

ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛ

Коркина А. А., Михайлик Е. В.

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»,

Педагогический институт, Иркутск, Россия

E-mail: rbjdh@mail.ru

Актуальность исследования определяется необходимостью поиска решения педагогических вопросов, связанных с организацией эффективного обучения и воспитания тревожных школьников.

В современном мире стремительно растет количество тревожных детей. Особое внимание в психологии уделяется школьной тревожности, так как именно дети подросткового и юношеского возраста наиболее подвержены тревожным состояниям. Школьная тревожность – это одна из типичных проблем, с которыми сталкивается школьный психолог. Особое внимание она привлекает потому, что выступает ярчайшим признаком школьной дезадаптации ребенка, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: на учебу, общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия.

Интерес к проблеме тревожности нашел отражение в работах многих отечественных и зарубежных ученых. Э. А. Голубева установила, что у школьников с более высокой тревожностью чаще встречается высокая успеваемость, в то время как в статье Н. Б. Пасынковой описывается исследование, в котором приводятся противоположные результаты. Из этого следует, что проблема тревожности на данный момент является недостаточно разработанной, что порождает множество теорий, которые в отдельных случаях противоречат друг другу.

Цель исследования – изучение проблемы тревожности и ее коррекции у выпускников школ. Объект исследования – тревожность. Предмет исследования – коррекция школьной тревожности у выпускников школы.

Задачи:

1. Рассмотреть теоретические аспекты изучения проблемы тревожности и ее коррекции у выпускников школ.
2. Проанализировать результаты эмпирического исследования тревожности у выпускников школ.
3. Разработать и апробировать программу коррекции тревожности у выпускников школ.

Психологическим обследованием было охвачено 64 учащихся. В работе представлены данные исследования по выявлению уровня тревожности у выпускников школ (10–11-й класс). В исследовании были использованы методы: наблюдение, констати-

рующий эксперимент. Исследование проводилось на базе МАОУ «СОШ № 18» г. Улан-Удэ в течение 2017/2018 учебного года.

Всего 64 респондента-школьника. Для решения исследовательской задачи были использованы методика Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина) на выявление личностной и ситуативной тревожности, тест выявления тревожности Дж. Тейлора.

Исследование показало, что уровень тревожности у выпускников школ повышен. Анализ данных эмпирического исследования выявил наличие высокого уровня личностной тревожности, что составляет 41 % от числа всех респондентов. Однако следует отметить, что у отдельных респондентов повышен общий уровень тревожности 48 % (по методике Дж. Тейлора «Тест выявления тревожности»). Они беспокойны, находятся в напряженном состоянии. Оптимальный уровень тревожности выявлен у 25 % респондентов, в то время как уровень личностной тревожности наблюдается у 31 % школьников. Они чувствуют себя комфортно, в критических ситуациях уравновешены, их волнуют возможные неудачи, однако чувствуют себя свободно и им ничего не угрожает, испытывают чувство внутреннего удовлетворения, уверены в себе, вполне счастливы. Данный уровень свидетельствует о хорошем психическом состоянии, готовности действовать в соответствии с условиями ситуации, высокой степени мотивации старшеклассников. И самый низкий уровень тревожности выявлен у 27 % респондентов, а уровень личностной тревожности наблюдается у 28 %. Такие учащиеся уравновешены, спокойны, сильного напряжения не испытывают, ощущают чувство внутреннего удовлетворения, собственные неудачи их не волнуют.

Таким образом, полученные данные об уровне общей и личностной тревожности у выпускников школ говорят нам о необходимости создания программы коррекции.

Дальнейшей перспективой данного исследования является разработка и апробация программы по коррекции личностной тревожности у выпускников школ.

Литература

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность / сост. В. М. Астапова. СПб. : Питер, 2001. 256 с.
2. Аракелов Н., Шишкова Н. Тревожность: методы ее диагностики и коррекции // Вестн. МУ. Сер. Психология. 1998. № 1. С. 18.
3. Бороздина Г. В. Практическое пособие школьного психолога. М. : Наука, 2003. 432 с.
4. Блонский П. П. Школьная успеваемость: Избр. пед. произв. М. : Педагогика, 1961. 234 с.
5. Маклаков А. Г. Общая психология : учебник. СПб. : Питер, 2005. 583 с.
6. Микляева А. В., Румянцева П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. СПб. : Речь, 2004. – 248 с.