

Тетяна Дударчук
студентка факультету психології та соціології
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Анна Кульчицька
кандидат психологічних наук, доцент
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ

Постановка проблеми. Проблеми тривожності дітей різнобічні: з одного боку - це неуспішність, або ж невміння налагоджувати контакти зі значимими людьми, а з іншого – занижена самооцінка, невпевненість в собі, відчуття провини, гостре переживання кожної невдачі, збільшення негативного емоційного досвіду, можливість невротичних реакцій. Проблеми шкільних труднощів досліджують в усьому світі, це найбільша проблема саме тому, що вона носить комплексний характер, тобто є предметом дослідження як у соціальній площині, так і в психологічній, медичній та педагогічній.

Життя людини складається з різноманітних сфер. Однією з таких сфер є емоційна. З психологічної точки зору емоції людини викликають інтерес не лише з позиції їх природного виникнення та перебігу, але й позиції розвиваючого або ж, навпаки, руйнівного впливу на особистість. Тривожність негативно впливає не лише на емоційне самопочуття людини, але й порушує функціональні можливості психіки. Як наслідок - занижена самооцінка, низький рівень успішності у навчанні в силу ригідності мислення, відсутності креативу уяви, продуктивності пам'яті, тобто відбувається деструкція і гальмування розвитку особистості. Так звані «хронічні тривоги» здебільшого перетворюються на патопсихологічні розлади. Значна кількість тривожних дітей мають проблеми зі здоров'ям. Вирішення цієї проблеми, а саме - виявлення чітких детермінант появи тривожності, об'єктивна оцінка наслідків наявності в емоційному житті дитини надмірної тривоги і страху, створення найбільш оптимальної бази тих соціальних інститутів, які супроводжують людину на шляху її соціалізації, розробка дієвих корекційних програм усунення особливо дитячої тривожності - значно допоможе у таких соціальних аспектах як навчально-виховний процес у закладах освіти, родинне виховання, соціалізація особистості, індивідуальний розвиток і саморозвиток.

Мета дослідження полягає у всебічному вивченні рівня шкільної тривожності у підлітків.

Даною науковою проблематикою займалися такі вчені як К. Еріксон, У. Морган, Ю.В. Пахомов, Ю. Ханін, Г. Айзенк, Б. Вяткін, Ч. Спілбергер, Н. Махоні, Е. Соколов, Е.Г. Ейдемільлер, А.І. Захаров. Праці ці та інших науковців лягли в основу науково-методологічної бази дослідження [1, 2, 3, 4, 5, 6].

Виклад основного матеріалу. На основі аналізу психологічної літератури по проблемі дослідження, ми дійшли висновку що тривожність у підлітковому віці набуває своїх психологічних особливостей у зв'язку з особливостями віку,

проявом кризи, емоційної нестабільності. Вона в багатьох випадках зумовлена соціальною ситуацією розвитку та оточенням підлітка. Тривожність починає носити в певній мірі соціально обумовлений характер. При цьому саме в підлітковому віці тривожність закріплюється як стабільна особистісна властивість. Спираючись на зазначене вище, ми можемо припустити, що оптимальний рівень тривожності активізує навчання, робить його більш ефективним та успішним, але коли рівень тривожності перевищує оптимальну межу, йде дезорганізація навчальної діяльності. На невисокому рівні інтенсивності тривога життєво необхідна людині. Це почуття допомагає робити певні дії, що дозволяють послаблювати або запобігати небезпека. Наприклад, старшокласники прикладають масу зусиль для того, щоб підготуватися до іспиту. Нормальна тривога стимулює ріст і зміна дитини, допомагає йому переходити з одного віку до іншого. Надмірна тривожність є неоднозначним відповіддю на стреси і проблеми, що з'являються у шкільному житті. Якщо тривожність у нормі, у дитини включаються внутрішні механізми, які спрямовані на усунення джерела небезпеки. Наприклад, страх здачі іспитів стимулює активну підготовку до них. Патологічна тривога викликає дезадаптивні і неконструктивні дії.

У Луцькому навчально реабілітаційному центрі було проведено емпіричне дослідження. Вибірку склали 30 учнів 7-8 класу віком від 12 до 14 років. В процесі дослідження використовувалися: «Методика діагностики рівня шкільної тривожності» Філіпса, «Шкала тривожності» Тейлора та «Шкала самооцінки»

За методикою «Шкала тривожності» Філіпса було визначено рівень та особливості тривожності, пов'язаної зі школою, у досліджуваних найбільше виражений страх самовираження, страх не відповідати очікуванням навколишніх, чимало дітей переживають соціальний страх та мають низький фізіологічний опір стресу, проблеми у відносинах з учителем виявлені лише у 3 дітей з 30 досліджених.

За методикою Тейлора у досліджуваних переважає рівень тривожності вище середнього це свідчить про схильність дітей до переживань, емоційного стану тривоги, боязливості, невпевненості, очікування неприємностей. Тривожність може виступати бар'єром у спілкуванні, перешкоджати ефективному спілкуванню.

Також було проведено дослідження рівня самооцінки: відповідно до отриманих результатів можна зробити висновок що високого рівня самооцінки не має ні один підліток 55 % мають середній рівень тобто це діти які адекватно оцінюють себе спокійно реагують на критичні зауваження не бояться змін та труднощів, 45% мають низький рівень самооцінки, це свідчить про те що, це підлітки які болісно реагують на критику в свою адресу, намагаються завжди зважати на думку інших, часто страждають від комплексу неповноцінності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Узагальнюючи отримані результати можна констатувати що діти з високим рівнем тривожності притаманна неадекватна самооцінка - занижена, завищена. Їм властива суперечливість та конфліктність. Діти відчувають труднощі в спілкуванні, рідко виявляють ініціативу. Прояви поведінки, як правило, невротичного характеру, з явними ознаками дезадаптації. Інтерес до навчання занижений. Їм властива

невпевненість, боязкість, наявність псевдокомпенсуючих механізмів, мінімальна самореалізація. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у дослідженні чинників шкільної тривожності.

Джерела та література

1. Бадмаєв Б.Ц. Класическая психология: метод.пособие для студентов вузов / Б.Ц.Бадмаев – М.: учеб.лит., 1997 – 256 с.
2. Божович Л. В. Мова і практична інтелектуальна діяльність дитини (експериментально-теоретичне дослідження)// Божович.Л.В. Культурно-історична психологія – К. 2006.- С. 67.
3. Большой толковый психологический словарь : в 2 т. / Ребер Артур ; пер. с англ. Е.Ю. Чеботарева. – М. : «Издательство «Вече», 2001. – Т. 2. – 560 с.
4. Вікова психологія. Навч. посіб. / Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасека О. В. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 115 с.
5. Вікова психологія: підручник / Р. В. Павелків. – К.: Кондор, 2011. – 469 с.
6. Кульчицька А.В. Пізнавальний інтерес та пізнавальна потреба в структурі мотивацій та емоцій школяра та його оцінка з позицій інформаційної теорії емоцій /А.В. Кульчицька // Психологія. Збірник наукових праць НПУ імені М.П. Драгоманова. Вип. 16. – К: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2002. – С.130-133

Бібліографічні дані публікації:

Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (13 трав. 2019 р.) = Abstract I International Scientific & Practical Internet Conference (May 13, 2019) / За заг. ред. Я.О. Гошовського, О.В. Лазорко, А. В. Кульчицької, Т.В. Федотової. – Луцьк: ПП Іванюк В. П, 2019. – С. 132-135