данным ранее проведенных исследований [1].

Тест школьной тревожности Филипса позволил нам выделить из 8 факторов тревожности те, которые в большей степени проявлялись либо у младших школьников, либо у подростков (табл. 3).

Таблица 3\*

Усредненные показатели факторов, определяющих тревожность в I и II группах

| Фактор тревожности                              | I группа<br>N – 26 | II группа<br>N – 26 | p      |
|---|--------------------|---------------------|--------|
|   | M±σ                | M±σ                 |        |
| Общая тревожность в школе                       | 9,53±6,9           | 7,5±6,5             | <0,001 |
| Переживание социального стресса                 | 2,8±1              | 3,3±1,1             | >0,1   |
| Фрустрация потребности в достижении успеха      | 3,3±1,7            | 3,6±0,7             | >0,1   |
| Страх самовыражения                             | 1,3±0,76           | 3,7±1,02            | <0,01  |
| Страх ситуации проверки знаний                  | 3,24±0,77          | 2,6±1,1             | <0,02  |
| Страх не соответствовать ожиданиям окружающих   | 2,1±0,61           | 1,9±0,6             | >0,1   |
| Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу | 1,0±0,26           | 0,8±0,18            | >0,1   |
| Проблемы и страхи в отношениях с учителями      | 2,63±1,19          | 2,24±0,68           | >0,1   |

\* Здесь и в табл. 4. обработка проводилась с помощью прикладной программы расчета критериев Фишера и Стьюдента.

Как следует из данных табл. 3 в группе младших школьников преобладают показатели по факторам “общая тревожность в школе” ( $p<0,001$ ) и “страх ситуации проверки знаний” ( $p<0,02$ ), свидетельствующие о том, что начало школьной деятельности у учащихся младших классов сопровождается повышением уровня тревожности. Кроме того, у этих учащихся выражена тревожность в отношении та-

кого аспекта школьной жизни, как отметка. В.С. Мухина в своей работе обращает особое внимание на психологию восприятия отметок детьми этого возраста. Зачастую отметка из знака успеха (неуспеха) в познавательной деятельности ребенка превращается в знак, оценивающий личность в целом. Этому, к сожалению, способствуют взрослые (родители, знакомые, а часто и незнакомые), интересуясь у детей их отметками в школе и выражая удовлетворение лишь самыми высокими. Другие же отметки вызывают у них реакцию разочарования, которая автоматически травмирует ребенка и формирует тревожность в школьной деятельности [4].

Во II группе (табл. 3) статистически значимо преобладали показатели по фактору “страх самовыражения” ( $p<0,01$ ), свидетельствуя о негативных эмоциональных переживаниях подростков в ситуациях, сопряженных с необходимостью самораскрытия и демонстрации своих возможностей. На наш взгляд, это может быть обусловлено и особенностями протекания пубертатного кризиса, и ожиданиями негативной обратной связи, поскольку у учащихся к этому возрасту накапливается опыт общения как со сверстниками, так и с учителями, к сожалению, не всегда позитивный [5].

Сравнительный анализ показателей по факторам теста школьной тревожности Филипса в четырех подгруппах выявил, что девочки младшего школьного возраста более склонны испытывать тревожность в отношениях с учителями ( $p<0,05$ ) и в ситуациях проверки знаний ( $p<0,05$ ) по сравнению с мальчиками. Однако, по литературным данным, в этом возрасте более тревожны мальчики. Нам представляется, что большая тревожность у девочек в исследуемой выборке обусловлена значительной требовательностью к ним со стороны и родителей, и общества, что характерно для семей, проживающих в данном регионе.

Среди учащихся средней школы также была выявлена большая склонность к проявлению тревожности у девочек-подростков по факторам “страх самовыражения” ( $p<0,05$ ), “страх ситуации проверки знаний” ( $p<0,05$ ) и “страх не соответствовать ожиданиям окружающих” ( $p<0,001$ ) по сравнению с мальчиками-подростками, что соответствует данным А.М. Прихожан, по мнению которой, в подро-

ство-юношеском возрасте более тревожными оказываются девушки [1]. Выявленные особенности проявления тревожности у девочек данной выборки подтверждает наше предположение, что к ним предъявляется больше требований со стороны значимых взрослых.

С помощью методики “Шкала учебной тревожности” были диагностированы следующие виды тревожности: школьная, самооценочная и межличностная (табл. 4).

Таблица 4

Виды тревожности, встречающиеся у учащихся I и II групп

| Вид тревожности           | I группа<br>N – 26 | II группа<br>N – 26 | p      |
|---------------------------|--------------------|---------------------|--------|
|                           | M±σ                | M±σ                 |        |
| Школьная тревожность      | 10,4±12,5          | 8,7±5,4             | <0,05  |
| Самооценочная тревожность | 11,2±7,9           | 13,8±16,0           | <0,01  |
| Межличностная тревожность | 7,9±3,6            | 10,6±7,3            | <0,001 |

Как следует из данных табл. 4 выявлены статистически достоверные различия между I и II группами по всем показателям. Показатели по шкале “Школьная тревожность” выше у младших школьников, по сравнению с подростками. Мир ребенка от 6 до 11 лет – это в основном мир школы, а стоящие перед ним задачи являются по большей части учебными. В этой сфере жизни ребенка значительное место занимает контроль и оценка, осуществляемые значимыми другими, а также ожидания значимых взрослых, которые ориентируют детей только на отличные оценки и стремление соответствовать этим ожиданиям может формировать высокий уровень тревожности у учащихся.

Желание выделиться, добиться уважения, признания своей личностной ценности и тем самым получить возможность поддержать свою самооценку и самоуважение во многом определяет поведение учащихся в подростковом возрасте. И если эти притязания не удовлетворяются, у подростка отмечается повышение тревожности. Также тревожность может быть обусловлена неприятием сверстниками,

поскольку значимость сверстников в этом возрасте велика. Именно этим можно объяснить то, что показатели по шкалам “самооценочная тревожность” ( $p > 0,01$ ) и “межличностная тревожность” ( $p > 0,001$ ) у подростков выше, чем у младших школьников.

Сравнение показателей шкал опросника по подгруппам “a” и “b” статистически достоверных различий не выявило. Однако в подгруппах “c” и “d” девочки оказались более склонными к самооценочной тревожности по сравнению с мальчиками ( $p > 0,05$ ).

Подводя итоги и опираясь на полученные данные, можно сказать, что для большинства учащихся, принимавших участие в исследовании, характерен средний уровень тревожности. Однако выявленное повышение уровня тревожности у учащихся младших и средних классов обусловлено различными факторами. У младших школьников отмечается повышение уровня тревожности в связи с учебной деятельностью, в то время как у подростков подъем уровня тревожности выявлен в ситуациях межличностного общения как со сверстниками, так и со значимыми взрослыми. У девочек как в младшем, так и в подростковом возрасте уровень тревожности выше по сравнению с мальчиками. Таким образом, можно сказать, что гипотеза исследования подтверждена. Установленные особенности проявления тревожности у девочек требуют дальнейшего исследования.

#### Литература

1. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО “МОДЭК”, 2000. – 304 с.
2. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. – СПб.: Речь, 2002. – С. 28–40.
3. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.
4. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. – 6-е изд. стереотип. – М.: Издательский центр “Академия”, 2000. – 456 с.
5. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1986. – 399 с.